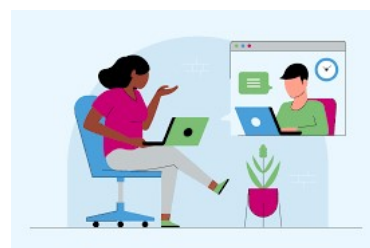
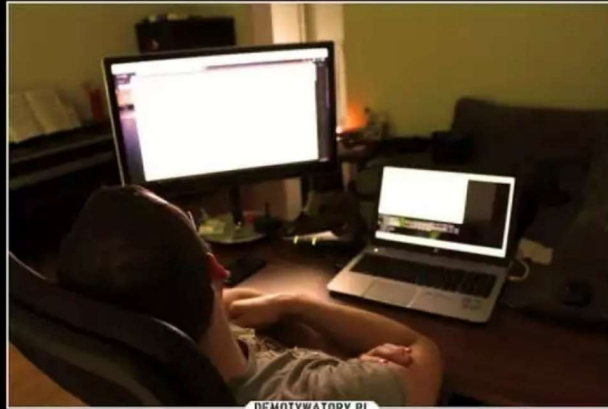


## **BHP w pracy zdalnej według przepisów nowelizujących Kodeks pracy – obowiązki pracodawcy i pracownika, ocena ryzyka zawodowego, wellbeing**

**Mateusz Warchał**





### Etapy pracowania z domu

1. Jeeeeeeej pracuję z domu, jak super!
2. Ech, fajnie by było z kimś pogadać...
3. Mam nadzieję, że gołąb Bartek odwiedzi dziś znowu mój parapet

fot. Internet

## Definicja pracy zdalnej



### Art. 67 (18) K.p.

Praca może być wykonywana całkowicie lub częściowo w miejscu wskazanym przez pracownika i każdorazowo uzgodnionym z pracodawcą, w tym pod adresem zamieszkania pracownika, w szczególności z wykorzystaniem środków bezpośredniego porozumiewania się na odległość (praca zdalna)

## Obowiązki pracodawcy

Art. 67 (24) K.p.

§ 1. Pracodawca jest obowiązany:

- 1) zapewnić pracownikowi wykonującemu pracę zdalną materiały i narzędzia pracy, w tym urządzenia techniczne, niezbędne do wykonywania pracy zdalnej;
- 2) zapewnić pracownikowi wykonującemu pracę zdalną instalację, serwis, konserwację narzędzi pracy, w tym urządzeń technicznych, niezbędnych do wykonywania pracy zdalnej lub pokryć niezbędne koszty związane z instalacją, serwisem, eksploatacją i konserwacją narzędzi pracy, w tym urządzeń technicznych, niezbędnych do wykonywania pracy zdalnej, a także pokryć koszty energii elektrycznej oraz usług telekomunikacyjnych niezbędnych do wykonywania pracy zdalnej;
- 3) pokryć inne koszty niż koszty określone w pkt 2 bezpośrednio związane z wykonywaniem pracy zdalnej, jeżeli zwrot takich kosztów został określony w porozumieniu, o którym mowa w art. 67 (20) § 1 i 2, regulaminie, o którym mowa w art. 67 (20) § 3 i 4, poleceniu, o którym mowa w art. 67 (19) § 3, albo porozumieniu, o którym mowa w art. 67 (20) § 5 zdanie drugie;
- 4) zapewnić pracownikowi wykonującemu pracę zdalną szkolenia i pomoc techniczną niezbędne do wykonywania tej pracy.



## Przeciwdziałanie izolacji pracownika zdalnego

Art. 67 (30) K.p.

Pracodawca umożliwi pracownikowi wykonującemu pracę zdalną przebywanie na terenie zakładu pracy, kontaktowanie się z innymi pracownikami oraz korzystanie z pomieszczeń i urządzeń pracodawcy, zakładowych obiektów socjalnych i prowadzonej działalności socjalnej – na zasadach przyjętych dla ogółu pracowników.



## Skutki kontroli pracy zdalnej w zakresie (nie)przestrzegania zasad BHP

Jeżeli pracodawca w trakcie kontroli pracy zdalnej, o której mowa w art. 67 (19) § 1 pkt 2, stwierdzi **uchybienia w przestrzeganiu przepisów i zasad w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy** określonych w informacji, o której mowa w art. 67 (31) § 5, lub w przestrzeganiu wymogów w zakresie bezpieczeństwa i ochrony informacji, w tym procedur ochrony danych osobowych, zobowiązuje pracownika do usunięcia stwierdzonych uchybień we wskazanym terminie albo cofa zgodę na wykonywanie pracy zdalnej przez tego pracownika. W przypadku wycofania zgody na wykonywanie pracy zdalnej pracownik rozpoczyna pracę w dotychczasowym miejscu pracy w terminie określonym przez pracodawcę

## Ocena ryzyka zawodowego pracownika wykonującego pracę zdalną

### Art. 67 (31) K.p.

§ 5. Przy ocenie ryzyka zawodowego pracownika wykonującego pracę zdalną uwzględnia się w szczególności wpływ tej pracy na wzrok, układ mięśniowo-szkieletowy oraz uwarunkowania psychospołeczne tej pracy. Na podstawie wyników tej oceny pracodawca opracowuje informację zawierającą:

- 1) zasady i sposoby właściwej organizacji stanowiska pracy zdalnej, z uwzględnieniem wymagań ergonomii
- 2) zasady bezpiecznego i higienicznego wykonywania pracy zdalnej
- 3) czynności do wykonania po zakończeniu wykonywania pracy zdalnej
- 4) zasady postępowania w sytuacjach awaryjnych stwarzających zagrożenie dla życia lub zdrowia ludzkiego. Pracodawca może sporządzić uniwersalną ocenę ryzyka zawodowego dla poszczególnych grup stanowisk pracy zdalnej.



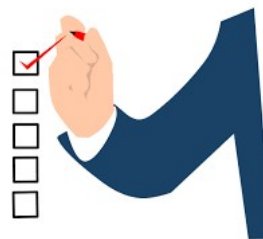
## Obowiązki pracownika zdalnego

### Art. 67 (31) K.p.

§ 6. Przed dopuszczeniem do wykonywania pracy zdalnej pracownik potwierdza w oświadczeniu składanym w postaci papierowej lub elektronicznej zapoznanie się z przygotowaną przez pracodawcę oceną ryzyka zawodowego oraz informacją zawierającą zasady bezpiecznego i higienicznego wykonywania pracy zdalnej oraz zobowiązuje się do ich przestrzegania.

§ 7. Dopuszczenie pracownika do wykonywania pracy zdalnej jest uzależnione od złożenia przez pracownika oświadczenia w postaci papierowej lub elektronicznej, zawierającego potwierdzenie, że na stanowisku pracy zdalnej w miejscu wskazanym przez pracownika i uzgodnionym z pracodawcą **są zapewnione bezpieczne i higieniczne warunki tej pracy.**

§ 8. Pracownik organizuje stanowisko pracy zdalnej, uwzględniając wymagania ergonomii.

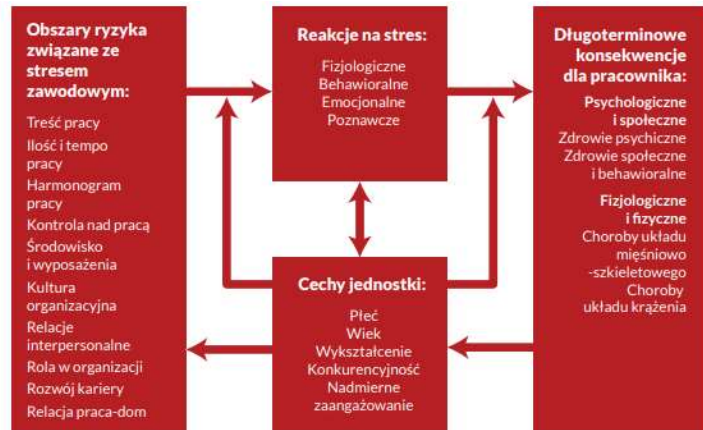


## Wyzwania i rekomendacje dla służby BHP – kontekst pracy zdalnej

- Identyfikacja i aktualizacja ryzyka z uwzględnieniem pracy zdalnej stałej i hybrydowej – ryzyka stałe lub mieszane
- staranność w zakresie szacowania ryzyka – kontekst przeszacowania w przypadku uwzględnienia dystraktorów – ryzyk niezwiązanych wprost z wykonywaniem pracy zdalnej – ryzyk, na które pracodawca i pracownik nie mają wpływu, co powoduje brak możliwości zastosowania środków profilaktycznych (np. warunki lokalowe)
- Rzetelna weryfikacja (na podstawie wymaganego przepisami oświadczenia pracownika), że warunki lokalowe odpowiadają przepisom BHP (zastosowanie list kontrolnych dla pracowników)
- Uwzględnienie w aktualizacji oceny ryzyka opracowanej oceny ryzyka dla pracowników biurowych (obciążenia mięśniowo-szkieletowe)
- Aktualizacja czynników stresogennych – kontekst tzw. stresu cyfrowego



## Jak zarządzać ryzykiem psychospołecznym w pracy zdalnej?



Źródło: opracowanie na podstawie Kompier i Marcellissen (1990)

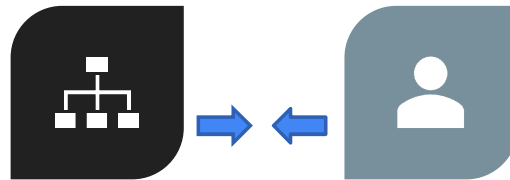
źródło: „Health Impact of Psychosocial Hazards at Work: An Overview”. © World Health Organisation 2010

### Najczęstsze problemy związane z wykonywaniem pracy zdalnej – zaburzenie równowagi *work-life*

- zaburzenia adaptacyjne (pod postacią stresu)
- izolacja społeczna
- nadużywanie alkoholu i substancji psychoaktywnych
- wypalenie zawodowe – monotypia czynności, ograniczony feedback ze strony przełożonego i współpracowników



**Gdzie powstaje stres mogący wpływać na zdrowie psychiczne pracowników zdalnych? – wymagania i oczekiwania – odpowiedź organizmu**



ORGANIZACJA PRACY  
ŚRODOWISKO PRACY

KOMPETENCJE I  
POTRZEBY PRACOWNIKA.  
INTERPRETACJE  
INDYWIDUALNE

**Kultura bezpieczeństwa pracy jako forma prewencji zagrożeń psychospołecznych i wsparcia zdrowia pracownika zdalnego**



PROCEDURY



PRAKTYKI



DZIAŁANIA



KOMUNIKACJA

## Działania profilaktyczne

- Ustalenie transparentnych zasad pracy zdalnej w regulaminie pracy zdalnej
- Szkolenia dla zarządzających z zakresu zarządzania zespołem rozproszonym
- Przestrzeganie zasad równego traktowania w zatrudnieniu – szczególnie w przypadku odmowy realizacji wniosku o wykonywanie pracy zdalnej
- Uwzględnianie warunków i potrzeb życiowych oraz osobistych pracownika zdalnego
- Uwzględnienie ryzyka związanego z problemami technicznymi związanymi z wykonywaniem pracy zdalnej



## Prewencja ryzyka stresogenności w pracy zdalnej

- Właściwy dobór pracowników do pracy zdalnej - rekrutacja zewnętrzna i wewnętrzna – opracowanie profilu kompetencyjnego i kwalifikacyjnego kandydata, ustalenie wymagań na stanowisku pracy, miarodajne narzędzia do badania podatności na stres cyfrowy
- Właściwe określanie czynników ryzyka w skierowaniu na badanie profilaktyczne – wstępne
- Implementacja treści dotyczących ryzyka psychospołecznego w pracy zdalnej w szkoleniach wstępnych i okresowych z zakresu BHP
- Ocena ryzyka zawodowego z uwzględnieniem czynników stresogennych w pracy zdalnej
- Właściwy i efektywny onboarding
- Skuteczne i efektywne metody zapoznania pracownika z ryzykiem zawodowym
- Tworzenie programów adaptacji pracowniczej
- Tworzenie opisów stanowisk pracy i zakresów obowiązków
- Wdrożenie programów EAP - Employee Assistance Program





# Dziękujemy

[thecal.m.pl](http://thecal.m.pl) / [fundacja@fkb.edu.pl](mailto:fundacja@fkb.edu.pl) / 695 024 880



Sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności –  
Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego  
w ramach Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich  
NOWEFIO na lata 2021-2030

