

Vilniaus universitetas
Medicinos fakultetas



STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO LXXVI KONFERENCIJA



Vilnius, 2024 m. gegužės 13–17 d.

PRANEŠIMŲ TEZĖS

Leidinį sudarė

VU MF Mokslo ir inovacijų skyriaus

inovacijų specialistas Kristijonas PUTEIKIS ir

administratorė Rima DAUNORAVIČIENĖ



VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

2024

Mokslo komitetas:

doc. dr. Valdemaras Jotautas
dr. Diana Bužinskienė
prof. dr. Violeta Kvedarienė
prof. dr. (HP) Saulius Vosylius
prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas
Indrė Sakalauskaitė
Laura Lukavičiūtė
dr. Agnė Abraitienė
doc. dr. Jūratė Pečeliūnienė
prof. dr. Vaiva Hendrixson
doc. dr. Ieva Stundienė
prof. dr. Eglė Preikšaitienė
doc. dr. Birutė Zablockienė
prof. dr. Pranas Šerpytis
Artūras Mackevičius

dr. Žymantas Jagelavičius
doc. dr. Agnė Kirkliauskienė
prof. dr. Marius Miglinas
Žilvinas Chomanskis
doc. dr. Kristina Ryliškienė
prof. dr. Vilma Brukienė
doc. dr. Saulius Galgauskas
Andrius Žučenka
doc. dr. Birutė Brasiūnienė
doc. dr. Jaunius Kurtinaitis
prof. dr. Eugenijus Lesinskas
doc. dr. Goda Vaitkevičienė
prof. dr. Alvydas Navickas
doc. dr. Rima Viliūnienė
prof. dr. (HP) Edvardas Danila

prof. dr. Nomedą Rima Valevičienė
Teresė Palšytė
doc. dr. Vytautas Tutkus
doc. dr. Danutė Povilėnaitė
dr. Viktorija Andrejevaitė
prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius
dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė
doc. dr. Jurgita Stasiūnienė
dr. Arnas Bakavičius
prof. dr. Gilvydas Verkauskas
prof. dr. Sigitą Lesinskienė
doc. dr. Marija Jakubauskienė
prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė

Organizacinis komitetas:

Kristina Marcinkevičiūtė
Viktorija Rakovskaitė
Austėja Grudytė
Justina Semenkovaite
Matas Žekonis
Rokas Žekonis
Milvydė Marija Tamutyte
Augustė Senulytė
Miglė Miglinaitė
Rokas Bartuška
Damian Luka Mialkowskyj
Karina Mickevičiūtė
Jovita Patricija Druta
Emilija Šauklytė

Austėja Račytė
Tadas Abartis
Mindaugas Smetaninas
Rafal Sinkevič
Gerda Šlažaitė
Kamilė Čeponytė
Einis Novičenko
Benas Matuzevičius
Gabriela Šimkonytė
Ieva Ruzgytė
Milda Mikalonytė
gyd. rez. Valentinas Kūgis
gyd. rez. Gabrielė Bielinytė
Vėjas Vytautas Jokubynas

Deivilė Kvaraciejūtė
Julija Pargaliauskaitė
Paulius Montvila
Rūta Bleifertaitė
Alicija Šavareikaitė
Julija Kondrotaitė
Gediminas Gumbis
Joana Leščevskaja
Gabrielė Bajoraitė
Augustinas Stasiūnas
Odeta Aliukonytė
Robertas Basijokas
Elvin Francišek Bogdzevič

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2024

© Vilniaus universitetas, 2024

DARBUOTOJŲ NUOMONĖ APIE 4 DIENŲ DARBO SAVAITĘ IR JOS SĄSAJĄ SU SVEIKATA

Darbo autorius. Odeta LEŠINSKAITĖ, IV kursas.

Darbo vadovas. Asist. Dr. Jelena STANISLAVOVIENĖ, VU MF Sveikatos mokslų institutas, Visuomenės sveikatos katedra.

Darbo tikslas: įvertinti Lietuvos X įmonės darbuotojų nuomonę apie 4 dienų darbo savaitę ir jos sąsają su sveikata.

Tyrimo metodika. 2024 metų vasario–kovo mėnesiais anoniminės anketinės apklausos būdu buvo apklausti X įmonės darbuotojai. Anketa buvo sudaryta iš 3 dalių: socio–demografiniai klausimai, nuomonės apie 4 darbo dienas klausimai bei sveikatos klausimai. Tyrime dalyvavo 221 respondentas. Statistinei analizei buvo naudotos „Microsoft Office Excel“ ir „R Commander“ programos. Kokybinių kintamųjų analizei buvo naudotas Pirsono chi kvadrato testas, o kai tikėtini dažniai buvo mažesni už 5 – Fišerio tikslusis testas. Rezultatas laikomas statistiškai reikšmingu, kai $p \leq 0,05$.

Rezultatai. Atlikus statistinę analizę nustatyta, kad 95 proc. didžiojoji savo darbovietėje dėl suteiktos galimybės dirbti 4 darbo dienas. 99,5 proc. darbuotojų 4 dienų darbo savaitę vertina teigiamai ir tiek pat tvirtina, kad tokiu darbo režimu norėtų dirbti ir toliau neribotą laiką. 74 proc. kolegų savo darbo tempą dirbant 4 darbo dienas laiko vidutiniu. Pastebėta, kad dirbant 4 d.d. savo darbo tempą kaip didelį dažniau įvardina darbuotojai dirbantys ilgiau nei 5 metus (34,5 proc.), o iš dirbančių iki 5 metų darbo krūvį dideliu laiku per pusę mažiau (17,2 proc.), $p < 0,05$. Apie 60 proc. darbuotojų dirbančių 4 d.d. savo darbo tempą vertina kaip vidutinį, o statistiškai reikšmingas skirtumas pastebėtas lyginant vadovo(–ės) ir eksperto(–ės) – specialisto(–ės) pareigas užimančius, net 61 proc. vadovų(–ių) savo darbo tempą vertina kaip didelį, tuo tarpu beveik dvigubai mažiau (37 proc.) ekspertų(–čių) – specialistų(–čių) mano, kad jų darbo tempas didelis, $p < 0,05$. Analizuojant respondentų atsakymus susijusius su 4 dienų darbo savaitę ir sveikata, nustatyta, kad 42 proc. darbuotojų mano, jog pradėjęs dirbti 4 darbo dienas jų bendra sveikata pagerėjo. Iš dirbančių daugiau nei 5 metus sveikata pagerėjo 27 proc., o 54 proc. dirbančių mažiau nei 5 metus teigia, kad jų sveikata pagerėjo, $p < 0,001$. Net 70 proc. respondentų teigia, kad pagerėjo jų emocinė sveikata. Reikšmingas skirtumas pastebėtas tarp darbuotojų, kurių stažas iki 5 metų, 79 proc. jų savo emocinę sveikatą įvertino kaip pagerėjusią, o tarp tų, kurių stažas buvo didesnis – 59 proc., $p < 0,05$. 38 proc. visų respondentų teigia, kad pagerėjo jų miegas dirbant 4 d.d ir taip pat 28 proc. sumažėjo stresas. 8 proc. darbuotojų jaučia nuovargį dažnai, 61 proc. – kartais, o 32 proc. – retai arba niekada, tuo tarpu pervargimą dažnai jaučia tik apie 2 proc. respondentų, kartais – 34 proc., o retai arba niekada net 64 proc. Pusė respondentų teigia, kad pradėjęs dirbti 4 darbo dienas fizinėms veikloms ir sportui skiria daugiau laiko.

Išvados. Didžioji dalis (99,5 proc.) darbuotojų keturių dienų darbo savaitę vertina teigiamai, nori dirbti 4 darbo dienas neribotai (99,5 proc.) ir didžiuojasi savo darbo vietoje (95 proc.). Nemaža dalis darbuotojų teigia, kad keturių dienų darbo savaitė prisideda prie jų geresnės bendros sveikatos (42 proc.) ir emocinės sveikatos (70 proc.), taip pat pastebėjo pagerėjusį miegą (38 proc.), sumažėjusį stresą (28 proc.). Tik 8 proc. jaučia nuovargį dažnai ir dar mažiau (2 proc.) jaučia pervargimą dažnai dirbdami 4 darbo dienas. Pusė darbuotojų skiria daugiau laiko fizinėms veikloms nei prieš pradėdant dirbti sutrumpintos savaitės režimu.

Raktažodžiai. Keturių dienų darbo savaitė; profesinė sveikata; darbuotojai; emocinė sveikata; fizinė sveikata; nuovargis; stresas.