

 ΑΔΜΗΕ ΔΑΔΥ/ΚΥ&ΑΕ	ΤΕΧΝΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ		Κωδ.: TDS-60
	Έκδοση: 1η	Ημερομηνία ισχύος: 01/10/2019	Σελίδα 1 από 5

ΕΡΕΥΝΑ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΙΝΔΥΝΩΝ

Σύνταξη: Μ. Τσίκο

Έγκριση: Κ. Δεύτος

	ΤΕΧΝΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ		Κωδ.: TDS-60
	Έκδοση: 1η	Ημερομηνία ισχύος: 01/10/2019	Σελίδα 2 από 5

1. Εισαγωγή

Η έρευνα αυτή αποσκοπεί στην ανάδειξη των ψυχοκοινωνικών κινδύνων που εμφανίζονται στον χώρο εργασίας.

2. Περιγραφή της έρευνας

Στόχος της έρευνας είναι ο εντοπισμός του βαθμού ικανοποίησης (satisfaction) των εργαζομένων στον ΑΔΜΗΕ, καθώς και της επαγγελματικής εξουθένωσης (burn-out).

Το Σύνδρομο Επαγγελματικής Εξουθένωσης (burnout) συμπεριλήφθηκε ως ένα επαγγελματικό φαινόμενο, στην Διεθνή Κατάταξη Ασθενειών (ICD-11) κατά την 11η Αναθεώρηση του καταλόγου. Δεν ταξινομήθηκε ως μια ιατρική κατάσταση. Περιγράφεται στο κεφάλαιο: «Παράγοντες που επηρεάζουν την κατάσταση της υγείας ή την επικοινωνία με υπηρεσίες υγείας» - που περιλαμβάνει αιτίες για τις οποίες οι άνθρωποι έρχονται σε επαφή με παροχή υπηρεσιών υγείας, αλλά δεν κατατάσσονται στις ασθένειες ή στις ιατρικές καταστάσεις.

Η έρευνα αυτή απευθύνεται σε όλο το προσωπικό του ΑΔΜΗΕ που εργάζεται σε όλες τις γεωγραφικές ενότητες της χώρας και όπου υπάρχουν υποκαταστήματα.

Η διερεύνηση των ανωτέρω πεδίων ελέγχου θα πραγματοποιηθεί ποσοτικά μέσω ερωτηματολογίου και ποιοτικά μέσω συνεντεύξεων με δύο ομάδες εργαζομένων (focus group), ιεραρχικής βαθμίδας «υποτομεάρχης» - «τομεάρχης», σε τρεις (3) περιοχές της Ελλάδας. Η ποσοτική και ποιοτική έρευνα θα λειτουργήσουν παράλληλα.

Το ερωτηματολόγιο θα δημιουργηθεί με βάση της ιδιαιτερότητες του ΑΔΜΗΕ, μέσω focus groups και θα σταθμιστεί προκειμένου να εξασφαλιστεί η εγκυρότητά του.

Ο χρόνος δημιουργίας του ερωτηματολογίου δεν θα ξεπερνά τις 2 εβδομάδες από την πρώτη συνάντηση των focus groups.

Η έρευνα αυτή δύναται να χωρισθεί σε έξι (6) φάσεις.

Α' φάση: Δημιουργία ερωτηματολογίου

Β' φάση: Διεξαγωγή έρευνας (ποσοτική-ερωτηματολόγιο & ποιοτική-συνεντεύξεις)

	ΤΕΧΝΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ		Κωδ.: TDS-60
	Έκδοση: 1η	Ημερομηνία ισχύος: 01/10/2019	Σελίδα 3 από 5

Γ' φάση: Παρουσίαση αποτελεσμάτων

Δ' φάση: Δράσεις

Ε' φάση: Επανάληψη ποσοτικής έρευνας σε εύλογο χρονικό διάστημα.

ΣΤ' φάση: Αναφορές μεταβολών των μετρήσεων

Οι προτεινόμενες δράσεις είναι οι εξής:

α. Τηλεφωνική γραμμή υποστήριξης

Ψυχολογική υποστήριξη ατόμων μέσω τηλεφωνικής γραμμής. Άμεση, εμπιστευτική και απεριόριστη υποστήριξη και καθοδήγηση των εργαζομένων και των μελών των οικογενειών τους για την διαχείριση προσωπικών, οικογενειακών ή εργασιακών θεμάτων που επηρεάζουν την αποδοτικότητα, λειτουργικότητα και ψυχοκοινωνική τους υγεία.

β. Παροχή συμβουλευτικής υποστήριξης - Συνεδρίες - Πανελλαδική κάλυψη

Ατομικές ή και ομαδικές συνεδρίες συμβουλευτικής υποστήριξης για εργαζόμενους οι οποίοι αντιμετωπίζουν κάποιο θέμα και θα εκδηλώσουν ενδιαφέρον για περαιτέρω υποστήριξη. Το αντικείμενο των συνεδριών μπορεί να περιλαμβάνει:

- i. Εργασιακά θέματα: ενίσχυση ανθεκτικότητας και αισιοδοξίας, αποφόρτιση και ενδυνάμωση για την διαχείριση θεμάτων που συνδέονται με την φύση της εργασίας, αποτελεσματική διαχείριση αλλαγών, ενίσχυση και διατήρηση υψηλού ηθικού, μείωση εργασιακού στρες, διαχείριση ανασφάλειας, βελτίωση αυτοπεποίθησης και αυτοεκτίμησης για την επίτευξη των εργασιακών στόχων, ανάπτυξη επικοινωνιακών δεξιοτήτων, ελαχιστοποίηση συγκρούσεων, βελτίωση διαπροσωπικών σχέσεων, αποτελεσματική διαχείριση του χρόνου, κρίσεις εντός εργασιακού χώρου (ατυχήματα, οργανωσιακές αλλαγές), κ.α.
- ii. Προσωπικά θέματα: ενδυνάμωση διαπροσωπικών σχέσεων, διαχείριση προσωπικών θεμάτων υγείας (ψυχικής και σωματικής), διαχείριση συναισθημάτων, βελτίωση διάθεσης και ηθικού, διαχείριση άγχους λόγω οικονομικών και εργασιακών θεμάτων, κ.α.
- iii. Οικογενειακά θέματα: γονεϊκός ρόλος, σχέση ζεύγους, χειρισμός κρίσιμων οικογενειακών θεμάτων (διαζύγιο, αιφνίδιος θάνατος, πένθος), βελτίωση επικοινωνίας με τα παιδιά, προβλήματα παιδιού-

	ΤΕΧΝΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ		Κωδ.: TDS-60
	Έκδοση: 1η	Ημερομηνία ισχύος: 01/10/2019	Σελίδα 4 από 5

εφήβου, ενδοοικογενειακή βία, φροντίδα ηλικιωμένων, υποστήριξη άνεργων μελών στην οικογένεια, χρόνιες ασθένειες στην οικογένεια, ΑΜΕΑ, κ.α.

γ. Workshops - Ομιλίες - Εκπαίδευση - Σεμινάρια - Πανελλαδική κάλυψη (με επιδότηση του ΛΑΕΚ)

- Διοικητικές δεξιότητες
 - Κινητοποίηση εργαζομένων
 - Υποστήριξη
 - Δημιουργία καλού εργασιακού κλίματος
 - Εντοπισμός της σημασίας του ρόλου ως προϊστάμενος
 - Αναγνώριση και επιβράβευση
 - Καθοδήγηση, παροχή ανατροφοδότησης, αξιολόγηση απόδοσης
- Διαχείριση στρεσογόνων καταστάσεων και ικανότητες εφαρμογής τους στην πράξη για την αποτελεσματική αντιμετώπιση των προκλήσεων του σύγχρονου εργασιακού και κοινωνικού περιβάλλοντος
- Συναισθηματική νοημοσύνη
 - Εντοπισμός των συναισθημάτων των άλλων
 - Διαχείριση των προσωπικών συναισθημάτων
 - Διαχείριση συγκρούσεων στον εργασιακό χώρο
 - Ενίσχυση της ανθεκτικότητας, της προσαρμοστικότητας, της αισιοδοξίας και της αυτοπεποίθησης
- Διαχείριση σε περιόδους οργανωσιακής μετάβασης - έντονες και συνεχείς αλλαγές
 - Διαχείριση των συναισθημάτων σε περιόδους αλλαγών
 - Μέθοδοι και εργαλεία για την διαχείριση της ανθρώπινης πλευράς της αλλαγής
 - Αποδοχή, απόρριψη, προσπάθεια αποδοχής νέας κατάστασης
 - Καθοδήγηση στη νέα κατάσταση
 - Συνεχής ανάγκη προσαρμογής σε νέα δεδομένα
- Εργασιακή και οικονομική ανασφάλεια

Οι συμμετέχοντες εκπαιδευτές στα Workshops θα είναι πιστοποιημένοι ή με αναγνωρισμένα πτυχία.

Συνεχείς ενημερώσεις με έντυπα Newsletter.

	ΤΕΧΝΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ		Κωδ.: TDS-60
	Έκδοση: 1η	Ημερομηνία ισχύος: 01/10/2019	Σελίδα 5 από 5

3. Χρόνοι υλοποίησης της έρευνας

Ο χρόνος υλοποίησης της έρευνας θα προκύψει μετά από συζήτηση με τον μειοδότη και δεν θα ξεπερνά τους τρεις (3) μήνες από την πρώτη συνάντηση των focus groups για την δημιουργία του ερωτηματολογίου. Ο συνολικός χρόνος των έξι (6) φάσεων, Α, Β, Γ, Δ, Ε και ΣΤ δεν θα ξεπερνά το ένα (1) έτος. Η επαναληπτική ποσοτική έρευνα που θα επαναληφθεί μετά το τέλος των δράσεων θα δείχνει τις μεταβολές που συντελέστηκαν μετά τις δράσεις που αναλήφθηκαν από τα αποτελέσματα του 1ου ερωτηματολογίου.

4. Τρόπος διανομής του ερωτηματολογίου

Ο τρόπος διανομής και συλλογής του ερωτηματολογίου θα είναι διττός: α) ηλεκτρονικός, για όσους εργαζόμενους έχουν πρόσβαση σε εταιρικό email και β) μέσω έντυπου για όσους δεν έχουν πρόσβαση σε εταιρικό email.

Ο τρόπος διανομής και συλλογής του ερωτηματολογίου θα βαρύνει τον ΑΔΜΗΕ, όταν πρόκειται για την συμπλήρωσή του με την κλασική μέθοδο μέσω ταχυδρομείου. Τα συμπληρωμένα ερωτηματολόγια θα εισαχθούν στο πρόγραμμα επεξεργασίας των δεδομένων από τον μειοδότη. Όταν πρόκειται για ηλεκτρονικό τρόπο, το ερωτηματολόγιο (link) θα αποσταλεί από τον μειοδότη στους εργαζόμενους και η συμπλήρωση και αποστολή θα γίνει ηλεκτρονικά. Η όλη διαδικασία θα γίνεται έτσι ώστε να εξασφαλίζεται η ανωνυμία και το απόρρητο όσων παίρνουν μέρος στην έρευνα.

5. Ιστορικό Εγγράφου

Έκδοση/Ημερομηνία	Υπεύθυνος Τροποποίησης	Περιγραφή Τροποποίησης