



www.ergonomika.lv

Ergonomika – pamats veselīgai un produktīvai darba videi

Prof. Henrijs Kaļķis

Sertificēts Eiropas Ergonomists (Eur.Erg.)

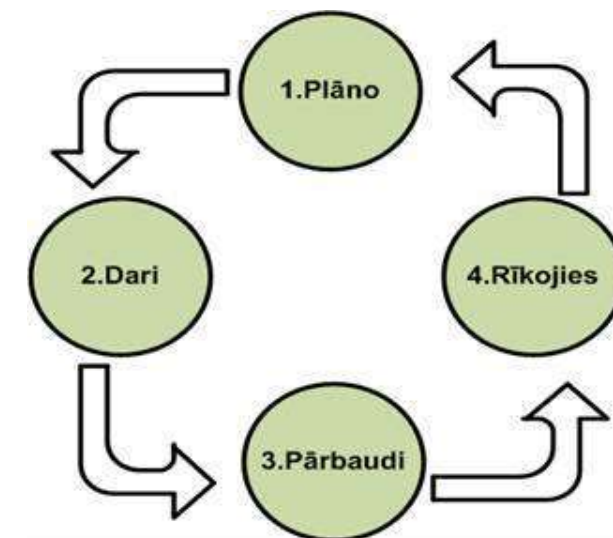
Latvijas Ergonomikas biedrība

Kas raksturo mūsdienu biznesa vidi?



Biznesa attīstība ilgtermiņā ir tehnoloģiju, cilvēkresursu un vides līdzsvarota mijiedarbība, kas vērsta uz:

- gatavo produktu kvalitāti, procesu efektivitāti, drošību
- sekmīgi izturētu konkurenci progresīvā biznesa vidē
- cilvēku labklājību darbā, t.sk. nepārtraukta izglītošanās
- darbinieku līdzdalību organizāciju stratēģiskajā attīstībā un procesu vadībā
- mākslīgo intelektu, mašīnmācīšanos
- ekoloģisku vidi



Sociāltehniskās sistēmas "Cilvēks - mašīna - vide" ietekme uz organizācijas biznesu



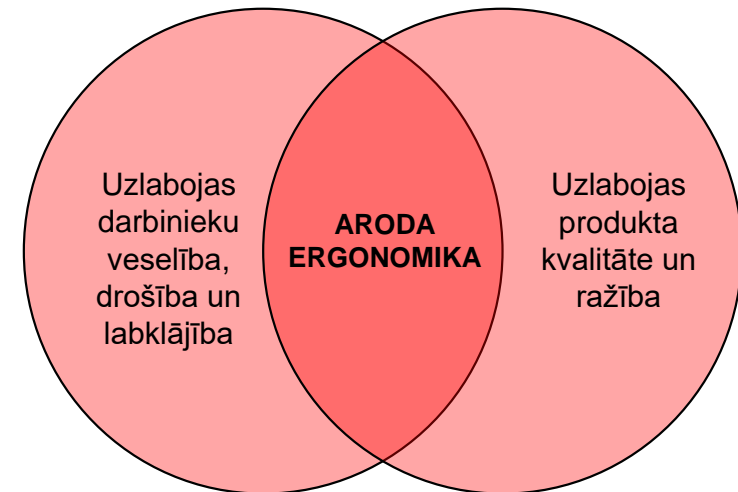
(Avots: Kleiner B. M., 2004)



ERGONOMIKA ir multidisciplināra zinātnes nozare, kas pēta *cilvēka un darba, darba vides attiecības un to mijiedarbību*, nodrošina ērtības darbā, palielinot darba ražīgumu!



Ergonomika ir būtisks un neatņemams elements biznesa efektivitātē





Kāpēc nepieciešama ergonomika?

Darbinieku mainība

Kvalitāte

Standartu ISO OHSAS 18001



Apdrošināšanas izmaksas

traumas darbā



Neierašanās darbā,
Prezenteisms,
slimības

Darba ražīgums

Kādas ir ergonomisko risku izraisītās veselības problēmas?



LABA ERGONOMIKA IR LABA EKONOMIKA!

(Hendrick H. W., 1996)



Tās mērķis ir:

- *darba ražīguma kāpināšana,*
- *labklājības nodrošināšana ikvienam strādājošam*
- *Kvalitātes un efektivitātes nodrošināšana*





Cilvēka komforta modelis

Komforts

Nav diskomforts

Diskomforts



Sasniedzamais mērķis

Veselība un drošība
darbā

Organizācijas snieguma
efektivitāte

Mūsdienu
skatījums
ergonomikā

Avots: V. Kaļķis, Ž. Roja, H. Kaļķis, 2015

Mūsdienu globālā pieeja ergonomikā

ATTAIANESE, 2023

No

- Cilvēkcentrēta pieeja
- Cilvēka veselība
- Multidisciplināritāte un starpdisciplināritāte
- Vienkāršība
- Slodzes samazināšana
- Vispārināti risinājumi
- Noteikti viedokļi un vadlīnijas
- Cilvēks- mašīna-Darba vide

- Ērtas lietošanas dizains
- Darba dizains, kas piemērots dažādiem cilvēkiem
- Efektīvs un produktīvs darba dizains
- Stingri noteiktas vadlīnijas tehnisko sistēmu projektēšanai

Uz

- Vairāk nekā cilvēks centrā (cilvēki un planēta);
- Vienota veselība (dzīvnieki, augi, ekosistēmas)
- Transdisciplināritāte (dažādi virzieni)
- Sarežģītība
- Darba procesa pielāgošana cilvēkam
- Personalizēti risinājumi
- Plaša mēroga skatījums un ilgtermiņa risinājumi
- Cilvēks – mašīna – darba vide – apkārtējā vide

- Ērtas lietošanas dizains ar skatu nākotnē
- Darba dizains, kas piemērots dažādiem cilvēkiem ar individuāliem risinājumiem
- Efektīvs un produktīvs darba dizains, kas ietver ekoloģiskos un veselības risinājumus
- Elastīgs un pielāgots dizains tehnisko sistēmu projektēšanai



"Klienti nav pirmajā vietā.
Darbinieki ir pirmajā vietā.
Ja jūs parūpēsieties par
saviem darbiniekiem, tad
viņi parūpēsies par jūsu
klientiem.
— Ricārdš Brensons



Kāpēc ergonomika, veselīga un produktīva darba vide?

Darba vide = darba ražīgums

- Darba apstākļi
- Darba rīki
- Darba kultūra un vadības stils
- Resursi
- Darba komanda un sadarbība





Šodien
centrā ir
«domājošs»
cilvēks





Kā gaisa kvalitāte darba vidē ietekmē darbiniekus?

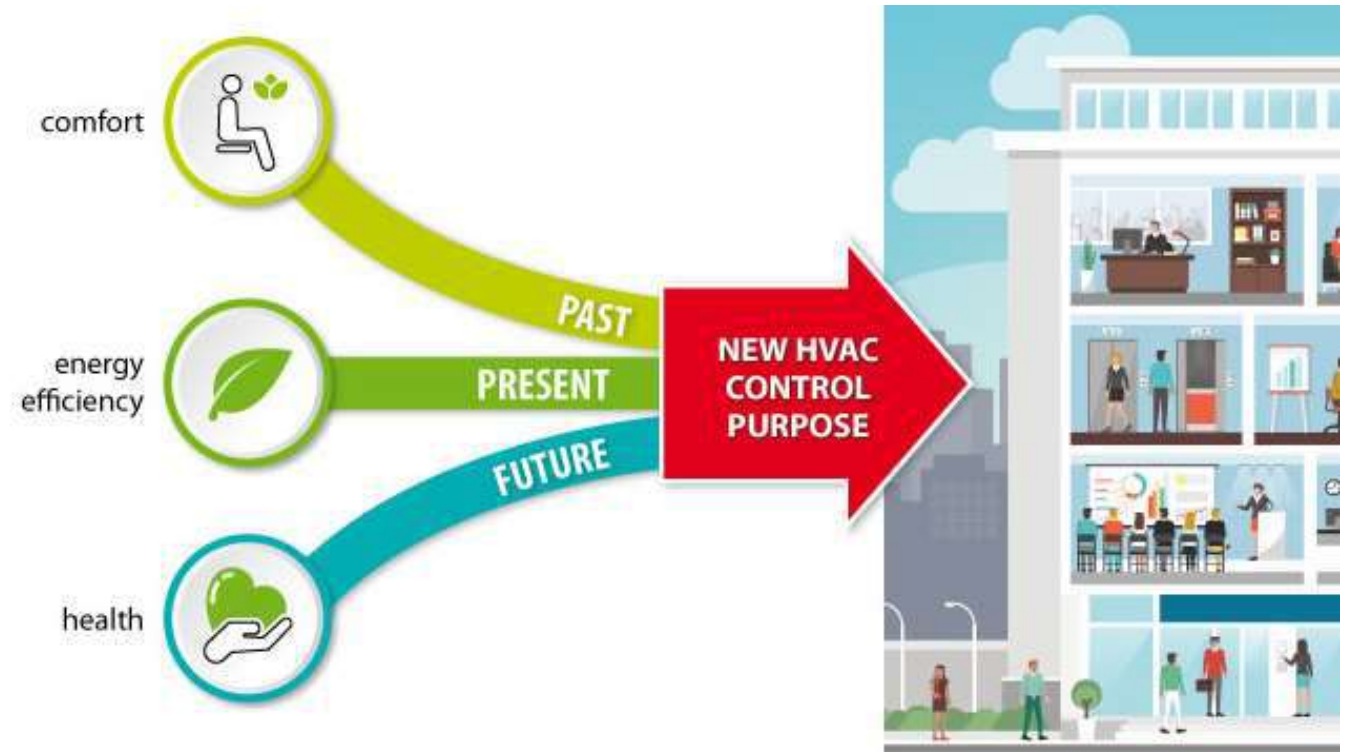
© H. Kaļķis, Latvijas Ergonomikas biedrība, 2023



- **nogurums un koncentrēšanās grūtības**
- **piespiedu darba poza**
- **galvassāpes**
- **uzbudinātība vai nomāktība**
- **alerģijas un izsitumi**
- **slikta dūša un reibonis**
- **stresa un izdegšanas risks**
- **sausuma sajūta rīklē un sausa āda**
- **biežas saaukstēšanās slimības, t.sk. vīrusa infekcijas**

3 pamatrādītāji, kam jāpievērš uzmanība, ierīkojot ventilācijas sistēmas attiecībā uz cilvēku darbā:

- 1) komforts,
- 2) efektivitāte
- 3) veselība



Ergonomikas pieci zelta likumi

(Roja Ž., Kaļķis H., 2020)

1. *Holistiska pieeja*
2. *Dari ergonomiski pareizi pašā sākumā*
3. *Meklē problēmas cēloni*
4. *Dažādošana*
5. *Nodrošini darbiniekiem izvēles iespējas*



Ko darīt, lai nodrošinātu ergonomisku darba vidi un uzlabotu ražīgumu

1. Risku novērtēšana un vadība:
2. Ergonomiskie uzlabojumi, t.sk. iekštelpu un ārējās vides gaisa kvalitātes nodrošināšana
3. Apmācības un informēšana par veselīgu un drošu darba vidi, ergonomiski pareiziem darba paņēmieniem, riskiem un to novēršanu
4. Komunikācija un sadarbība - atvērta un efektīva komunikācijas kultūra darba vidē
5. Veselības veicināšanas pasākumi





NEKAD NEDRĪKSTAM AIZMIRST:

- **Cilvēks** ir galvenā vērtība
- **Cilvēku** nedrīkst aizvietot tā kā detaļu
- **Cilvēks** – tā ir personība ar raksturu, motivāciju un nosliecēm



Kopsavilkums

- **Ergonomika** ir būtisks un neatņemams elements biznesa efektivitātē
- **LABA ERGONOMIKA IR LABA EKONOMIKA!**
- Cilvēks ir organizācijas pamatvērtība Veselīgā un produktīvā darba vidē

**Rūpēsimies un veidosim
VESELĪGU darba vidi kopā!**



www.ergonomika.lv

**Paldies par
uzmanību!**