



International
Labour
Organization

*Cyfryzacja
i sztuczna inteligencja –*
n o w a e r a p r a c y



Światowy Dzień
Bezpieczeństwa
i Ochrony Zdrowia
w Pracy /

2025

Cyfryzacja i sztuczna inteligencja – nowa era pracy

Rozwój technologii cyfrowych i sztucznej inteligencji (AI) fundamentalnie zmienia sposób, w jaki pracujemy. Automatyzacja, inteligentne systemy i cyfrowe narzędzia nie tylko podnoszą efektywność i komfort pracy, lecz także stawiają przed nami nowe wyzwania związane z bezpieczeństwem i ze zdrowiem pracowników.

W tym roku Międzynarodowa Organizacja Pracy (MOP) poświęca obchody Światowego Dnia Bezpieczeństwa i Ochrony Zdrowia w Pracy tematowi cyfryzacji i AI, podkreślając konieczność dostosowania zasad bhp do dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości [1].

Według danych MOP z 2023 r. automatyzacja może wpłynąć na 75 mln miejsc pracy na świecie, a AI może wspomagać nawet 427 mln stanowisk pracy [2]. Oznacza to, że cyfrowa transformacja staje się jednym z kluczowych czynników kształtujących współczesne warunki pracy. Nowoczesne technologie eliminują wiele zagrożeń związanych z monotonnymi, obciążającymi fizycznie lub niebezpiecznymi zadaniami, a jednocześnie niosą ze sobą nowe ryzyka. Do kluczowych obszarów wymagających szczególnej uwagi w kontekście bhp należą:

- **automatyzacja i robotyka** – zmniejszają ekspozycję pracowników na zagrożenia, eliminując monotonne i niebezpieczne zadania, lecz mogą prowadzić do awarii technicznych i problemów ergonomicznych wynikających z długotrwałej pracy przy monitorowaniu systemów;
- **inteligentne systemy monitorowania obszaru bhp** – wykorzystują AI i sensory do analizy warunków pracy w czasie rzeczywistym, co znacząco zwiększa poziom bezpieczeństwa, jednak rodzi pytania o prywatność pracowników;
- **wirtualna i rozszerzona rzeczywistość (VR/AR)** – rewolucjonizują szkolenia bhp, lecz ich długotrwałe użytkowanie może powodować zmęczenie wzroku, problemy z równowagą i przeciążenie poznawcze;
- **zarządzanie pracą za pomocą algorytmów** – optymalizuje procesy i zwiększa efektywność, a zarazem może prowadzić do wzrostu presji na wyniki, co negatywnie wpływa na zdrowie psychiczne pracowników;
- **praca zdalna i platformy cyfrowe** – dają większą elastyczność, lecz mogą skutkować izolacją społeczną oraz problemami z zapewnieniem odpowiednich warunków bhp w domowym środowisku pracy;
- **cybermobbing** – to coraz poważniejsze zagrożenie psychospołeczne negatywnie wpływa na zdrowie psychiczne pracowników i stabilność organizacyjną w firmach.

Odpowiedzią na te wyzwania ery cyfrowej powinna być aktualizacja przepisów bhp, przy czym najważniejsze kierunki zmian obejmują zapewnienie bezpieczeństwa w interakcji człowiek – maszyna, prawa do odłączenia się, przejrzystości algorytmicznej oraz bezpiecznych i higienicznych warunków w pracy zdalnej i platformowej. Odpowiednie przepisy muszą więc: uregulować kwestie stosowania robotów i systemów autonomicznych w miejscu pracy, zagwarantować pracownikom możliwość odpoczynku poza godzinami pracy (by przeciwdziałać wypaleniu zawodowemu) i ochronę ich prywatności oraz nadążać za nowymi modelami zatrudnienia (w tym uwzględnić m.in. ergonomię i aspekty psychospołeczne).

Jednym z priorytetowych tematów Światowego Dnia Bezpieczeństwa i Ochrony Zdrowia w Pracy jest cybermobbing. W kwietniu br. Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy opublikował raport pt. „Cyberprzemoc w pracy” (więcej na s. 13) [3]. Dokument analizuje mechanizmy cyberprzemocy i jej skutki, takie jak depresja, bezsenność czy bóle psychosomatyczne, oraz wskazuje sposoby przeciwdziałania temu zjawisku i wdrażania polityki antyprzemocowej w organizacjach.

W ramach tegorocznych obchodów odbędzie się również uroczyste posiedzenie Rady Ochrony Pracy przy Sejmie RP (25 kwietnia 2025 r.), połączone z konferencją „Stop mobbingowi. Jak budować zdrowe i bezpieczne środowisko pracy?”. Wydarzenie zgromadzi ekspertów, przedstawicieli administracji publicznej, pracodawców oraz związki zawodowe. Celem spotkania będzie omówienie zagrożeń związanych z mobbingiem, w tym z cyberprzemocą, oraz podkreślenie potrzeby wypracowania strategii edukacyjnych i legislacyjnych w tym zakresie.

Cyfryzacja i sztuczna inteligencja mogą się przyczynić do poprawy warunków pracy, ale ich wdrażanie wymaga świadomego zarządzania ryzykiem z tym związanym. Kluczowe jest rozwijanie kompetencji cyfrowych pracowników poprzez odpowiednie szkolenia oraz ich aktywne uczestnictwo w procesach projektowania nowych technologii. Tylko współpraca administracji publicznej, pracodawców, organizacji pracowniczych i instytucji naukowych może zagwarantować bezpieczny i sprawiedliwy proces transformacji cyfrowej.

Więcej informacji na temat bezpieczeństwa pracy w erze cyfryzacji i sztucznej inteligencji: www.ciop.pl/28kwietnia.

Dorota Pięta

Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy
Kontakt: dorota.pieta@ciop.pl

Zrealizowano na podstawie wyników VI etapu programu wieloletniego pn. „Rządowy Program Poprawy Bezpieczeństwa i Warunków Pracy”, finansowanego w zakresie zadań służb państwowych ze środków Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Zadanie nr 7.ZS.08 pt. „Komunikowanie zagadnień bezpieczeństwa pracy w szczególności poprzez informacyjne kampanie społeczne (w tym kampanię Europejskiej Agencji Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy), media społecznościowe oraz newsletter), z uwzględnieniem współpracy z instytucjami krajowymi i międzynarodowymi”. Koordynator programu: Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy.

BIBLIOGRAFIA

[1] *World Day for Safety and Health at Work 2025*, International Labour Organization, 2025, <https://www.ilo.org/meetings-and-events/world-day-safety-and-health-work-2025>.

[2] *Revolutionizing health and safety: The role of AI and digitalization at work*, International Labour Organization, 2025.

[3] *Warszewska-Makuch M., Cyberprzemoc w pracy. Raport*, Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy, 2025.