

Bezpieczeństwo pracy w Polsce 2024

Zmęczony jak Polak w pracy:
przyczyny, skutki
i konsekwencje

Raport Stowarzyszenia Koalicja Bezpieczni w Pracy



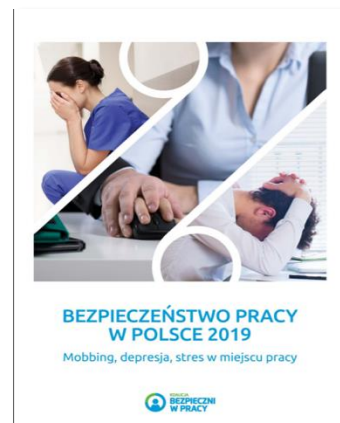
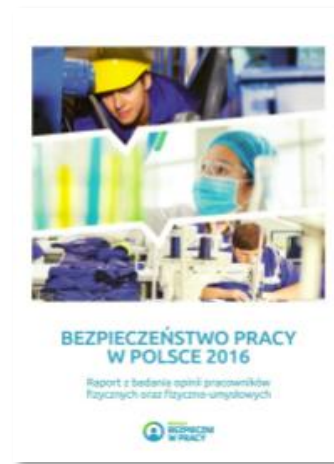
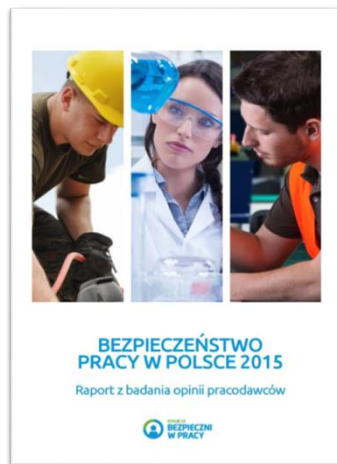
BEZPIECZEŃSTWO PRACY
W POLSCE 2024

Zmęczony jak Polak w pracy:
przyczyny, skutki i konsekwencje





Budujemy świadomość
Edukujemy w zakresie BHP
Dzielimy się doświadczeniem
Inspirujemy do zmiany postaw





BEZPIECZEŃSTWO PRACY W POLSCE 2024

Zmęczony jak Polak w pracy
– przyczyny, skutki i konsekwencje



AGENCJA	SW RESEARCH Agencja Badań Rynku i Opinii
TERMIN	Czerwiec-lipiec 2024 rok
METODOLOGIA	Badanie CAWI: N=1034 - pracownicy Badanie CATI: N=200 - pracodawcy
RESPONDENCI	Pracownicy i pracodawcy, reprezentujący branże obecne w polskiej gospodarce





BEZPIECZEŃSTWO PRACY W POLSCE 2024

Zmęczony jak Polak w pracy
– przyczyny, skutki i konsekwencje



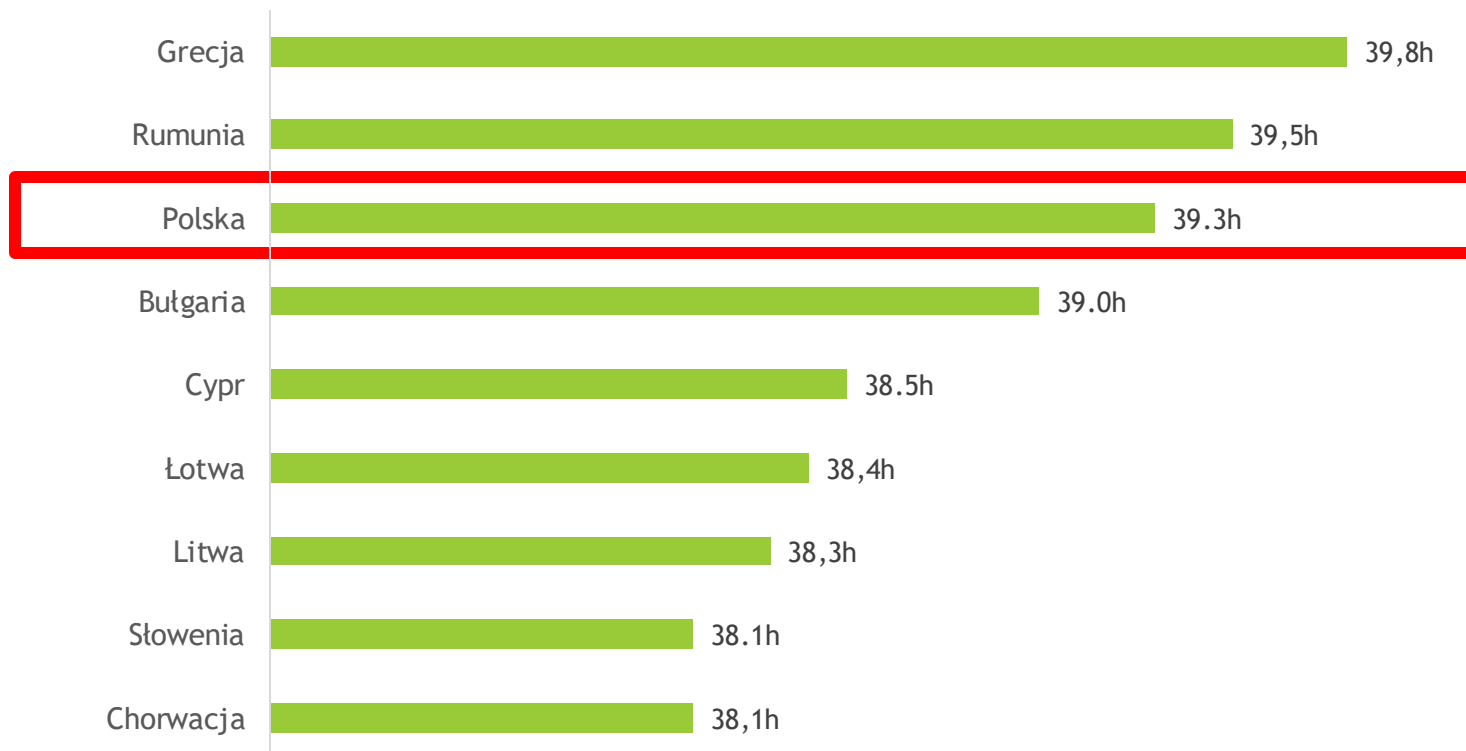
*Polacy są zmęczeni pracą
i w pracy*

WNIOSKI

#1

Polacy pracują dłużej niż przedstawiciele innych nacji

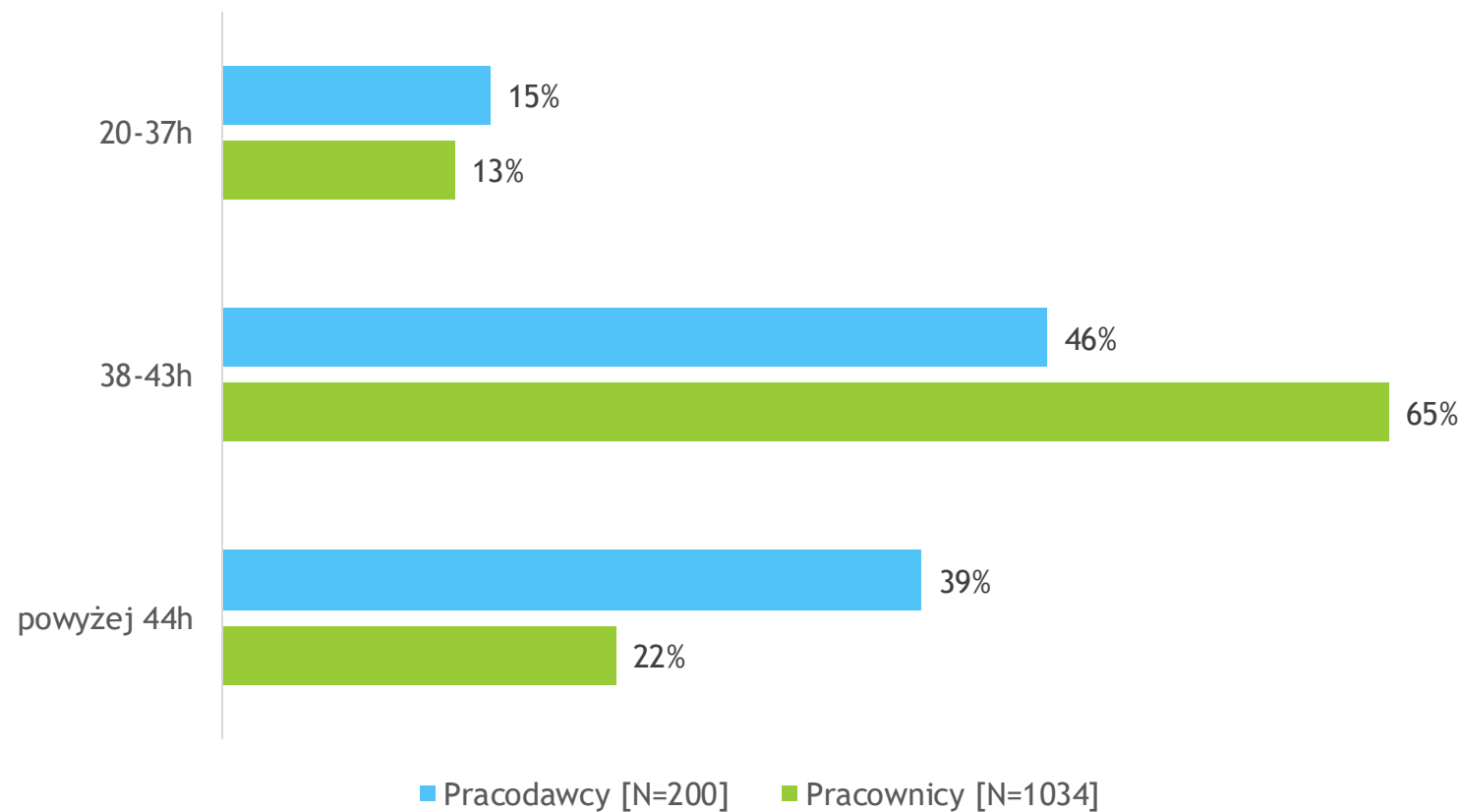
Kraje UE pracujące najwięcej godzin tygodniowo*



*Serwis Samorządowy PAP (2024). Eurostat: Polacy wśród pracujących najdłużej w Europie.

#2

Polacy pracują ponad 40 godzin tygodniowo

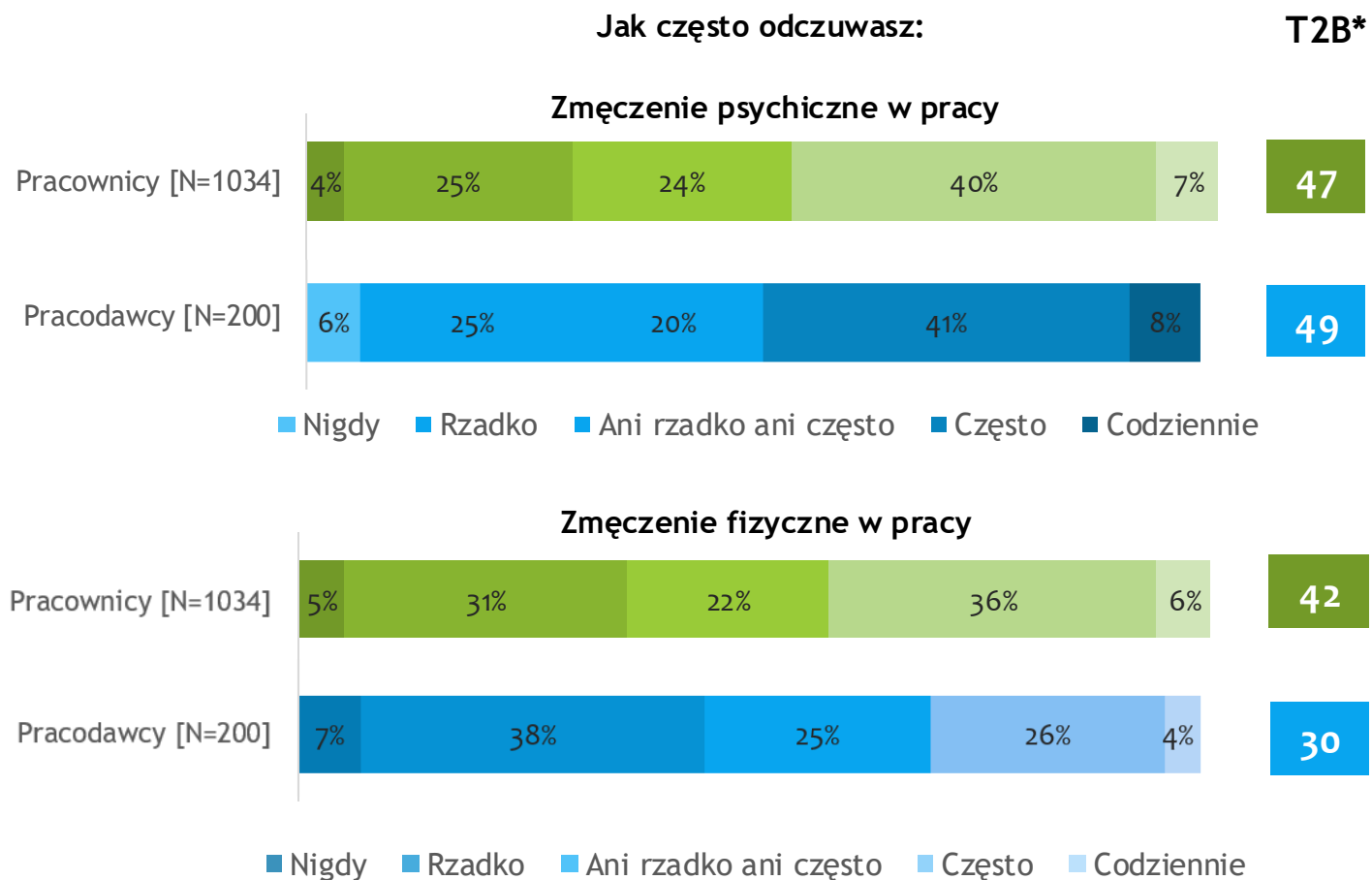


PRACOWNICY

PRACODAWCY

#3

Zmęczenie w pracy jest powszechnym zjawiskiem



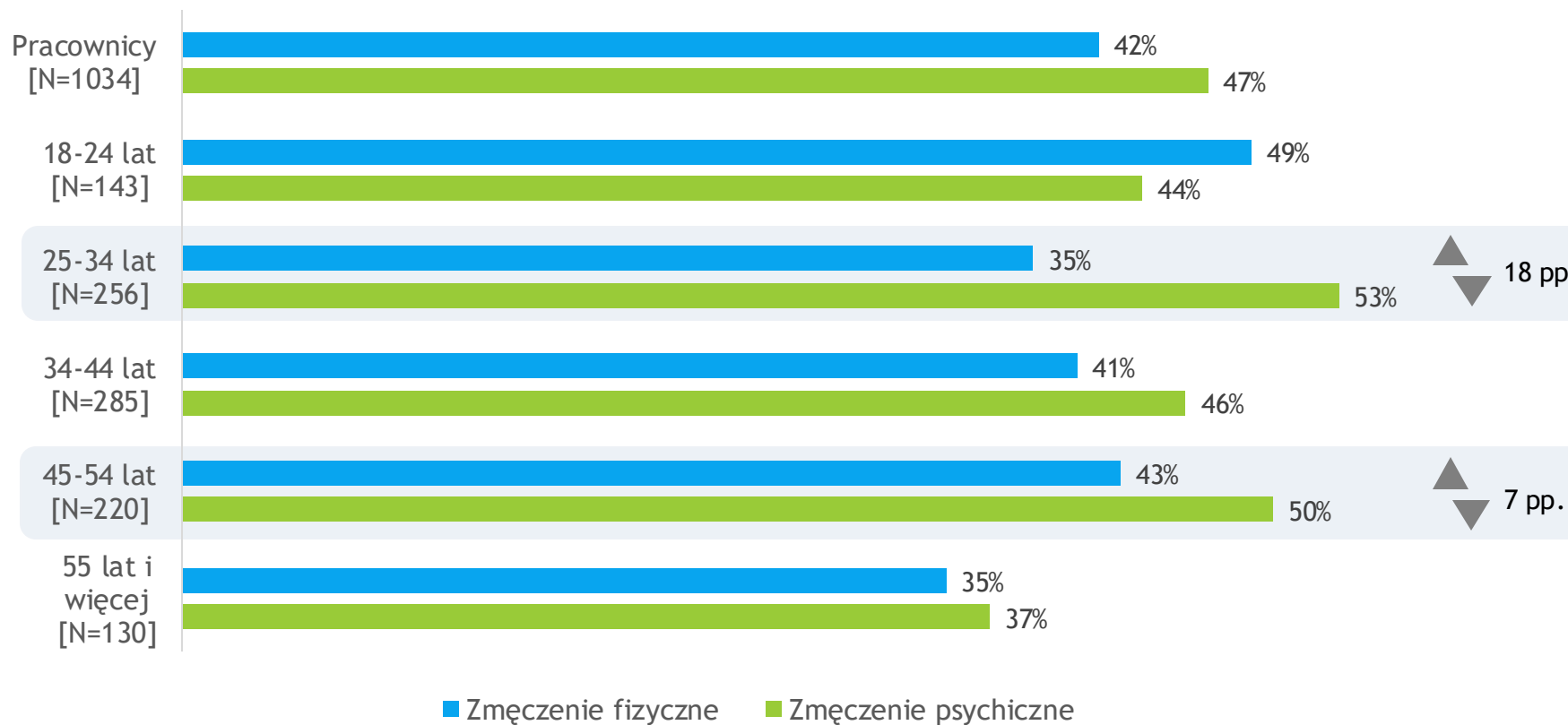
PRACOWNICY

PRACODAWCY

*T2B – suma odpowiedzi „Często” i „Codziennie”

#4

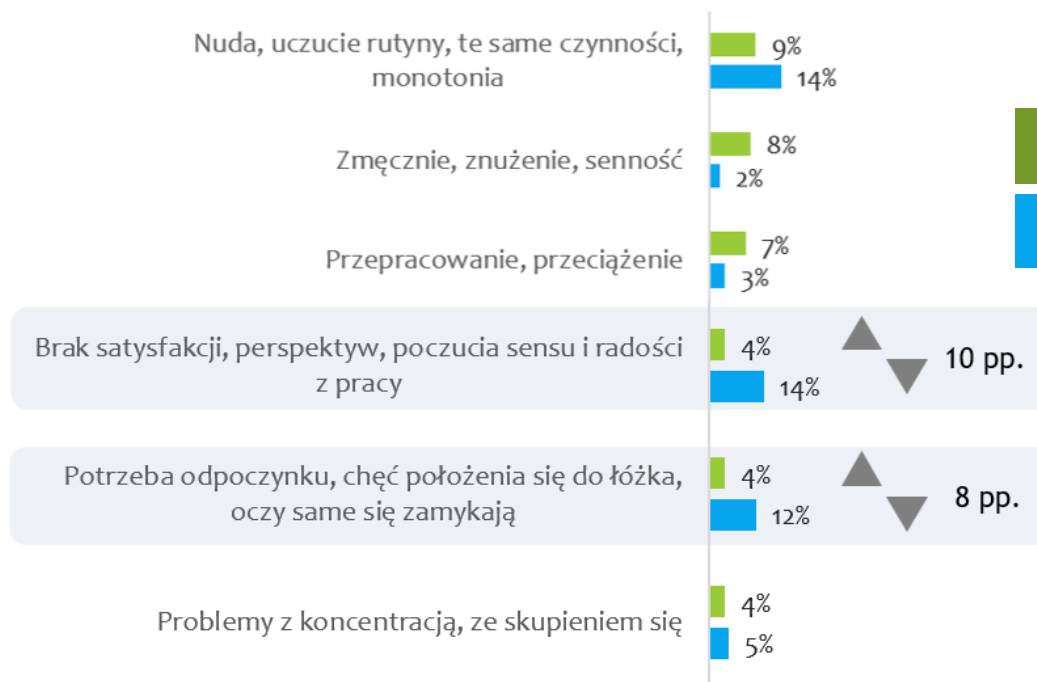
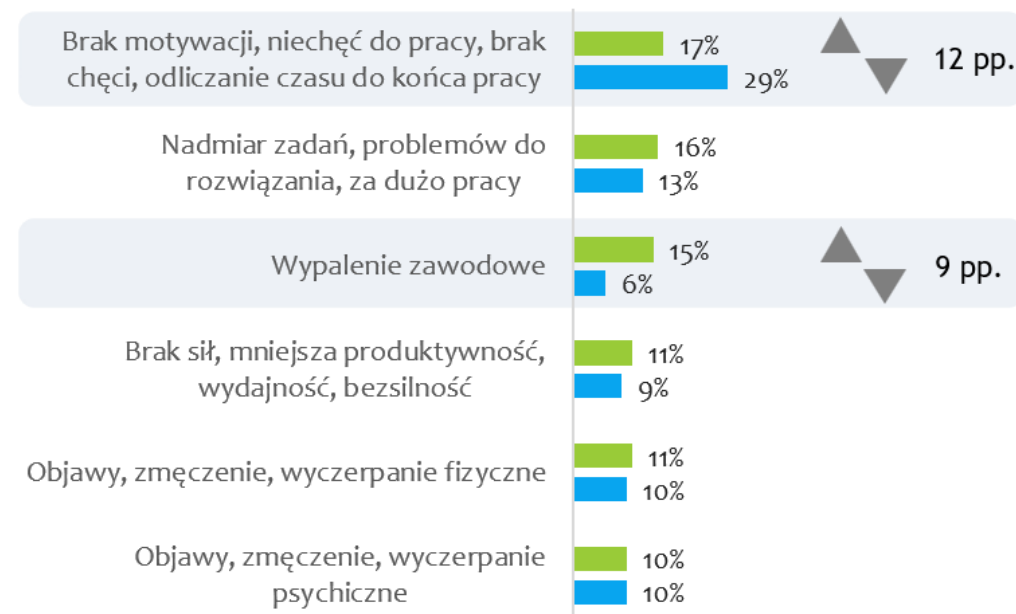
Najczęściej zmęczenie w pracy odczuwają pracownicy w wieku 25-34 lata, a najrzadziej osoby 55+



PRACOWNICY
WIEK

#5

Zmęczenie w pracy może wypalać pracowników. Z kolei pracodawcy łączą je z brakiem motywacji i brakiem chęci do pracy



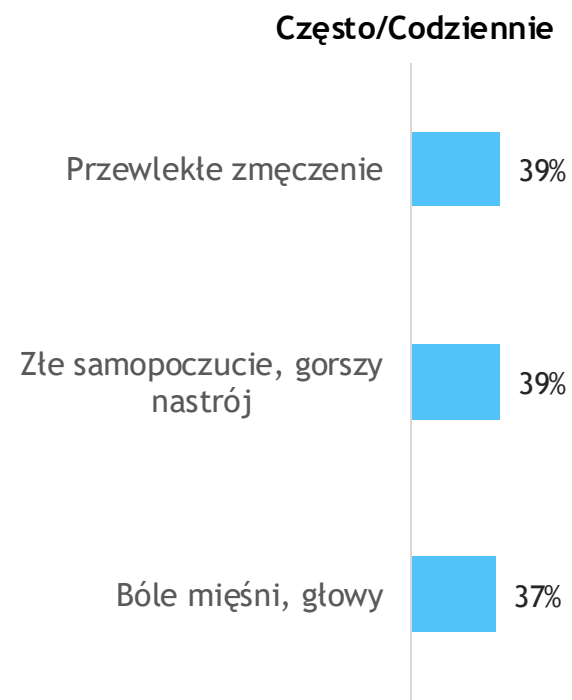
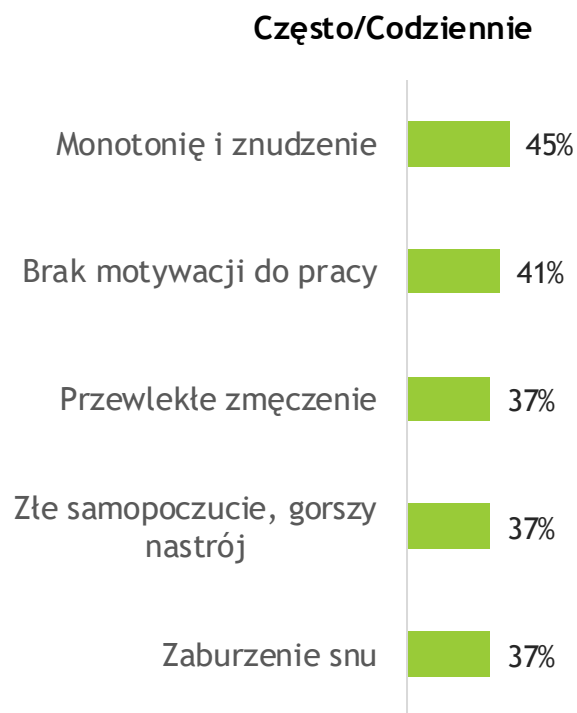
PRACOWNICY

PRACODAWCY

#6

Głównym symptomem zmęczenia pracowników jest monotonia i znudzenie, a pracodawców - przewlekłe zmęczenie i złe samopoczucie

Jak często odczuwasz poniższe symptomy?

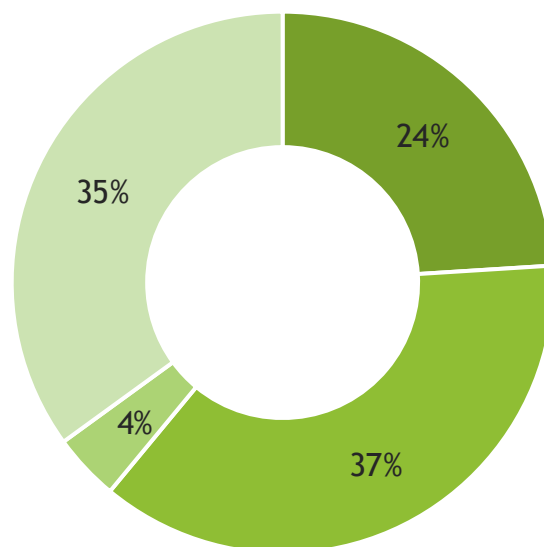


PRACOWNICY

PRACODAWCY

#7

Jedynie 24% pracowników przyznało, że podczas szkolenia BHP były poruszane kwestie związane ze zmęczeniem i jego wpływem na bezpieczeństwo



■ Tak ■ Nie ■ Nie miałem/am szkolenia BHP ■ Nie pamiętam

#8

Na obniżenie poziomu zmęczenia wpływa odpowiednia odzież ochronna/robocza

Które cechy odzieży ochronnej / roboczej mogą najbardziej wpływać na zmniejszenie uczucia zmęczenia w miejscu pracy?

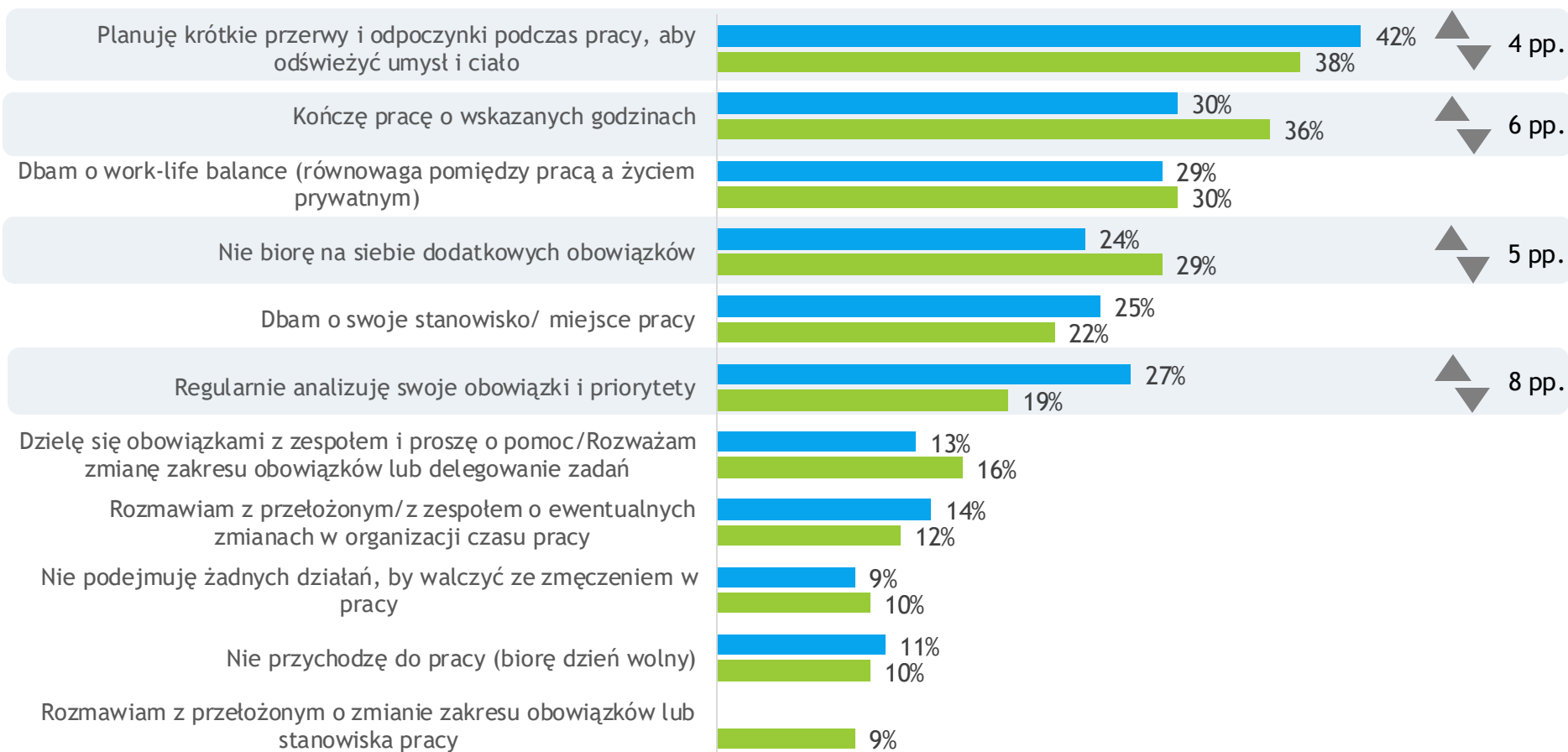


PRACOWNICY

PRACODAWCY

#9

Działania w celu zwalczenia zmęczenia w pracy mają charakter indywidualny



PRACOWNICY

PRACODAWCY

#10

Najskuteczniejsze działania pokrywają się z potrzebami pracowników

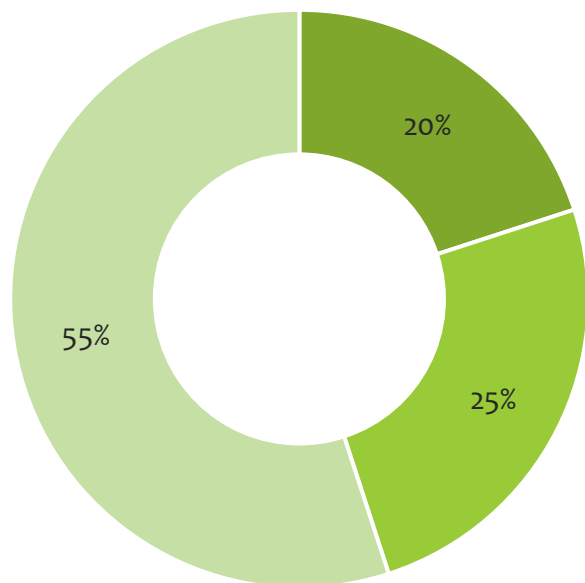


PRACOWNICY

#11

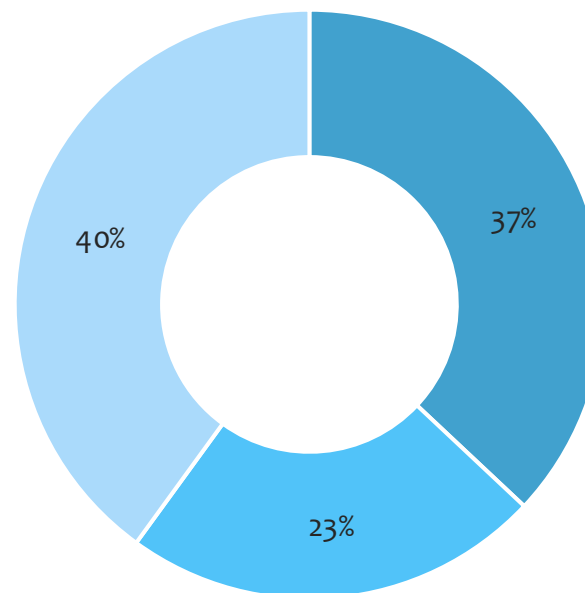
Blisko 4 na 10 pracodawców podejmuje działania, aby walczyć ze zmęczeniem w swojej firmie

Czy Twój pracodawca podejmuje jakieś działania, aby walczyć ze zmęczeniem w miejscu pracy?



■ Tak ■ Nie, ale trwają dyskusje nad wprowadzeniem działań ■ Nie

A czy podejmujesz działania, aby walczyć ze zmęczeniem w swojej firmie?



■ Tak ■ Nie, ale zamierzam to zmienić ■ Nie

PRACOWNICY

PRACODAWCY



BEZPIECZEŃSTWO PRACY W POLSCE 2024

Zmęczony jak Polak w pracy
– przyczyny, skutki i konsekwencje



Pobierz raport:



Raport Koalicji 2025

„Mobbing, stres, depresja w miejscu pracy”

PRACOWNICY

Publikacja już **23.09.2025** podczas konferencji Koalicji
Bezpieczni w Pracy, PAP Warszawa

[https://bezpiecniwpracy.pl/kategoria/raporty-i-opracowania/raport/
stowarzyszenie@bezpiecniwpracy.pl](https://bezpiecniwpracy.pl/kategoria/raporty-i-opracowania/raport/stowarzyszenie@bezpiecniwpracy.pl)

Dziękujemy za uwagę!

Skontaktuj się z nami!
stowarzyszenie@bezpieczniwpracy.pl



BEZPIECZEŃSTWO PRACY W POLSCE 2024

Zmęczony jak Polak w pracy
– przyczyny, skutki i konsekwencje

