

INFORMACJA PRASOWA**Silna instytucja zaczyna się od ludzi. CIOP-PIB i ZUS stawiają na dobrostan pracowników**

Presja, przeciążenie cyfrowe, wymagający kontakt z klientem i potrzeba utrzymania dobrej kondycji pracowników przez kolejne lata – to wyzwania, z którymi mierzą się dziś duże organizacje. ZUS i CIOP-PIB łączą siły, by odpowiedzieć na nie systemowo. Stawka jest wysoka: kondycja ludzi przekłada się bezpośrednio na odporność organizacji, jakość pracy i sprawność obsługi milionów klientów.

Zakład Ubezpieczeń Społecznych i Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy (CIOP-PIB) zawarły dzisiaj, 18 sierpnia 2026 roku, porozumienie, które otwiera czteroletnią współpracę dotyczącą bezpieczeństwa i zdrowia w pracy, ergonomii, utrzymania zdolności do pracy oraz zapobiegania wypaleniu zawodowemu. Za tymi hasłami stoi bardzo konkretny cel: lepiej odpowiadać na obciążenia, z którymi pracownicy mierzą się na co dzień, i tworzyć środowisko pracy sprzyjające zdrowiu także w dłuższej perspektywie.

Współpraca obu instytucji ma mieć przede wszystkim wymiar praktyczny. Dla pracowników ZUS zostały już przygotowane dwa webinary pt. „Kompas dobrostanu w pracy”. Eksperti CIOP-PIB zajmują się w nich tematami, które trudno dziś oddzielić od codziennego funkcjonowania dużej organizacji: stresem i odpornością psychiczną, regeneracją, ergonomią stanowiska pracy, trudnymi kontaktami z klientami czy przeciążeniem cyfrowym.

Jak zadbać o dobrostan pracowników w dużej organizacji

Dobrostan w pracy nie sprowadza się do jednego szkolenia ani do prostego zestawu porad. To efekt wielu elementów: sposobu organizacji pracy, wymagań stawianych pracownikowi, możliwości regeneracji, jakości relacji, ergonomii stanowiska czy intensywności korzystania z technologii. Dlatego program „Kompas dobrostanu w pracy” łączy perspektywę psychologiczną, zdrowotną i ergonomiczną. Został on opracowany z myślą o pracownikach wykonujących różne zadania – zarówno pracujących biurowo, jak i mających bezpośredni kontakt z klientami czy mierzących się z większym obciążeniem psychicznym i fizycznym.

Pierwsza część cyklu koncentruje się na energii i odporności psychicznej. Eksperti pokazują, jakie zachowania wspierają zdrowie, dlaczego regeneracja po pracy ma znaczenie i jak lepiej radzić sobie z presją czy trudnymi emocjami. Druga część cyklu skupia uwagę bezpośrednio na środowisku pracy: na ergonomii stanowiska, wymagających sytuacjach w kontakcie z klientem oraz na nadmiarze informacji i stałej dostępności związanej z narzędziami cyfrowymi.

Nie chodzi przy tym o teorię oderwaną od codzienności. Wiedza ta ma pomagać pracownikom wcześniej dostrzegać oznaki przeciążenia, lepiej organizować pracę i

odpoczynek oraz bardziej świadomie ograniczać czynniki, które prowadzą do zmęczenia psychicznego i fizycznego.

Dlaczego dobrostan pracowników ma znaczenie dla całej instytucji

– W ZUS-ie mamy około 19-20 proc. stałej absencji. To jest szokujące, bo to oznacza, że każdego dnia nie pracuje prawie 8,5 tys. naszych pracowników. Oczywiście duża część z nich przebywa na urlopach ale część nieobecności to zwolnienia lekarskie. To bardzo dużo i to pokazuje skalę wyzwania. Dlatego szczególnie zwracamy uwagę na zdrowie psychiczne pracowników. Nasi pracownicy mają częsty kontakt z ludźmi w kryzysie, którzy np. przychodzą po świadczenia. To generuje stres i obciążenie psychiczne pracowników. Musimy im pomagać – deklaruje prezes ZUS Liwiusz Laska.

Szczególnie wymagająca może być praca łącząca odpowiedzialność, dużą liczbę informacji, korzystanie z systemów cyfrowych i bezpośredni kontakt z osobami przychodzącymi do instytucji z ważnymi, a czasem trudnymi sprawami życiowymi. W takich warunkach profilaktyka stresu, ergonomia czy umiejętność regeneracji nie są dodatkiem do funkcjonowania organizacji. Stają się częścią jej odporności.

– Dobrostan pracowników trzeba dziś postrzegać szerzej niż tylko przez pryzmat samopoczucia. To kwestia zdrowia, zdolności do pracy i odporności całej organizacji. Jako CIOP-PIB chcemy wносить do tej współpracy wiedzę opartą na badaniach i przekładać ją na działania odpowiadające na realne potrzeby pracowników. Partnerstwo z ZUS daje nam możliwość takiego właśnie systemowego podejścia – podkreśla Agnieszka Szczypińska, dyrektorka Centralnego Instytutu Ochrony Pracy – Państwowego Instytutu Badawczego.

Jak CIOP-PIB może wspierać zdrowie psychiczne i bezpieczeństwo w pracy

CIOP-PIB wnosi do partnerstwa kompetencje, które pozwalają patrzeć kompleksowo na człowieka w środowisku pracy. Eksperti CIOP-PIB zajmują się m.in. stresem zawodowym, presją czasu, obciążeniem emocjonalnym i poznawczym, pracą z klientem, równowagą między pracą a życiem prywatnym, wypaleniem zawodowym czy kulturą bezpieczeństwa. Analizują nie tylko skutki takich zjawisk, lecz także ich uwarunkowania organizacyjne. To ważna różnica. Celem nie jest wyłącznie wskazanie, że pracownik doświadcza przeciążenia. Jest nim przede wszystkim rozpoznanie, co w środowisku i sposobie organizowania pracy może to przeciążenie wzmacniać lub ograniczać. Na tej podstawie można przygotować rekomendacje dotyczące m.in. organizacji pracy, komunikacji, wsparcia ze strony przełożonych i współpracowników czy ograniczania czynników sprzyjających stresowi i wypaleniu.

Co daje strategiczne partnerstwo CIOP-PIB i ZUS

Porozumienie zostało zawarte na cztery lata z możliwością przedłużenia. Obejmuje wymianę doświadczeń i informacji, wspólne działania edukacyjne i informacyjno-promocyjne, seminaria oraz wzajemne podnoszenie kompetencji pracowników obu instytucji w zakresie bezpieczeństwa, zdrowia i ergonomii. Dla CIOP-PIB to także realizacja jednej z podstawowych zadań Instytutu: przenoszenia wyników badań i wiedzy eksperckiej do praktyki funkcjonowania organizacji. Współpraca ta ma również szerszy kontekst. „Kompas dobrostanu w pracy” przygotowano w ramach działań poprzedzających krajową

edycję europejskiej kampanii „Zdrowa praca, zdrowa głowa” 2026–2028, koordynowanej w Polsce przez CIOP-PIB, który pełni funkcję Krajowego Punktu Centralnego Europejskiej Agencji Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy.