

# Könnun á heilsufari, líðan og vinnuumhverfi starfsfólks á leikskólum í Reykjavík

## Höfundar skýrslu:

Berglind Helgadóttir  
Guðbjörg Linda Rafnsdóttir  
Hólmfríður K. Gunnarsdóttir  
Kolbrún Ósk Hrafnsdóttir  
Kristinn Tómasson  
Svava Jónsdóttir  
Þórunn Sveinsdóttir



VINNUEFTIRLITIÐ

Reykjavík 2000

# Efnisyfirlit

<b>INNGANGUR .....</b>	<b>3</b>
<b>UMRÆÐA OG ÁBENDINGAR.....</b>	<b>4</b>
<b>HELSTU NIÐURSTÖÐUR .....</b>	<b>5</b>
<b>SVÖR VIÐ EINSTÖKUM SPURNINGUM.....</b>	<b>14</b>
1. ALMENNT UM STARFSFÓLK Á LEIKSKÓLUM .....	14
<i>Samantekt.....</i>	<i>20</i>
2. LÍKAMLEGT ÁLAG OG LÍKAMSBEITING.....	21
<i>Samantekt.....</i>	<i>34</i>
3. FÉLAGSLEGIR OG ANDLEGIR ÁLAGSPÆTTIR Í STARFI.....	37
<i>Samantekt.....</i>	<i>51</i>
4. UMHVERFISPÆTTIR Á VINNUSTAÐ .....	53
<i>Samantekt.....</i>	<i>56</i>
5. LÍFSHÆTTIR.....	57
<i>Samantekt.....</i>	<i>62</i>
6. HEILSUFAR.....	63
<i>Samantekt.....</i>	<i>70</i>

## Inngangur

Leikskólar Reykjavíkur hafa markað sér stefnu um að vinna markvisst að vinnuverndarmálum, heilsuvernd á vinnustað. Til þess að slík vinna verði árangursrík er nauðsynlegt að afla þekkingar á núverandi ástandi. Þegar ástandið verður aftur skoðað verða niðurstöður könnunarinnar, sem hér liggur fyrir, forsendur þess að unnt sé að svara því hvort vinnuverndarstarfið hafi skilað árangri.

Sem lið í undirbúningi þessa stóra verkefnis hjá Leikskólum Reykjavíkur tók Vinnuefirlitið að sér að gera ítarlegan spurningalista um heilsufar, líðan og vinnuumhverfi starfsmanna í nokkrum leikskólum í Reykjavík.

Spurningalistinn var unninn í samstarfi þeirra starfsmanna Vinnuefirlitsins sem jafnframt eru höfundar skýrslunnar.

Listinn var lagður fyrir alla starfsmenn í 16 af 72 leikskólum Reykjavíkur, 11. og 12. maí 2000. Starfsmenn Vinnuefirlitsins afhentu listana og voru viðstaddir meðan þeim var svarað til að gefa færi á útskýringum. Stjórnendur heilsueflingarátaks í Leikskólum Reykjavíkur ákváðu hvaða leikskólar urðu fyrir valinu. Þessir leikskólar áttu að vera fulltrúar helstu gerða skólanna bæði gamla og nýrra.

Uppgefinn fjöldi starfsmanna í maí við umönnun, ræstingu og í eldhúsi í þessum 16 leikskólum var 320 starfsmenn. Tvö hundruð fjörutíu og tveir svöruðu á staðnum meðan beðið var. Af þeim 320 starfsmönnum, sem gert var ráð fyrir að tækju þátt, voru 23 sem ekki svöruðu. Ástæður voru: 5 starfsmenn voru í fríi, 5 fjarverandi vegna veikinda, 7 fjarverandi vegna hlutastarfa, 1 svaraði ekki vegna tungumálaerfiðleika (útlendingur), 2 starfsmenn eru þroskaheftir, 1 skilaði ekki vegna þess að hann var að hætta og 2 starfsmenn vildu ekki taka þátt.

Fimmtíu og fimm spurningalistar voru skildir eftir fyrir starfsmenn sem ekki náðu að ljúka við að svara vegna anna í vinnunni, voru fjarverandi vegna hlutastarfs eða voru væntanlegir eftir veikindi daginn eftir. Af þessum 55 spurningalistum skiluðu 45 sér í pósti.

Með öðrum orðum svöruðu 287 starfsmenn spurningalistunum og telst það vera 90% svörun.

## Umræða og ábendingar

Könnunin leiðir tvímælalaust í ljós að svarendur er almennt ánægðir með starf sitt. Þótt meirihluti þeirra telji starfið bæði andlega og líkamlega erfitt og segist oft eða stundum úrvinda að loknum vinnudegi, telja allflestir að á vinnustaðnum sé góður vinnuandi, að samskiptin séu góð, að þeir séu hafðir með í ráðum og að fyrir hendi sé svigrúm til að sinna persónulegum erindum. Flestir starfsmenn telja sig geta sinnt starfi sínu vel og án þess að vera í tímapressu. Það gildir þó síst um stjórnendur.

Þegar svör leikskólustarfsmanna eru skoðuð vekur athygli hve stór hluti viðmælenda eru ungir, ófaglærðir starfsmenn og að meira en helmingur starfsmanna hefur unnið á leikskólum í 5 ár eða skemur. Þetta ber að hafa í huga við túlkun niðurstaðnanna, einkum í ljósi þess að í mörgum tilfellum virðist sem yngra starfsfólk og þeir sem skemmst hafa unnið, séu óánægðastir með ýmislegt í vinnuumhverfinu. Yngra starfsfólkið er auk þess meira fjarverandi frá vinnu vegna veikinda.

Þær breytingar sem helst þarf að grípa til svo að hægt sé að bæta vinnuumhverfi starfsfólks á leikskólum er m.a. að draga úr hávaða og bæta inniloft. Auk þess er knýjandi að dregið sé úr álagsþáttum sem valda óþægindum í hreyfi- og stoðkerfi en mikið er um að starfsmenn vinni við erfiðar aðstæður. Þótt starfsmenn virðist almennt ekki hafa áhyggjur af smithættu benda niðurstöðurnar til að tíðni umgangs- og kvefpesta sé há meðal starfsmanna. Þessa vegna er mikilvægt að hugað sé betur en nú er gert að vörnum gegn smitsjúkdómum. Fimmtungur starfsmanna hefur þurft að vera frá vinnu vegna höfuðverkja og annarra verkja en orsakir geta verið margvíslegar. Talsvert var um vinnutengd slys á leikskólunum og því nauðsynlegt að hyggja vel að slysagildrum.

Vegna þess að álag í starfi getur komið fram hvort heldur í líkamlegum eða andlegum einkennum er mikilvægt að hyggja að hvorutveggja þegar unnið er að úrbótum á vinnustað.

## Helstu niðurstöður

### *Almennt um starfsfólk á leikskólum*

Í þessum kafla verður gerð grein fyrir helstu niðurstöðum könnunarinnar um heilsufar, líðan og vinnuumhverfi í leikskólum. Spurningalistinn var lagður fyrir 320 starfsmenn á 16 leikskólum borgarinnar. Svarendur, sem voru nær einungis konur, eru á aldrinum 18-69 ára og meðalaldur er tæp 37 ár. Stærstur hluti svarenda er í sambúð eða hjónabandi. Um helmingur er barnlaus og fjórðungur er með eitt barn í forsjá sinni. Hæsta menntunargráða rúmlega þriðjungs svarenda er grunnnám úr háskóla, fósturskóla eða sambærileg menntun og tæps þriðjungs grunnskólapróf eða sambærilegt.

Svarendur hafa unnið að meðaltali í rúm 6 ár samfelld á leikskólum. Um 60% hafa unnið í 5 ár eða styttra. Um helmingur svarenda er ófaglært starfsfólk, þriðjungur deildarstjórar eða aðrir stjórnendur og tíundi hver svarandi er faglærður án þess þó að vera deildarstjóri eða annar stjórnandi. Hlutfall ófaglærðra er hærra meðal yngra starfsfólks en þess eldra. Meðalvinnutími starfsfólks er um 32 klst. á viku en um 60% starfsfólks vinna 21-40 klukkustundir á viku og um þriðjungur vinnur 20 stundir eða minna. Rúmlega 6 af hverjum 10 svarendum hafa skipt um starf á síðustu fimm árum og um 20% starfsfólks eru í launuðu aukastarfi.

### *Líkamlegt álag og líkamsbeiting*

Mikill meirihluti starfsfólks á leikskólum telur starfið vera líkamlega fjölbreytt en um 70% segja starfið þó líkamlega erfið. Meir en helmingur starfsfólks segist stundum eða oft vera líkamlega úrvinda eftir vinnudaginn.

Í ljós kemur að 9 af hverjum 10 starfsmönnum telja sig oft eða mjög oft þurfa að vinna í álútri líkamsstöðu og rúmur þriðjungur starfsfólks vinnur mjög oft eða oft með bolinn snúinn. Samkvæmt norrænu matskerfi á álagi og vinnuskilyrðum eru vinnustöður

starfsmanna eins og lýst er hér slíkar að taka þarf ýmsa aðra þætti með til athugunar til að meta hvort hætta sé á heilsutjóni. Slíkir þættir eru t.d. hve lengi er unnið á þennan hátt, hversu læst vinnustaðan er og hvort um er að ræða samverkandi álagsþætti t.d. hvort verið sé að lyfta þungu í vinnustöðu sem veldur miklu álagi oft á dag og/eða lengi í einu.

Sama á við um vinnustellingar þar sem unnið er í seilingarfjarlægð eða með handleggi fyrir ofan axlarhæð. Rúmur þriðjungur starfsfólks á leikskólum segir að mjög oft eða oft þurfi að vinna með handleggi langt frá líkama og um fjórðungur starfsfólks þarf mjög oft eða oft að vinna með handleggi fyrir ofan axlarhæð.

Ríflega helmingur starfsmanna, eða tæplega 60 %, segist þurfa mjög oft eða oft að lyfta byrðum allt að 10 kg og 40% starfsfólks þurfa mjög oft eða oft að lyfta þungum byrðum sem vega 10 til 20 kg. Samkvæmt norræna matskerfinu er ekki talin hætta á heilsutjóni af því að lyfta byrðum allt að 7 kg við bestu aðstæður. Að lyfta 7-25 kg getur hins vegar valdið heilsutjóni ef aðrir neikvæðir þættir koma líka til s.s. slæmar vinnustellingar, tíðar lyftingar, lélegt líkamlegt ástand einstaklinga og skortur á fræðslu um góða vinnutækni. Könnunin leiddi í ljós að um tæplega helmingur starfsmanna telur sig mjög oft eða oft þurfa að lyfta í álútri stöðu.

Tæplega einn af hverjum tíu starfsmönnum segist þurfa mjög oft eða oft að lyfta byrðum þyngrri en 20 kg. Að lyfta meiru en 25 kg getur valdið heilsutjóni. Að lyfta slíkri þyngd einu sinni getur skaðað en hættan er mest ef lyft er mjög oft.

Þegar byrðum er lyft skipta líkamsstillingar og lyftitækni gríðarlega miklu máli. Að fjórðungur starfsmanna lyfti mjög oft eða oft 10-20 kg í álútri stöðu, eins og niðurstöður könnunarinnar sýna, skapar mikla hættu á bakmeiðslum. Sýnt hefur verið fram á

að slæmar líkamsstöður og tíðar lyftingar valda skaða í vöðvum, liðböndum og brjóski.

Rúmur þriðjungur starfsfólks segist alltaf eiga möguleika á hjálp frá samstarfsfólki við að lyfta börnum eða bera þau og við að lyfta eða færa þungar byrðar og helmingur segist oft eiga kost á hjálp. Rúmlega fjórðungur starfsfólks segist alltaf nýta þá hjálp sem býðst frá samstarfsfólki en rétt tæplega helmingur segist oft þiggja hana. Algengast var að fólk nefndi tímaleysi og manneklu sem ástæðu fyrir því að það nýtti ekki mögulega hjálp.

Þegar litið er á niðurstöðurnar varðandi óþægindi frá hreyfi- og stoðkerfi kemur í ljós að af öllum konunum sem svöruðu könnuninni höfðu tæp 94% fundið til einhverra óþæginda frá hreyfi- og stoðkerfi á síðasta ári. Af þeim hópi höfðu 65% fundið fyrir óþægindum síðustu sjö sólarhringa og 25% ekki getað stundað dagleg störf vegna þeirra einhvern tíma á síðasta ári. Óþægindi frá hreyfi- og stoðkerfi síðastliðið ár voru tíðust í herðum eða öxlum, neðri hluta baks og hálsi eða hnakka og óþægindi í þeim líkamshlutum eru einnig algengust meðal kvenna sem hafa fundið fyrir óþægindum síðustu sjö sólarhringa. Algengast er að óþægindi í efri og neðri hluta baks, mjöðmum og hnjám hafi valdið því að starfsfólk hafi ekki getað stundað dagleg störf einhvern tíma á síðasta ári.

Í niðurstöðunum kemur fram að 6 af hverjum 10 konum telja að samband sé á milli starfsins á leikskóla og þeirra óþæginda sem þær hafa fundið fyrir. Í því samhengi er algengast að fólk nefni vinnuálag því að um 70% þeirra sem segja að samband sé á milli óþæginda í hreyfi- og stoðkerfi og starfsins telja það tengjast vinnuálagi. Rúmlega 60% telja það tengjast eigin líkamsbeitingu og venjum og að lokum telja 43% það tengjast vinnuáðstöðunni.

Um 40% starfsfólks segir að aðstaðan á deildinni sé að nokkru þannig að hægt sé að vinna í þægilegum vinnustellingum en

rúmur þriðjungur segir að aðstaðan sé að litlu eða engu leyti þannig. Ennfremur sýna niðurstöðurnar að algengast er að starfsfólk reyni stundum meðvitað að minnka líkamlegt álag en fjórðungur reynir það sjaldan eða aldrei.

Þegar litið er til þess að 68% starfsfólks höfðu einhvern tíma á síðustu sjö sólarhringum haft óþægindi í neðri hluta baks og kringum 75 % í herðum, öxlum, hálsi og hnakka og að rúmlega þriðjungur starfsmanna gat einhvern tíma á síðastliðnu ári ekki unnið vegna óþæginda í baki eru vísbendingar um að mikil þörf sé á að fara í úrbætur á vinnuaðstöðu starfsfólks til að minnka líkur á þessum álagseinkennum. Jafnframt styðja þessar niðurstöður þörfina á að auka fræðslu um orsakir álagseinkenna, góða líkamsbeitingu og vinnutækni á vinnustaðnum. Rúmlega helmingur starfsfólks hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni en sú kennsla takmarkast að miklu leyti við kennslu í nokkrar klukkustundir. Algengast er að starfsfólk hafi fengið kennsluna í námi og um 9 af hverjum 10 svarenda telja að leiðbeiningarnar hafi gagnast þeim. Hér er ástæða til að benda á mikilvægi þess að slík kennsla verði fastur liður í starfsemi á vinnustaðnum sem og í nýliðafræðslu við raunverulegar aðstæður.

*Félagslegir og  
andlegir  
álagsþættir*

Ýmsar vísbendingar og rannsóknaniðurstöður, innlendar jafnt sem erlendar, sýna að streita starfsmanna hefur aukist undanfarin ár. Það getur komið fram hvort heldur í líkamlegum eða andlegum einkennum hjá starfsmanni. Því þótti mikilvægt að skoða þætti sem vísa til vinnuskipulags og áhrif þess á andlegt og félagslegt álag. Þegar þessir álagsþættir í vinnuumhverfi starfsfólks á leikskólum eru athugaðir er mikilvægt að skoða hvort starfsmönnum finnst starfið andlega einhæft eða fjölbreytt, en andleg einhæfni er sérstakur áhættuþáttur vinnustreitu.



Niðurstöðurnar sýna að meirihluti starfsfólks telur starfið vera andlega fjölbreytt, sem er jákvætt, en þó jafnframt andlega erfitt. Meirihluti starfsfólks segist auk þess oft eða stundum vera andlega úrvinda eftir vinnudaginn. Niðurstöðurnar sýna að þeim sem finnst starfið andlega erfitt, þeir eru líklegri til að hafa leitað til læknis vegna almennra verkja, höfuðverkja og bakveiki. Þeir sem eru andlega úrvinda í lok vinnudags eru líklegri til að hafa leitað til læknis vegna höfuðverkja, kvíða/spennu og vöðvabólgu.

Það er ekki fyrst og fremst skortur á tíma til að sinna verkefnum sem veldur því að starfsfólk er andlega úrvinda í lok vinnudags, því um helmingur starfsfólks telur sig sjaldan eða aldrei vera undir tímapressu í vinnunni, samanborið við um 40% sem telja sig stundum vinna undir tímapressu. Meirihluti starfsfólks telur sig oftast geta sinnt börnunum á leikskólanum nægilega vel og langflestir segjast eiga auðvelt með að samræma kröfur og væntingar foreldra, starfsfólks og/eða yfirmanna.

Lögð var áhersla á að meta hversu mikið svigrúm starfsmenn teldu sig hafa í vinnunni. Þetta var gert í Jósi þess að rannsóknir hafa sýnt að hafi starfsmenn lítið persónulegt svigrúm og/eða svigrúm til að hafa áhrif á nánasta vinnuumhverfi sitt og hvernig þeir vinna störf sín, er þeim hættara við ýmiss konar álagseinkennum. Á niðurstöðunum könnunarinnar má sjá að stærstur hluti starfsfólks hefur ákveðið persónulegt svigrúm í starfi. Þannig segjast um 80% starfsfólks eiga auðvelt með að skreppa frá vinnu vegna persónulega símtala á vinnutíma og um 65% eiga auðvelt með að skreppa frá vinnu í hálf tíma til að sinna einkaerindum. Afgerandi meirihluti starfsfólks vill vera spurður ráða áður en vinnuumhverfi eða skipulagi vinnunnar er breytt og niðurstöðurnar leiða í ljós að helmingur starfsfólks telur sig nægilega oft spurðan ráða þegar slíkt stendur fyrir dyrum. Um helmingur starfsfólks kemur stundum með tillögur um

hagræðingu eða breytingar til að létta sér störfin og um þriðjungur kemur oft með slíkar tillögur. Af þeim sem koma með tillögur telja um 40% að oftast sé tekið tillit til tillagnanna og sama hlutfall telur að stundum sé tekið tillit til þeirra. Mikill meirihluti starfsfólks er ánægður með upplýsingaflæðið á vinnustað sínum og 97% telja sig búa við mikið atvinnuöryggi.

Samskipti starfsfólksins við stjórnendur annars vegar og börnin og foreldra þeirra hins vegar geta haft áhrif á líðan þess. Rannsóknir sýna að jákvæð samskipti geta dregið úr neikvæðum vinnuumhverfisþáttum. Neikvæð samskipti eiga oft rætur að rekja til vinnufyrirkomulagsins og eru í þeim tilfellum afleiðing þátta sem einnig geta valdið álagi af öðrum toga. Neikvæð samskipti geta valdið vanlíðan í starfi þótt aðrir þætti vinnuumhverfisins séu eins og best verður á kosið. Rannsóknir hafa einnig sýnt að samband er á milli neikvæðrar/jákvæðrar framkomu stjórnenda og neikvæðs/jákvæðs vinnuanda meðal starfsmanna.

Þegar samskipti á leikskólanum eru skoðuð sést að um helmingur starfsfólks telur sig oftast geta haft nægileg samskipti við samstarfsfólk sitt í vinnutímanum. Mikill meirihluti starfsfólks er oftast sáttur við samskiptin við foreldra barna á leikskólanum og sama gildir um samskipti við bæði yfirmenn og samstarfsmenn. Um 9 af hverjum 10 svarendum telja að mikil samstaða ríki almennt meðal starfsfólks og rúm 95% telja að mikil glaðværð ríki á vinnustaðnum. Rúmlega þriðjungur svarenda segist oftast fá hrós ef vel er unnið og um 45% starfsfólks fá stundum hrós. Algengast er að hrós komi frá samstarfsmönnum. Um helmingur starfsfólks fær oftast stuðning frá yfirmönnum eða samstarfsfólki ef vinnan reynist erfið og rúmlega þriðjungur fær stundum stuðning. Um starfsanda á vinnustað segir 90% starfsfólks hann vera afslappaðan og þægilegan. Um 14% starfsfólks hafa þó orðið fyrir áreitni, árásum

eða hótunum í vinnunni. Algengast er að það komi frá börnunum á leikskólanum.

Níu af hverjum 10 svarendum eru almennt ánægðir í starfi og um sjö af hverjum 10 myndu mæla með því við vini eða kunningja að þeir réðu sig til starfa á vinnustað þeirra.

#### *Almenn atriði sem varða vinnuna*

Niðurstöður könnunarinnar leiða í ljós að af þeim vinnuumhverfisþáttum, sem spurt var um, er hávaði starfsfólki mest til boga. Rúmlega 60% starfsfólks taldi að hávaði hefði oft valdið sér óþægindum í síðasta mánuði. Fjórðungur starfsfólks sagði að þungt loft hefði oft valdið sér óþægindum í síðasta mánuði og fimmtungur nefndi líka of þurrt loft. Sextíu prósent starfsfólks vissu ekki hvort til væru skriflegar leiðbeiningar á vinnustaðnum varðandi ýmsa vinnuverndarþætti sem spurt var um.

Mikill meirihluti starfsfólks eða 95% á kost á fræðslu og námskeiðum sem tengjast vinnunni.

#### *Lífshættir*

Niðurstöður könnunarinnar um lífshætti starfsfólks sýna að tæplega 40% stunda líkamsrækt sjaldnar en einu sinni í viku, tæplega þriðjungur einu sinni til tvisvar í viku og sama hlutfall stundar líkamsrækt þrisvar í viku eða oftar. Rétt er að undirstrika gildi hóflegar líkamsræktar til að varnar stoðkerfisóþægindum sem eru tíð meðal starfsfólks leikskóla og einnig að slík líkamsrækt hefur mjög jákvæð áhrif á streitueinkenni.

Meirihluti starfsfólks eða 72% borðar a.m.k. þrjár máltíðir á dag á reglubundnum tíma fimm til sjö daga vikunnar. Rúmur helmingur starfsfólks fær nægan nætursvefn fimm til sjö daga vikunnar en um þriðjungur þrjá til fjóra daga vikunnar. Um helmingur starfsfólks á aldrei við svefnvandamál að stríða en um fjórðungur segist oft eða stundum sofa illa. Þessar niðurstöður eru

í samræmi við það sem búast hefði mátt við meðal kvenna á sama aldri og þeirra sem vinna á leikskólunum.

Um fjórðungur alls starfsfólks reykir. Þriðjungur yngsta starfsfólksins reykir og er það sérstakt áhyggjuefni í ljósi uppeldis- og menntunarhlutverks leiksskóla. Þörf er því á sérstöku átaki gegn tóbaksnotkun. Í þessu sambandi er einnig rétt að vekja athygli á að andleg vanlíðan er meiri meðal þeirra sem nota tóbak og áfengi en meðal annarra starfsmanna. Alls nota 85% einhvern tíma áfengi. Af þeim drekkur rétt rúmlega helmingur áfengi sjaldnar en mánaðarlega, um 20% mánaðarlega og um þriðjungur starfsfólks drekkur oft en mánaðarlega þar af 6% vikulega eða oft.

#### *Heilsufar*

Þegar spurt var um heilsufar starfsfólks kom í ljós að 87% þeirra sem tók þátt í könnuninni höfðu leitað læknis á síðasta ári. Flestir eða rúm 60% höfðu leitað læknis einu sinni til þrisvar. Áttatíu og fjögur prósent starfsfólks voru einhvern tímann fjarverandi frá vinnu á síðasta ári vegna eigin veikinda. Rúmlega helmingur hafði verið fjarverandi frá vinnu vegna eigin veikinda 1-3 sinnum, 20% starfsfólks voru fjarverandi í 4-6 skipti á síðasta ári vegna eigin veikinda og 9% oft. Þessar tíðu veikindafjarvistir hluta starfsfólks undirstrika hve mögulegur ávinningur af vinnuverndarátaki getur orðið fyrir jafnt starfsmenn sem og eigendur leiksskóla ef niðurstaða slíks yrði minni veikindafjarvistir. Í þessu sambandi má nefna að í Evrópu má gera ráð fyrir að fimmtungur fjarvista frá vinnu sé vegna vinnutengdra veikinda. Fjörutíu og sex prósent starfsfólks voru einhvern tímann á síðasta ári fjarverandi frá vinnu vegna veikinda barna eða annarra fjölskyldumeðlima. Um fjórðungur starfsfólks var fjarverandi í 1-3 skipti á síðasta ári vegna veikinda barna eða annarra fjölskyldumeðlima og álíka stór hópur var fjarverandi oft en svo. Algengast er að fólk hafi verið fjarverandi frá vinnu

í 1-7 daga.

Um 7% starfsfólks slösuðust þannig á síðasta ári að þau gátu ekki sinnt skyldustörfum sínum. Rúmlega helmingur þess starfsfólks gat ekki sinnt skyldustörfum í allt að viku og um 18% gátu ekki sinnt skyldustörfum í tvær til fjórar vikur. Átján prósent starfsmanna voru fjarverandi enn lengur. Slys meðal starfsfólks á leikskólum voru í um 30% tilfella vinnutengd. Þetta er áminning um að vinnuslys geta orðið á öllum vinnustöðum og er brynt til að tryggja réttarstöðu allra aðila að slík óhöpp séu skráð hjá leiksskólunum og jafnframt tilkynnt til Vinnueftirlitsins í samræmi við reglur.

Um 90% starfsfólks hafa leitað læknis vegna tiltekinna kvilla. Algengast er að fólk hafi leitað læknis eða meðferðar vegna vöðvabólgu, kvefs eða umgangspesta. Um þriðjungur starfsfólks hefur leitað læknis eða meðferðar vegna vandamála í baki og um 30% vegna ýmissa verkja. Um fjórðungur starfsfólks hefur leitað læknis eða meðferðar vegna höfuðverkja. Fjörutíu prósent þess starfsfólks sem leitað hafa læknis eða meðferðar á síðasta ári misstu úr vinnu þessa vegna.

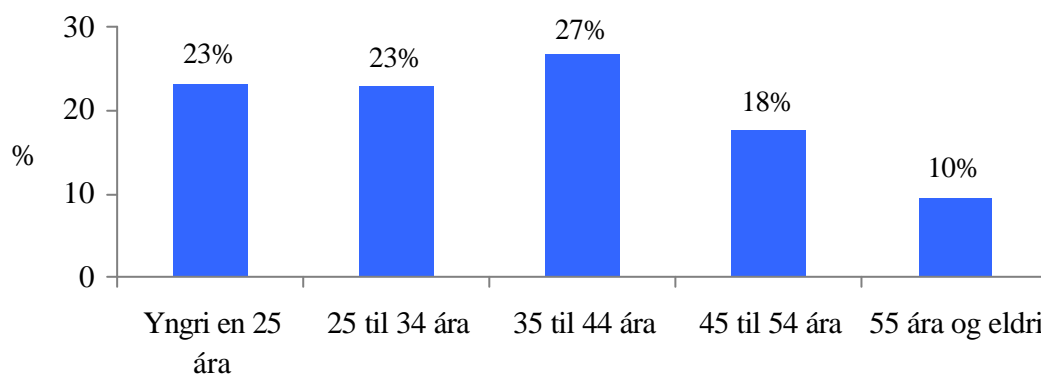
Þegar starfsfólk var beðið að meta hve góð eða slæm líðan þess er sagði um 60% starfsfólks að líkamleg líðan sín væri góð og 70% starfsfólks lét vel af andlegri síðan sinni. Þegar fólk var spurt hvort það væri sátt annars vegar við fjölskylduna hins vegar við vinnuna kom í ljós að afgerandi meirihluti starfsfólks var sáttur við fjölskyldu sína og um þrír af hverjum fjórum svarenda voru sáttir við vinnuna. Mjög fáir voru óánægðir með fjölskyldu sína og vinnu. Þetta er veigamikil niðurstaða sem ætti að auðvelda leikskólum Reykjavíkur allt vinnuverndarstarf en bestur árangur af slíku starfi fæst með virkri og stöðugri þátttöku jafnt almennra starfsmanna sem og stjórnenda.

## Svör við einstökum spurningum

Helstu niðurstöður könnunar á heilsufari, líðan og vinnuumhverfi starfsfólks á leikskólum eru kynntar í þessari skýrslu í máli og myndum. Í myndrænni framsetningu er lögð áhersla á að greina helstu niðurstöður könnunarinnar þannig að þær verði lesandanum sem aðgengilegar. Hlutfallstölur eru birtar á hverri mynd og í texta og gefinn er upp fjöldi (n) svarenda sem hlutfallstölurnar byggja á. Fjöldinn (n) er fjöldi þeirra sem svara einstaka spurningum, þegar þeir hafa verið teknir frá sem annaðhvort svöruðu spurningunni ekki eða svarið er óljóst. Svörin eru greind eftir aldri starfsfólks, starfi á leikskólanum (deildarstjóri eða stjórnandi, faglærður, ófaglærður) og samfelldum starfstíma þegar um marktækan mun á milli hópa er að ræða.

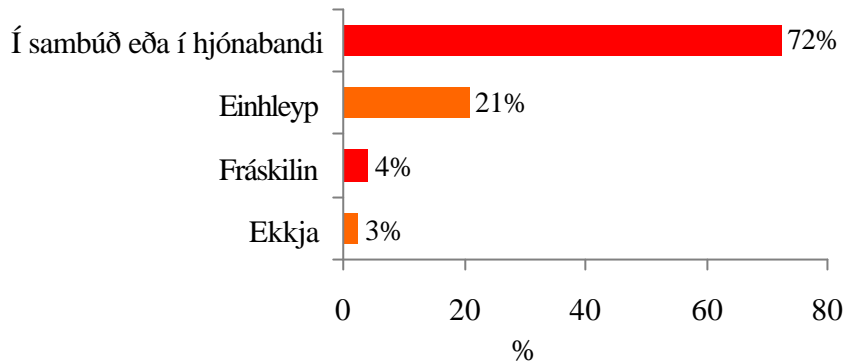
### 1. Almenn um starfsfólk á leikskólum

Í þessum kafla eru almennar upplýsingar um starfsfólk þeirra leikskóla þar sem könnunin var gerð. Annars vegar er um að ræða: aldur, hjúskaparstöðu, fjölda barna og menntun; hins vegar: starfsaldur, starf á leikskólanum, vinnutíma, hve oft fólk hefur skipt um starf og hvort það hefur launað aukastarf.



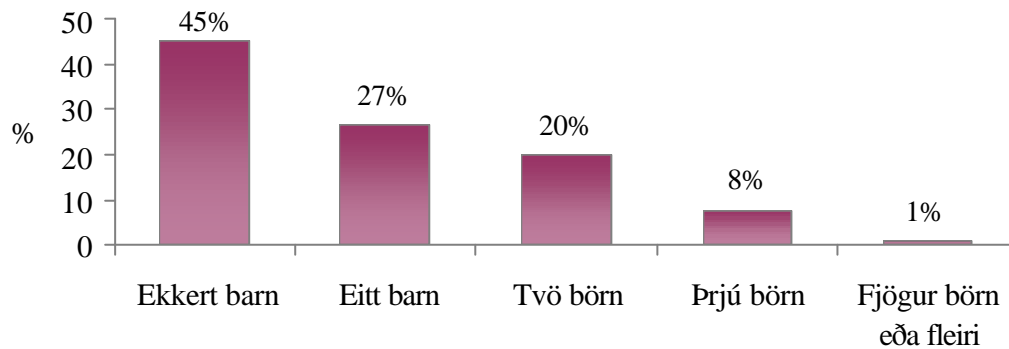
Mynd 1.1. Aldursdreifing starfsfólks (n=272).

Meðalaldur starfsfólks er tæp 37 ár. Yngsti starfsmaðurinn er 18 ára og sá elsti 69 ára. Mynd 1.1 sýnir að tæplega fjórðungur starfsmanna er yngri en 25 ára en einungis 10% þeirra eru 55 ára eða eldri.



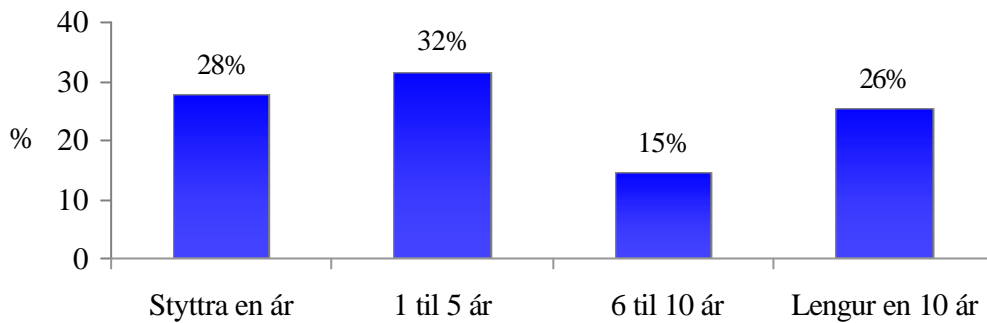
Mynd 1.2. Hjúskaparstaða starfsfólks (n=278).

Eins og sjá má á mynd 1.2 er stærstur hluti starfsfólks í sambúð eða í hjónabandi. Tæplega 21% starfsfólks er einhleyp, rúm 4% fráskilin og tæp 3% hafa misst maka sinn.



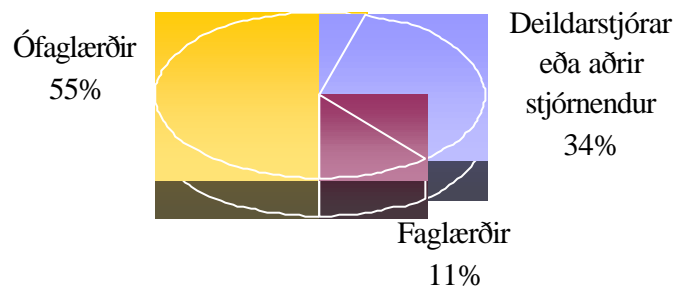
Mynd 1.3. Fjöldi barna á heimilinu undir 16 ára aldri (n=270).

Mynd 1.3 sýnir hve mörg börn undir 16 ára aldri eru í forsjá starfsfólks heima fyrir. Rúm 45% starfsfólks hafa ekkert barn undir 16 ára í forsjá sinni heima fyrir. Tæplega 27% starfsfólks hafa eitt barn, tæplega 20% tvö börn, tæp 8% þrjú börn og innan við 1% starfsfólks hefur fjögur börn eða fleiri í forsjá sinni heima fyrir.



Mynd 1.4. Hve lengi unnið samfelld á leikskólum (n=273).

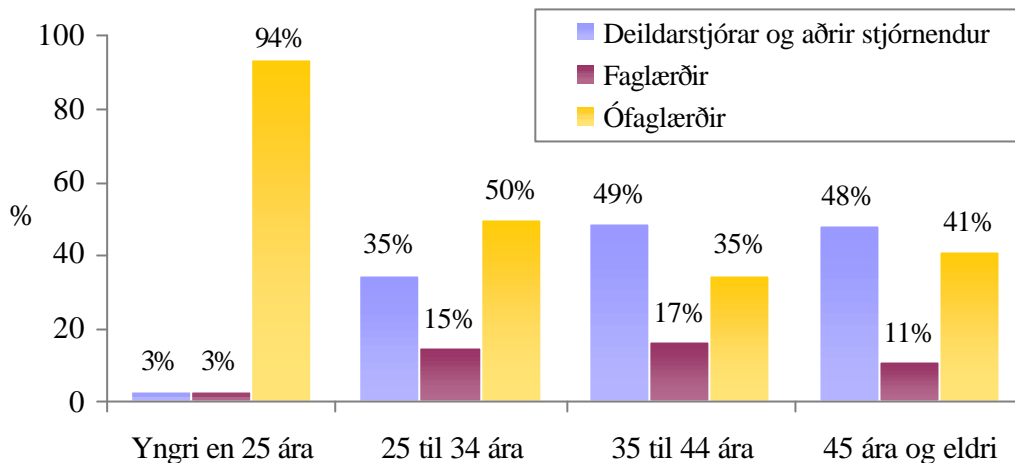
Mynd 1.4 sýnir að um 60% starfsfólks hafa unnið 5 ár eða skemur samfelld á leikskólum. Tæplega 28% starfsfólks hafa unnið styttra en ár samfelld á leikskólum og tæp 32% hafa unnið í 1 til 5 ár. Tæplega 15% starfsfólks hafa unnið 6 til 10 ár og rúmlega fjórðungur hefur unnið lengur en 10 ár.



Mynd 1.5. Hlutfall ófaglærðra, faglærðra og deildarstjóra eða annarra stjórnenda (n=274).

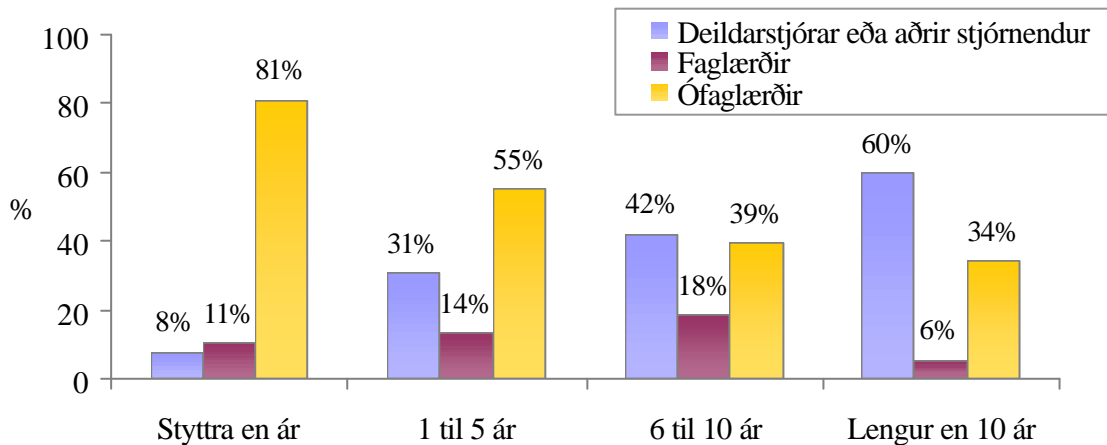
Á mynd 1.5 má sjá hlutfall ófaglærðra, faglærðra og deildarstjóra eða annarra stjórnenda á leikskólunum. Rúmur helmingur starfsfólks á leikskólunum er ófaglært starfsfólk, 11% starfsfólks eru faglærð og 34% eru deildarstjórar eða aðrir stjórnendur.





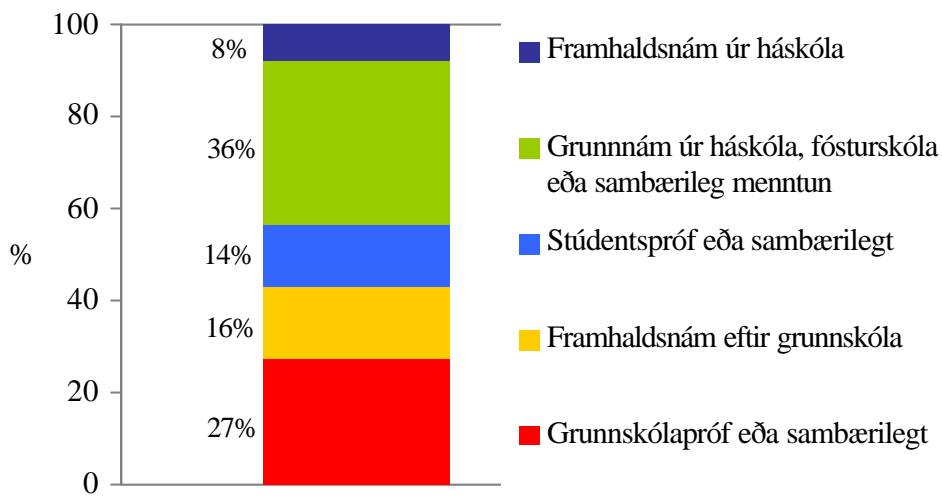
Mynd 1.6. Hlutfall ófaglærðra, faglærðra og deildarstjóra eða annarra stjórnenda skipt eftir aldri (n=268).

Á mynd 1.6 kemur fram, eins og vænta mátti, að hlutfall ófaglærðra er hæst meðal yngra starfsfólks. Tæp 94% starfsfólks sem eru yngri en 25 ára eru ófaglærð en hlutfall ófaglærðra er um og undir 50% í öðrum aldurshópum.



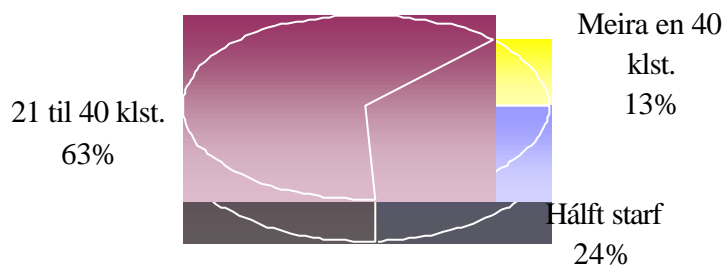
Mynd 1.7. Hlutfall ófaglærðra, faglærðra og deildarstjóra eða annarra stjórnenda skipt eftir því hvað starfsfólk hefur unnið lengi samfelld á leikskólum (n=270).

Eins og sjá má á mynd 1.7 er hlutfall ófaglærðra hæst meðal starfsfólks sem hefur unnið styttra en eitt ár samfelld á leikskólum og hlutfall deildarstjóra eða annarra stjórnenda er hæst meðal starfsfólks sem hefur unnið lengur en 10 ár samfelld á leikskólum.



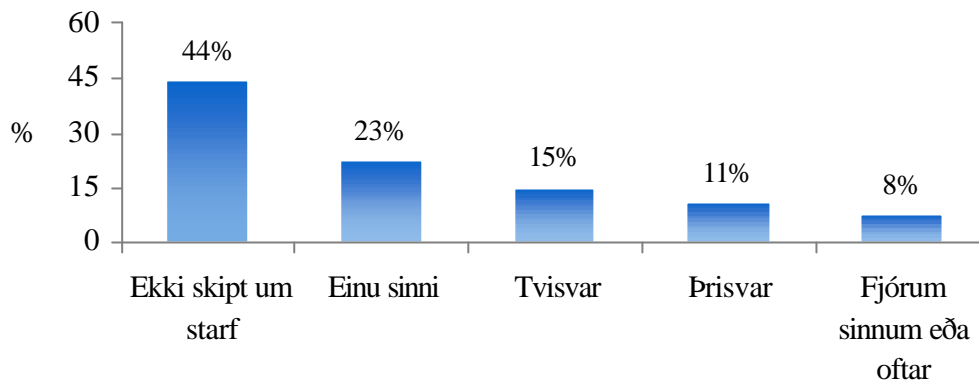
Mynd 1.8. Hæsta menntunarstig starfsfólks (n=275).

Á mynd 1.8 sést að rúmlega þriðjungur starfsfólks á leikskólum hefur lokið grunnámi úr háskóla, fósturskóla eða hefur sambærilega menntun. Tæplega þriðjungur hefur grunnskólapróf eða sambærilegt nám að baki.



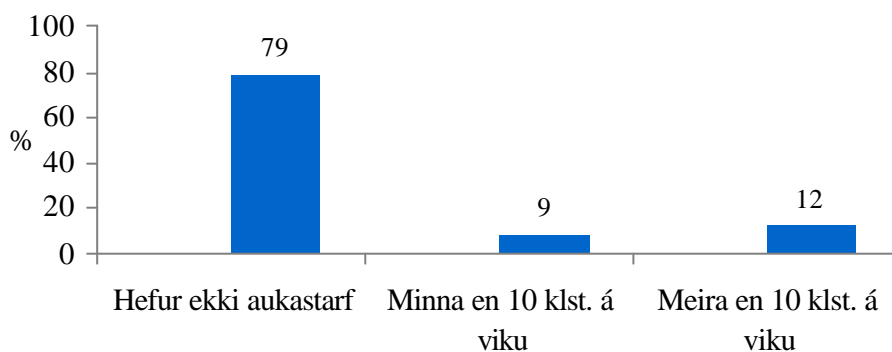
Mynd 1.9. Vinnutími starfsfólks (n=260).

Á mynd 1.9 má sjá hve marga tíma starfsfólk hefur að jafnaði unnið á viku í núverandi starfi síðastliðinn mánuð. Meirihluti starfsfólks eða 63% vinna 21 til 40 klst. á viku, um 13% starfsfólks vinna meira en 40 klst. á viku og 25% vinna 20 stundir eða minna.



Mynd 1.10. Hve oft hefur þú skipt um starf á síðustu 5 árum (n=253)?

Á mynd 1.10 kemur fram að 44% starfsfólks hafa ekki skipt um starf á síðustu 5 árum og tæplega fjórðungur hefur skipt einu sinni um starf.



Mynd 1.11. Hlutfall starfsfólks sem hefur launað aukastarf (n=276).

Mynd 1.11 sýnir hlutfall starfsfólks sem hefur launað aukastarf og hve marga tíma á viku það hefur að jafnaði unnið við það starf síðastliðinn mánuð. Niðurstöður sýna að 79% starfsfólks hafa ekki launað aukastarf en 12% vinna meira en 10 klst. á viku í aukastarfi.

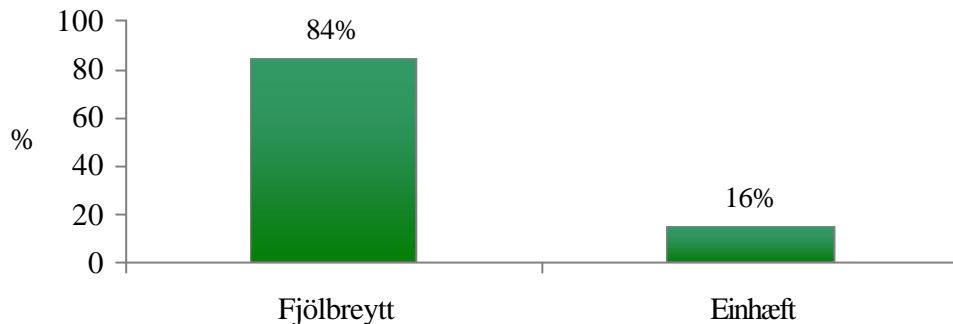
Svarendur eru á aldrinum 18 til 69 ára og meðalaldur starfsfólks er tæp 37 ár. Helmingur starfsfólks er yngri en 35 ára. Stærstur hluti svarenda er í sambúð eða í hjónabandi, um helmingur er barnlaus og fjórðungur er með eitt barn í forsjá sinni heima fyrir. Hæsta menntunarstig rúmlega þriðjungs svarenda er grunnnám úr háskóla, fósturskóla eða sambærileg menntun og hæsta menntunarstig tæps þriðjungs er grunnskólapróf eða sambærilegt nám.

## **Samantekt**

Svarendur hafa unnið að meðaltali í rúm 6 ár samfelld á leikskólum. Um 60% hafa unnið í 5 ár eða skemur. Um helmingur svarenda er ófaglært starfsfólk, þriðjungur deildarstjórar eða aðrir stjórnendur og tíundi hver er faglærður án þess þó að vera deildarstjóri eða annar stjórnandi. Hlutfall ófaglærðra er hærra meðal yngra starfsfólks en þeirra sem eldri eru. Meðalvinnutími starfsfólks er um 32 klst. á viku. Sextíu prósent starfsfólks vinna 21 til 40 klukkustundir á viku, og um þriðjungur vinnur 20 stundir eða minna. Sextíu og sjö prósent starfsmanna hafa annað hvort ekki eða aðeins einu sinni skipt um starf á s.l. fimm árum og um 20% starfsfólks eru í launuðu aukastarfi.

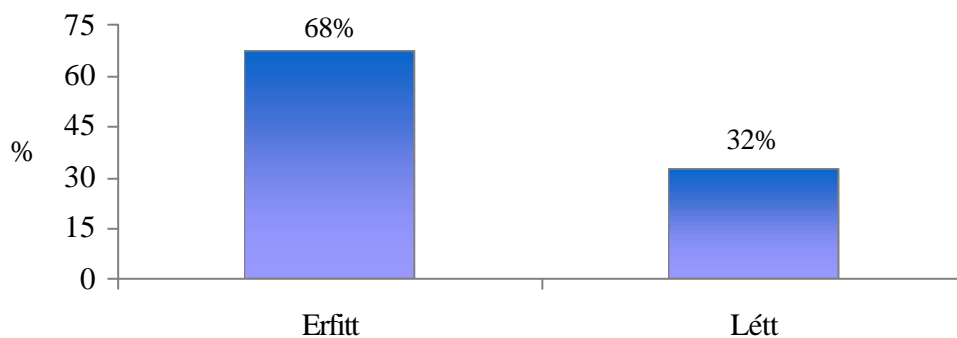
## 2. Líkamlegt álag og líkamsbeiting

Til að meta líkamlegt álag var starfsfólk spurt hversu líkamlega fjölbreytt eða einhæft og hversu líkamlega erfitt eða létt því fyndist starfið vera og hvort það sé líkamlega úrvinda eftir vinnudaginn.



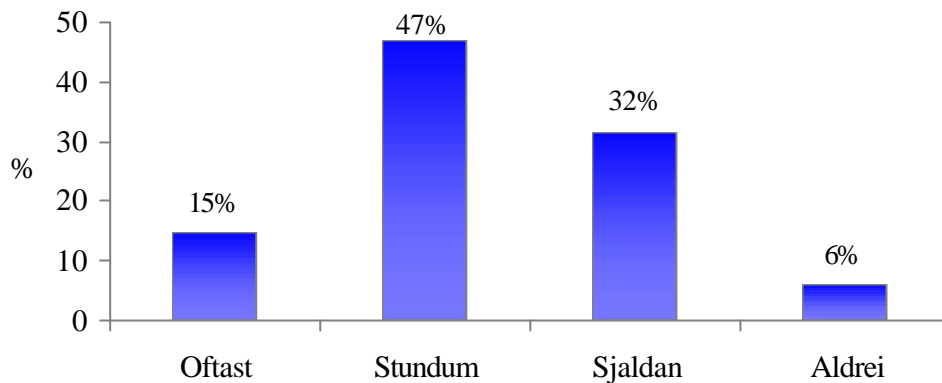
Mynd 2.1. Hversu líkamlega fjölbreytt eða einhæft finnst þér starfið vera? (n=276)

Eins og sjá má á mynd 2.1 telur mikill meirihluti starfsfólks, eða um 84%, starf sitt vera mjög eða fremur líkamlega fjölbreytt og aðeins 16% telja starfið vera mjög eða fremur líkamlega einhæft.



Mynd 2.2. Hversu líkamlega erfitt eða létt finnst þér starfið vera? (n=277)

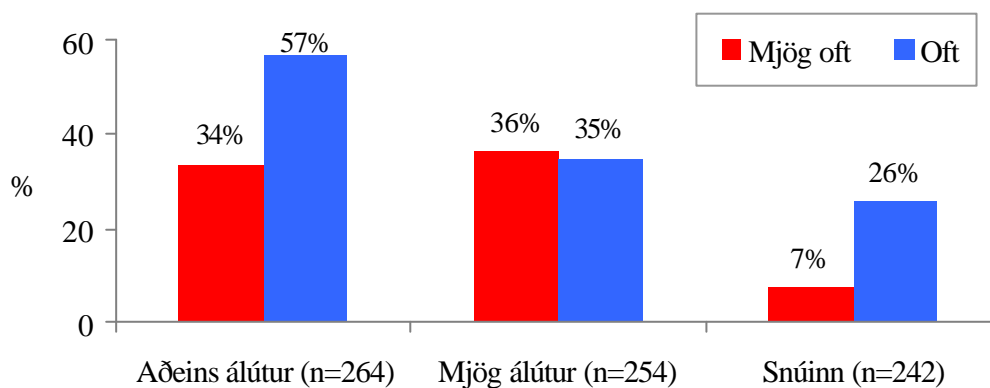
Meirihluti starfsfólks, eða um 68%, telur starf sitt mjög eða fremur líkamlega erfitt en um 32% telja það vera mjög eða fremur líkamlega létt (sjá mynd 2.2).



Mynd 2.3. Ert þú líkamlega úrvinda eftir vinnudaginn? (n=247)

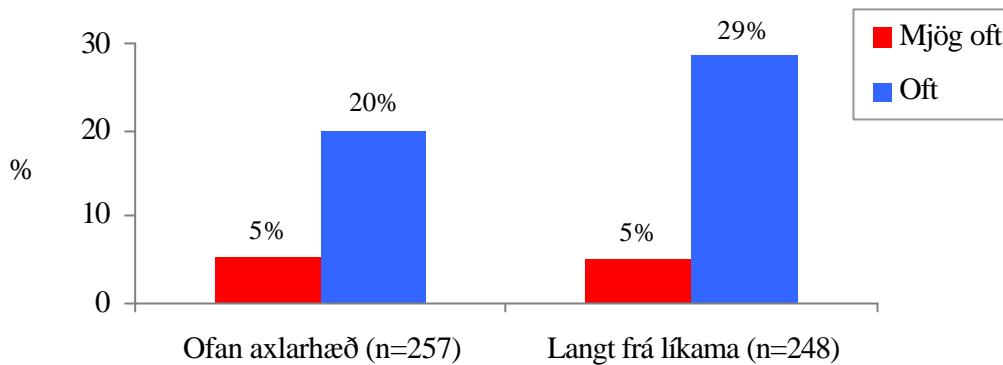
Á mynd 2.3 sést að 62% starfsmanna segjast vera stundum eða oftast úrvinda eftir vinnudag sinn á leikskólanum.

Starfsfólk var beðið að meta hve oft það þarf að vinna í ákveðnum líkamsstöðum með tilliti til baks, handleggja og fótleggja. Einnig var starfsfólk spurt hve oft það þyrfti að lyfta eða bera byrðar upprétt eða álútt.



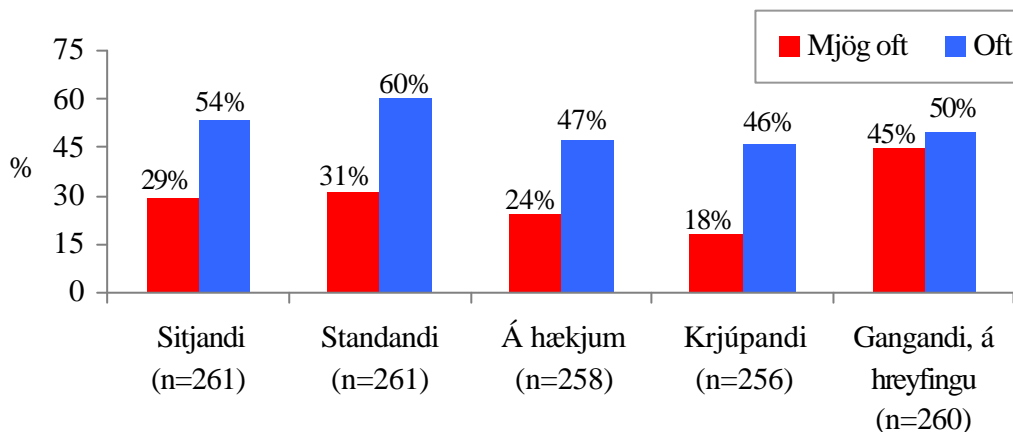
Mynd 2.4. Hlutfall starfsfólks sem þarf mjög oft og oft að vinna í ákveðnum líkamsstillingum með bakið.

Á mynd 2.4 kemur fram að rúmlega 90% starfsfólks þurfa mjög oft eða oft að vinna aðeins álút, rúmlega 70% þurfa mjög oft eða oft að vinna mjög álút og rúmur þriðjungur þarf mjög oft eða oft að vinna þannig að bolur er snúinn.



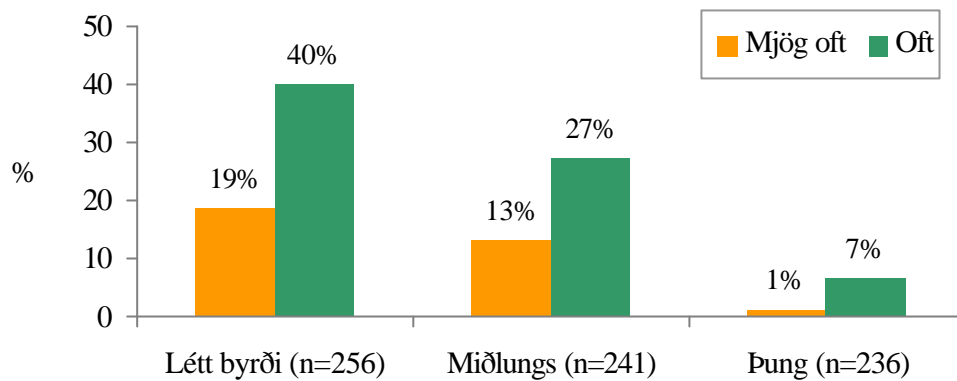
Mynd 2.5. Hlutfall starfsfólks sem þarf mjög oft eða oft að vinna með handleggi fyrir ofan axlarhæð eða langt frá líkama.

Niðurstöður á mynd 2.5 gefa til kynna að fjórðungur starfsfólks þarf mjög oft eða oft að vinna þannig að handleggir eru ofar axlarhæð og rúmlega þriðjungur þannig að handleggir eru langt frá líkamanum.



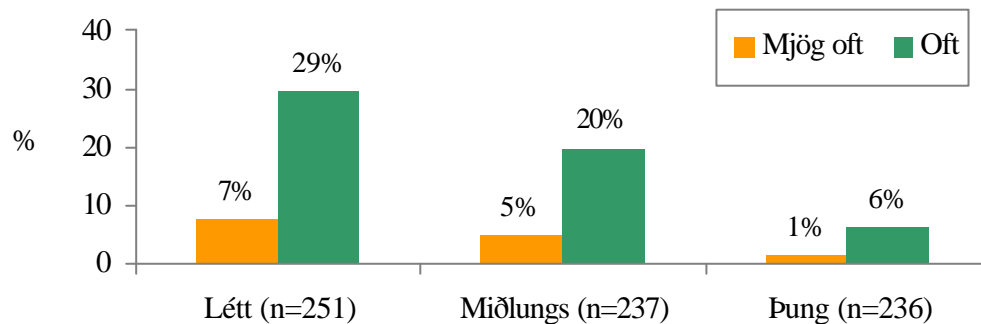
Mynd 2.6. Hlutfall starfsfólks sem þarf mjög oft og oft að vinna með álag á fótleggi í mismunandi stöðu.

Þegar litið er á hlutfall starfsfólks sem þarf mjög oft eða oft að vinna með álag á fótleggi í mismunandi stöðu kom í ljós að um 95% vinna gangandi eða á hreyfingu, um 90% vinna standandi og tæp 90% starfsfólks þurfa mjög oft eða oft að vinna sitjandi. Mynd 2.6 sýnir þetta nánar.



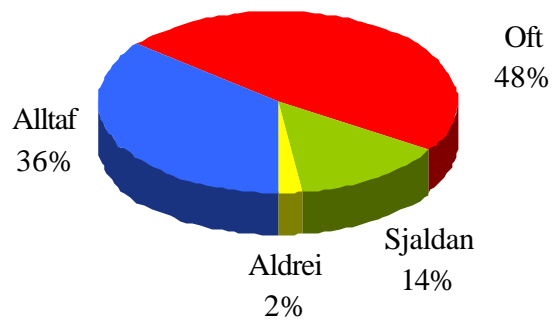
Mynd 2.7. Hlutfall starfsfólks sem þarf mjög oft eða oft að lyfta byrðum eða bera léttar, miðlungs þungar eða þungar byrðar í uppréttri stöðu.

Á mynd 2.7 sést að tæplega 60% starfsfólks þurfa mjög oft eða oft að lyfta byrðum sem veiga allt að 10 kg, um 40% lyfta byrðum sem veiga 10 til 20 kg og 8% lyfta byrðum sem eru þyngri en 20 kg í uppréttri stöðu. Á mynd 2.8. má sjá hlutfall starfsfólks sem þarf mjög oft eða oft álútt að lyfta byrðum. Þar kemur fram að tæplega 40% starfsfólks þurfa mjög oft eða oft álútt að lyfta byrðum sem veiga allt að 10 kg, rúmlega þriðjungur lyftir álúttur byrðum sem veiga 10 til 20 kg og 7% þurfa mjög oft eða oft að lyfta álútt byrðum sem eru þyngri en 20 kg.



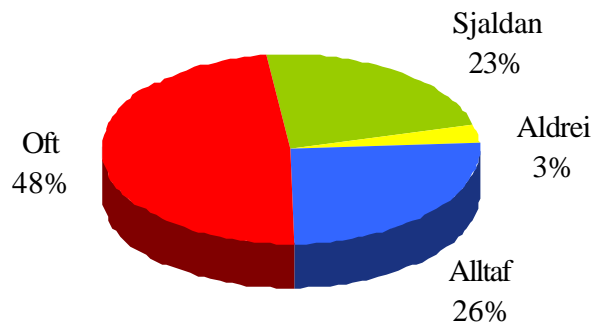
Mynd 2.8. Hlutfall starfsfólk sem þarf mjög oft og oft álútt að lyfta byrðum eða bera léttar, miðlungs þungar eða þungar byrðar.





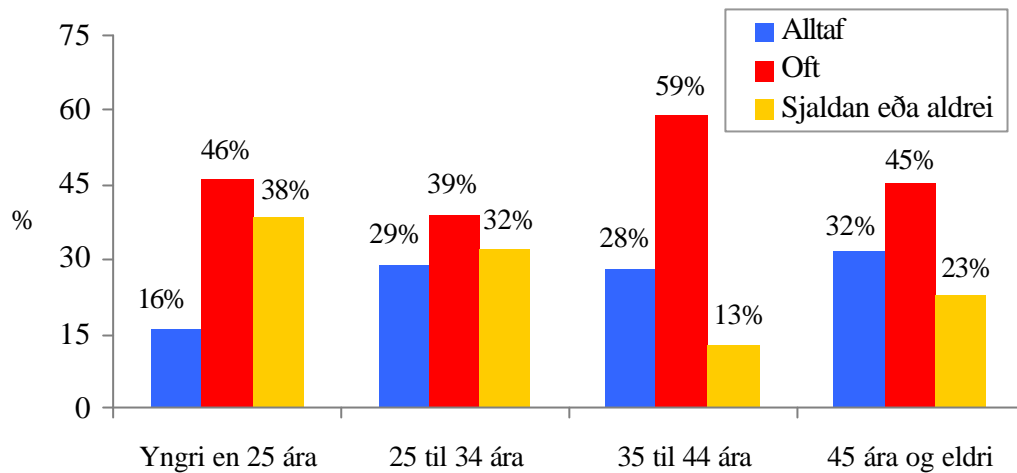
Mynd 2.9. Hefur þú möguleika á hjálp frá samstarfsfólki við að lyfta börnunum eða lyfta eða færa þungar byrðar (n=266)?

Á mynd 2.9 má sjá svör starfsfólks þegar það var spurt hvort það hafi möguleika á hjálp samstarfsmanna við að lyfta börnum eða bera þau og við að lyfta eða færa þungar byrðar. Þar sést að um 36% starfsfólks segjast alltaf hafa möguleika á að fá hjálp og tæplega helmingur starfsmanna segist oft geta fengið hjálp.



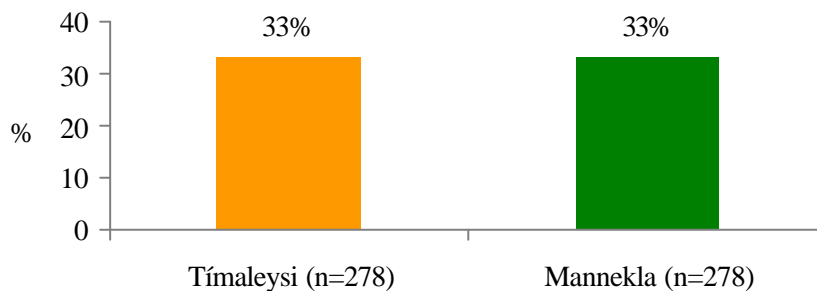
Mynd 2.10. Ef þú átt möguleika á að fá hjálp, nýtir þú þá hjálp sem býðst (n=260)?

Mynd 2.10 sýnir hlutfall starfsfólks sem nýtir þá hjálp sem það hefur möguleika á hjá samstarfsmönnum sínum við að lyfta börnum eða lyfta eða bera þungar byrðar. Rúmlega fjórðungur starfsfólks segist alltaf nýta þá hjálp sem því býðst frá samstarfsmönnum en rétt tæplega helmingur starfsmanna segist oft nýta mögulega á slíkri hjálp.



Mynd 2.11. Hlutfall starfsfólks sem nýtir hjálp sem því býðst frá samstarfsmönnum við að lyfta börnum eða lyfta eða færa þungar byrðar. Hópnun var skipt eftir aldri (n=254).

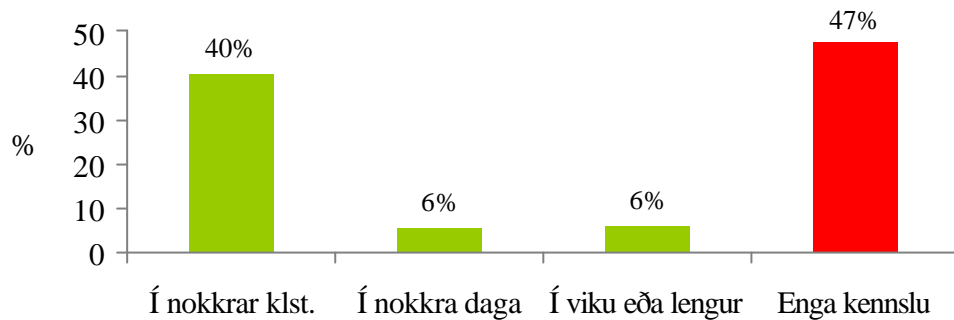
Eins og fram kemur á mynd 2.11 virðist eldra starfsfólk frekar nýta sér mögulega hjálp við að lyfta börnum eða við að lyfta eða færa þungar byrðar. Hlutfall þeirra sem nýta mjög oft eða oft hjálp er rúm 60% meðal starfsfólks yngra en 25 ára en tæp 70% meðal 25 til 34 ára, tæp 90% meðal 35 til 44 ára og tæp 80% meðal starfsfólks 45 ára og eldra.



Mynd 2.12. Hlutfall starfsfólks sem nýtir ekki hjálp frá samstarfsfólki við að lyfta eða færa þungar byrðar vegna tímaleysis og mannekle.

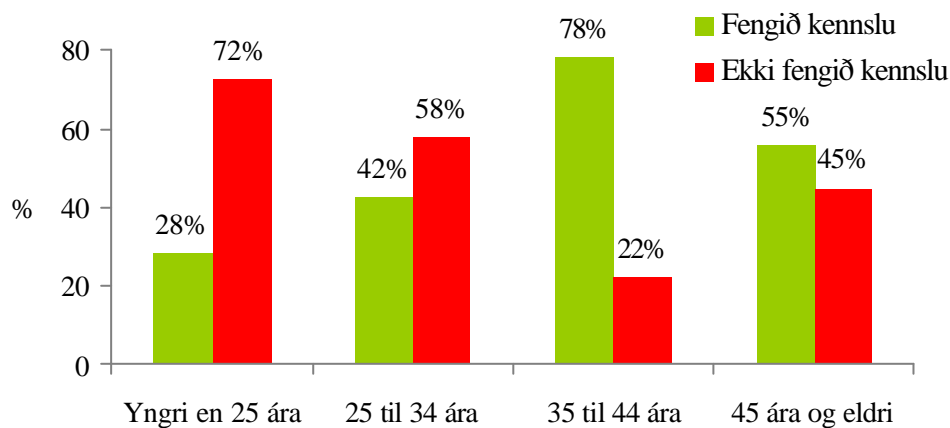
Aðspurðir sem sögðust ekki nýta hjálp frá samstarfsfólki við að lyfta eða færa þungar byrðar voru beðnir um að greina frá ástæðunni. Algengast var að fólk nefndi tímaleysi eða mannekle. Á mynd 2.12 má sjá að þriðjungur starfsfólks nýtir ekki hjálp vegna tímaleysis og sama hlutfall starfsfólks segist ekki nýta hjálp vegna mannekle á vinnustað.

Starfsfólk var spurt hvort það hafi fengið kennslu í líkamsbeitingu, hvar það hafi fengið þá kennslu, hvort það teldi að þær leiðbeiningar hafi gagnast og að lokum hvort veitt væri reglubundin kennsla eða þjálfun í líkamsbeitingu og vinnutækni á núverandi vinnustað þeirra.



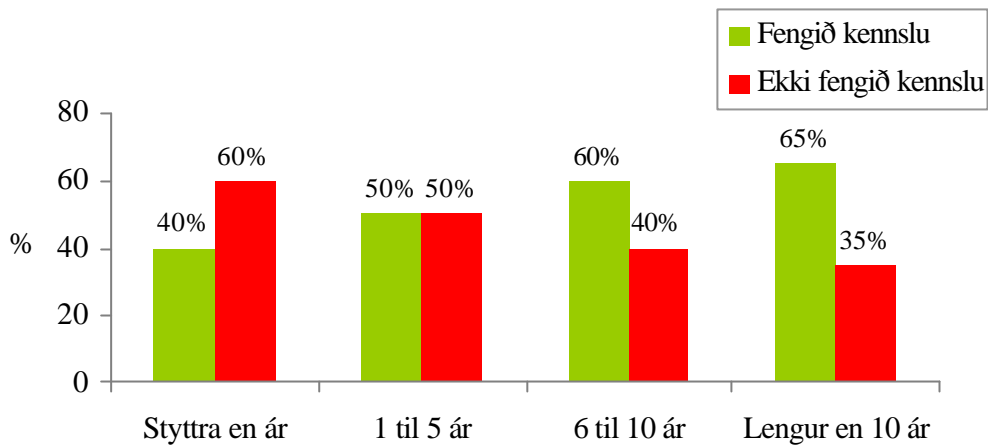
Mynd 2.13. Hefur þú fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni (n=272)?

Á mynd 2.13 má sjá hve stórt hlutfall starfsfólks hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni. Þar kemur fram að rúmlega helmingur starfsfólks hefur fengið slíka kennslu en hjá um 40% starfsfólks hefur sú kennsla aðeins staðið yfir í nokkrar klukkustundir.



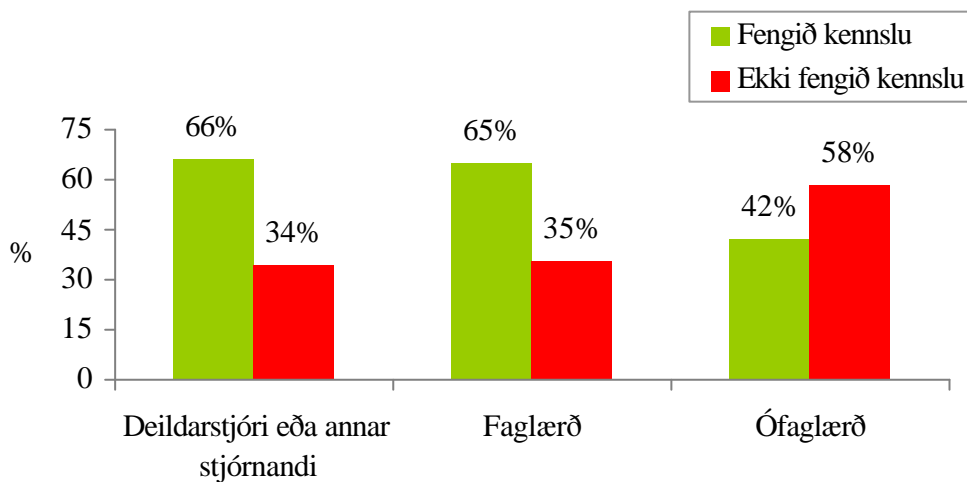
Mynd 2.14. Hlutfall starfsfólks sem hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni. Hópnun var skipt eftir aldri (n=267).

Eins og mynd 2.14 sýnir er hlutfall starfsfólks sem hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni hærra meðal eldra starfsfólks en þess yngra.



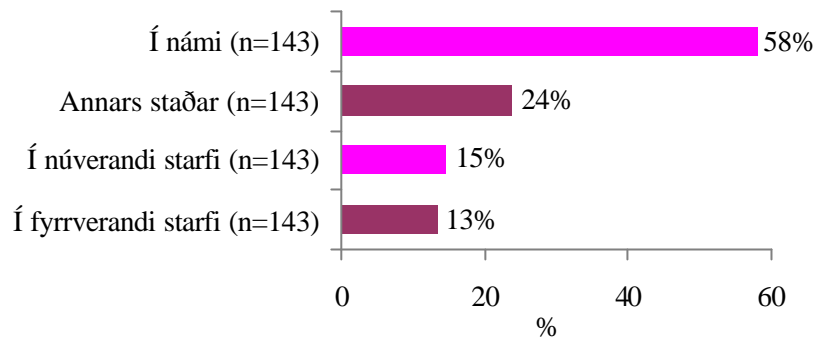
Mynd 2.15. Hlutfall starfsfólks sem hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni. Hópnun er skipt eftir samfelldum starfstíma á leikskólum (n=268).

Hlutfall starfsfólks sem hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni er hærra meðal starfsfólks sem hefur unnið lengi samfelt á leikskólum.



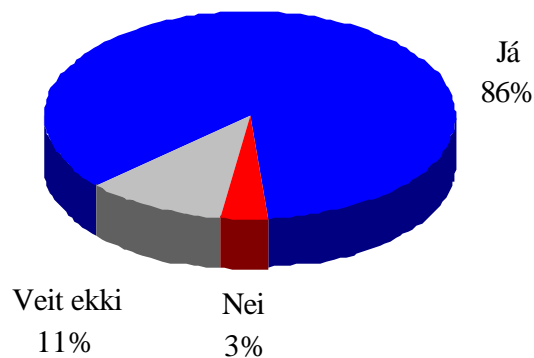
Mynd 2.16. Hlutfall starfsfólks sem hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni. Hópnun var skipt eftir starfi á leikskólanum (n=269).

Hlutfall starfsfólks sem hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni er hærra meðal deildarstjóra eða annarra stjórnenda og hærra meðal faglærða en ófaglærða. Eins og sést á mynd 2.16 hafa yfir 60% deildarstjóra eða annarra stjórnenda og faglærða fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni en rúm 40% ófaglærða.



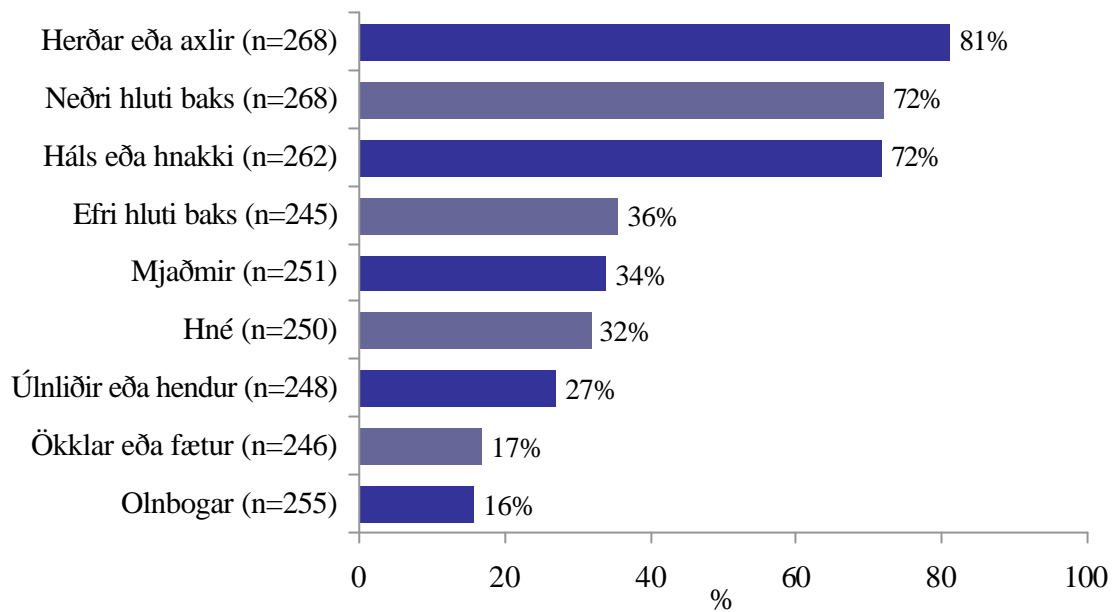
Mynd 2.17. Hlutfall starfsfólks sem hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni í námi, núverandi og fyrrverandi starfi eða annars staðar.

Stærstur hluti starfsfólks, sem hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni, segist hafa fengið kennsluna í námi eða rétt tæplega 60% (sjá mynd 3.5).



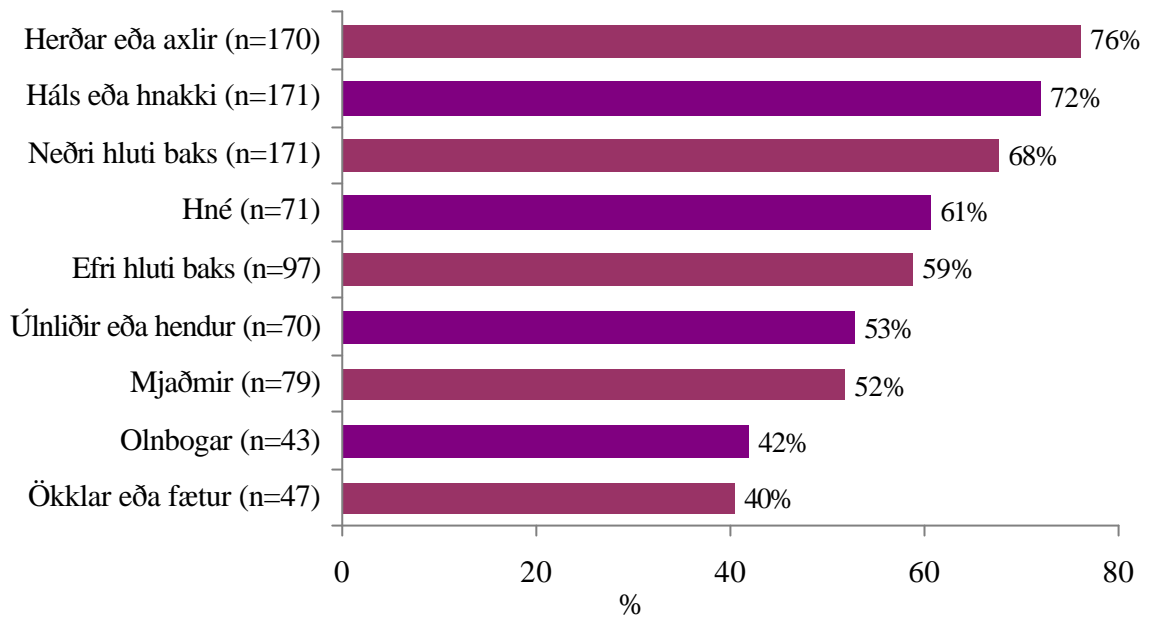
Mynd 2.18. Ef þú hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni, hafa leiðbeiningarnar gagnast þér (n=143)?

Á mynd 2.19 má sjá svör starfsfólks þegar það var spurt hvort þær leiðbeiningar sem það hefur fengið hafi gagnast þeim. Rúmlega 85% þeirra, sem hafa fengið leiðbeiningar, telja að þær hafi gagnast þeim en rúm 3% starfsmanna telja að leiðbeiningarnar hafi ekki gagnast þeim.



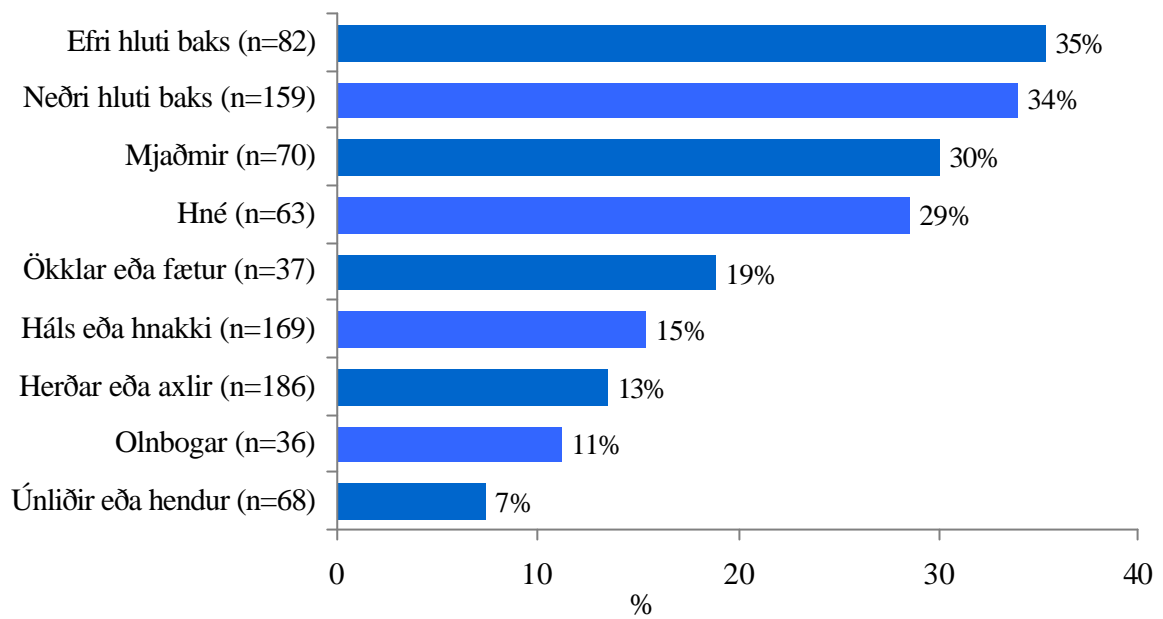
Mynd 2.19. Hlutfall starfsfólks sem hafði einhvern tíma á síðastliðnum 12 mánuðum haft óþægindi á eftirfarandi líkamssvæðum?

Tæp 94% höfðu fundið til einhverra óþæginda frá hreyfi- og stoðkerfi einhvern tíma á liðnu ári. Mynd 2.19 sýnir algengi óþæginda einhvern tíma á síðasta ári á hverju líkamssvæði fyrir sig. Óþægindi frá hreyfi- og stoðkerfi á síðasta ári voru tíðust í herðum og öxlum, neðri hluta baks og hálsi eða hnakka.



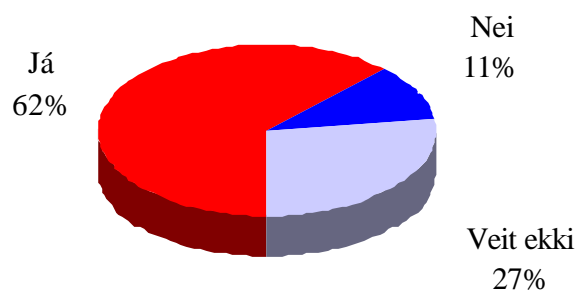
Mynd 2.20. Hlutfall starfsfólks sem hefur einhvern tíma síðastliðna 7 sólarhringa haft óþægindi í eftirfarandi líkamssvæðum?

Af þeim konum sem höfðu fundið fyrir óþægindum einhvern tíma á síðasta ári höfðu rúmlega 65% fundið fyrir óþægindum á síðustu sjö sólarhringum. Mynd 2.20 sýnir algengi óþæginda á síðustu sjö sólarhringum á hverju líkamssvæði fyrir sig. Óþægindi frá hreyfi- og stoðkerfi á síðustu sjö sólarhringum voru tíðust í herðum og öxlum, hálsi, hnakka og mjóðbaki. Fast á eftir komu óþægindi í hnjám og efri hluta baks.



Mynd 2.21. Hlutfall starfsfólks sem hafði einhvern tíma á síðasta ári ekki getað stundað dagleg störf vegna óþægindi í eftirfarandi líkamssvæðum?

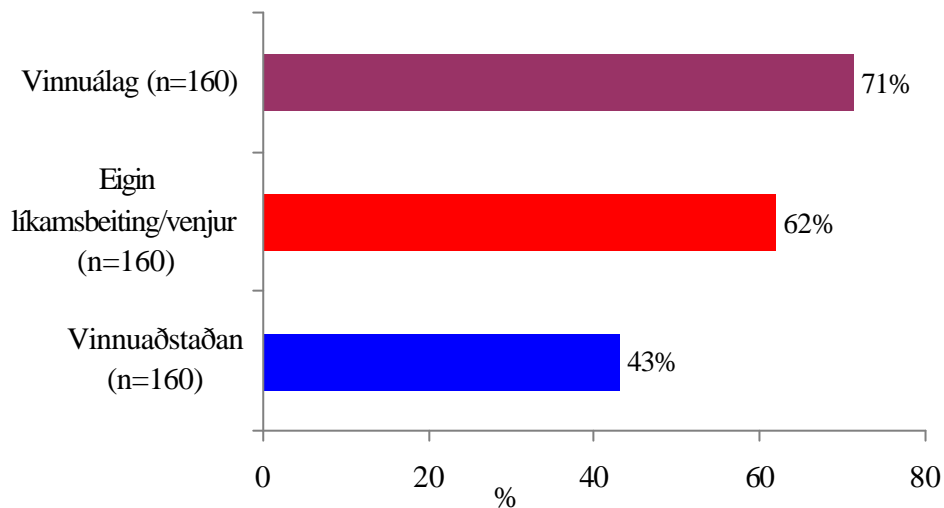
Af konum sem höfðu fundið fyrir óþægindum síðastliðið ár höfðu rétt tæplega 25% ekki getað stundað dagleg störf vegna óþægindanna. Mynd 2.21 sýnir algengi þeirra óþæginda sem hafa valdið starfsfólki svo miklum óþægindum einhvern tíma á síðasta ári að það hefur ekki getað stundað dagleg störf. Rétt rúmur þriðjungur kvennanna hefur einhvern tíma síðastliðið ár ekki getað stundað dagleg störf vegna óþæginda í efri hluta baks og mjóbaki. Tæplega þriðjungur kvennanna gat ekki stundað dagleg störf einhvern tíma á síðasta ári vegna óþæginda í mjöðmum og hnjám.



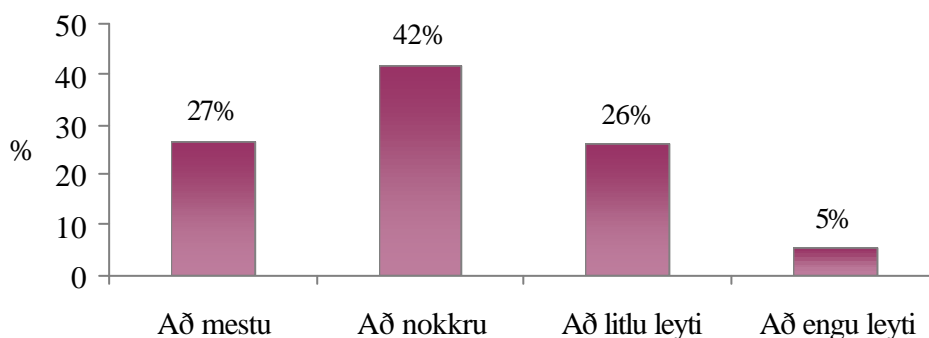


Mynd 2.22. Hlutfall starfsfólks sem telur að samband sé milli starfs og óþæginda í hreyfi- og stoðkerfi (n=257).

Starfsfólk sem hafði fundið fyrir einhverjum óþægindum var beðið að meta hvort samband væri milli óþægindanna og starfsins á leikskólanum. Rúm 62% starfsfólks töldu svo vera. Rúm 10% töldu ekki vera tengsl milli óþægindanna og starfsins á leikskólanum (sjá mynd 2.22). Á mynd 2.23 má hins vegar sjá hverju óþægindin tengjast að mati þeirra sem tengja óþægindin við starfið. Sjötíu prósent nefna vinnuálag, rúmlega 60% ranga líkamsbeitingu og venjur og 43% vinnuaðstöðuna.

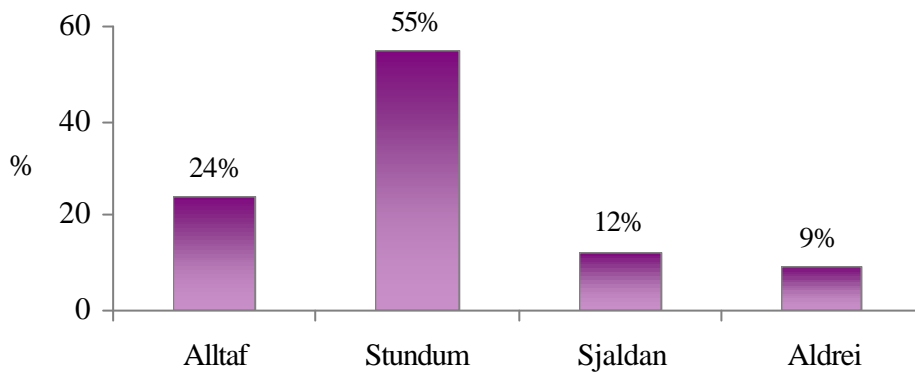


Mynd 2.23. Orsakir vinnutengdra óþæginda í hreyfi- og stoðkerfi að mati starfsfólks.



Mynd 2.24. Er aðstaðan á deildinni þannig að hægt sé að vinna í þægilegum vinnustellingum (n=261)?

Eins og fram kemur á mynd 2.24 töldu flestir að aðstaðan á vinnustaðnum væri yfirleitt þannig að hægt væri að vinna í þægilegum vinnustellingum. Hins vegar taldi 31% starfsfólks svo ekki vera eða að litlu leyti.



Mynd 2.25. Reynir þú meðvitað að minnka líkamlegt álag (n=253)?

Eins og sést á mynd 2.25 segist fjórðungur starfsfólks alltaf reyna að minnka líkamlegt álag (með því að láta börnin klifra sjálf upp í háa stóla, leiktæki, á skiptiborð o.s.frv.) og rúmlega helmingur segist stundum gera það.

### Samantekt

Mikill meirihluti starfsfólks telur starf sitt á leikskólum vera líkamlega fjölbreytt en um 70% telja það líkamlega erfitt. Meir en helmingur starfsfólks segist stundum eða oft vera líkamlega úrvinda eftir vinnudaginn.

Í ljós kemur að 90% starfsfólks vinnur mjög oft eða oft aðeins álútt, um 70% starfsfólks vinnur mjög oft eða oft mjög álútt og rúmur þriðjungur starfsfólks vinnur mjög oft eða oft með snúinn bol.

Ennfremur kom í ljós að rúmur þriðjungur starfsfólks þarf mjög oft eða oft að vinna með handleggi teygða langt frá líkamanum. Um fjórðungur starfsfólks þarf mjög oft eða oft að vinna með handleggi fyrir ofan axlarhæð.

Um 95% starfsfólks vinna mjög oft eða oft á göngu. Um 90% starfsfólks vinna mjög oft eða oft standandi. Tæp 90% starfsfólks vinna mjög oft eða oft sitjandi. Um 70% starfsfólks vinna mjög oft eða oft á hækjum sér og um 60% starfsfólks vinna mjög oft eða oft krjúpandi. Meirihluti starfsfólks telur starf sitt vera líkamlega fjölbreytt.

Tæplega 60% starfsfólks þurfa mjög oft eða oft að lyfta þungum byrðum í uppreistri stöðu. Fjörutíu prósent starfsfólks þurfa mjög oft eða oft að lyfta þungum byrðum sem veга 10-20 kg og um 8% starfsfólks þurfa mjög oft eða oft að lyfta byrðum sem eru þyngri en 20 kg.

Tæplega 40% starfsfólks þurfa mjög oft eða oft að lyfta byrðum í álútri stöðu. Fjórðungur starfsfólks þarf mjög oft eða oft að lyfta byrðum sem veга 10 til 20 kg og um 7% starfsfólks þurfa mjög oft eða oft að lyfta byrðum sem eru þyngri en 20 kg.

Þegar litið er á hlutfall starfsfólks sem hefur möguleika á að hjálp frá samstarfsfólki við að lyfta börnum eða bera þau eða við að lyfta eða færa þungar byrðar kemur í ljós að rúmur þriðjungur segist alltaf geta fengið hjálp og helmingur segist oft eiga kost á hjálp. Athyglisvert er að skoða hlutfall starfsfólks sem notfærir sér hjálp en rúmlega fjórðungur starfsfólks segist alltaf nýta þá hjálp sem því býðst hjá samstarfsfólki en rétt tæplega helmingur starfsfólks segist oft nýta mögulega hjálp samstarfsfólks. Hlutfall þeirra sem nýta sér alltaf eða oft hjálp samstarfsfólks við að lyfta börnum eða lyfta eða færa þungar byrðar er hærra meðal eldra starfsfólks en þess yngra og hlutfall þeirra sem nýta sér sjaldan eða aldrei hjálp er hærra meðal yngra starfsfólks en þess eldra. Aðspurðir sem segjast ekki nýta hjálp voru beðnir að greina frá ástæðunni. Algengast var að fólk nefndi tímaleysi og manneklu.

Niðurstöður könnunarinnar sýna að rúmlega helmingur starfsfólks hefur fengið kennslu í líkamsbeitingu og vinnutækni en sú kennsla takmarkast að miklu leyti við kennslu í nokkrar klukkustundir. Algengast er að starfsfólk hafi fengið kennsluna í námi og um 9 af hverjum 10 sverendum telja að leiðbeiningar fengnar í kennslu gagnist þeim.

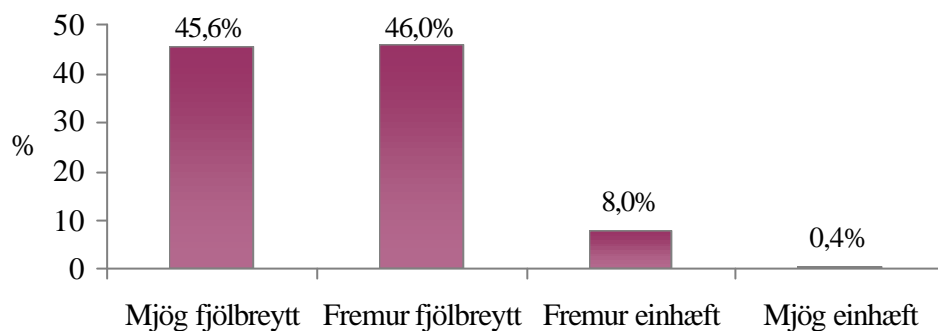
Þegar litið er á niðurstöðurnar sem varða óþægindi starfsfólks frá hreyfi- og stoðkerfi kemur í ljós að af öllum hópnum höfðu tæp 94% fundið til einhverra óþæginda frá hreyfi- og stoðkerfi undangengið ár. Af þeim hópi höfðu 65% fundið fyrir óþægindum síðustu sjö sólarhringa og 25% ekki getað stundað dagleg störf vegna óþægindanna einhvern tíma á síðasta ári. Óþægindi frá hreyfi- og stoðkerfi á liðnu ári voru tíðust í herðum eða öxlum,

mjóbbaki og hálsi eða hnakka og óþægindi í þeim líkamshlutum eru einnig algengast meðal kvenna sem hafa fundið fyrir óþægindum á síðustu sjö sólarhringum. Algengast er að óþægindi í efri og neðri hluta baks, mjöðmum og hnjám hafi valdið því að starfsfólk hafi ekki getað stundað dagleg störf einhvern tíma á síðasta ári.

Í niðurstöðunum kemur fram að 6 af hverjum 10 konum telja að samband sé á milli starfsins á leikskóla og þeirra óþæginda sem þær hafa fundið fyrir. Í því sambengi er algengast að fólk nefni vinnuálag því um 70% þeirra, sem segja að samband sé á milli óþæginda í hreyfi- og stoðkerfi, telja það tengjast vinnuálagi í starfi. Rúmlega 60% telja það tengjast eigin líkamsbeitingu og venjum og að lokum telja 43% það tengjast vinnuaðstöðunni. Um 40% starfsfólks segja að aðstaðan á deildinni sé að nokkru þannig að hægt sé að vinna í þægilegum vinnustellingum en rúmur þriðjungur segir að aðstaðan sé að litlu eða engu leyti þægileg. Algengast er að starfsfólk reyni stundum að minnka líkamlegt álag en fjórðungur reynir það sjaldan eða aldrei

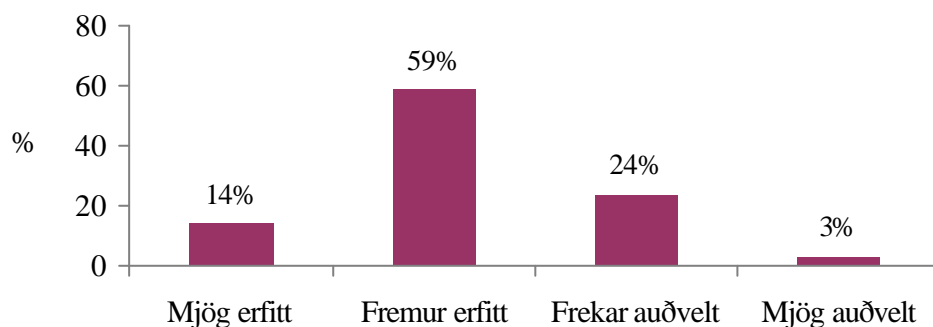
### 3. Félagslegir og andlegir álagsþættir í starfi

Til að meta félagslega og andlega álagsþætti í störfum starfsfólks á leikskólum var starfsfólk beðið að svara ýmsum spurningum er lúta að sveigjanleika, svigrúmi, vinnutíma, samskiptum og fleiru.



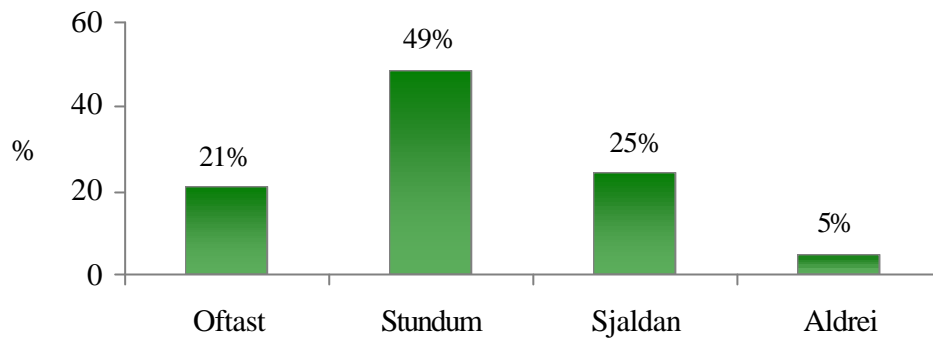
Mynd 3.1. Hve andlega fjölbreytt eða einhæft finnst þér starfið vera (n=274)?

Eins og fram kemur á mynd 3.1 þá telur rúmlega 91% starfsfólks starf sitt á leikskólanum vera mjög eða fremur fjölbreytt en aðeins rúm 8% telja það fremur eða mjög einhæft.



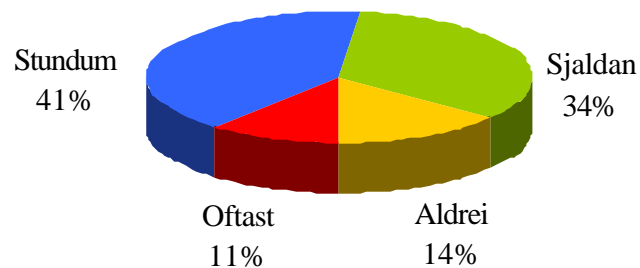
Mynd 3.2. Hve andlega erfitt eða auðvelt telur þú starfið vera (n=266)?

Þótt starfsmenn telji starfið vera andlega fjölbreytt sýnir mynd 3.2 að 73% telja starfið andlega erfitt. Þar af telja tæplega 14% starfsfólks starfið vera mjög andlega erfitt. Einungis 3% telja starfið vera mjög andlega auðvelt.



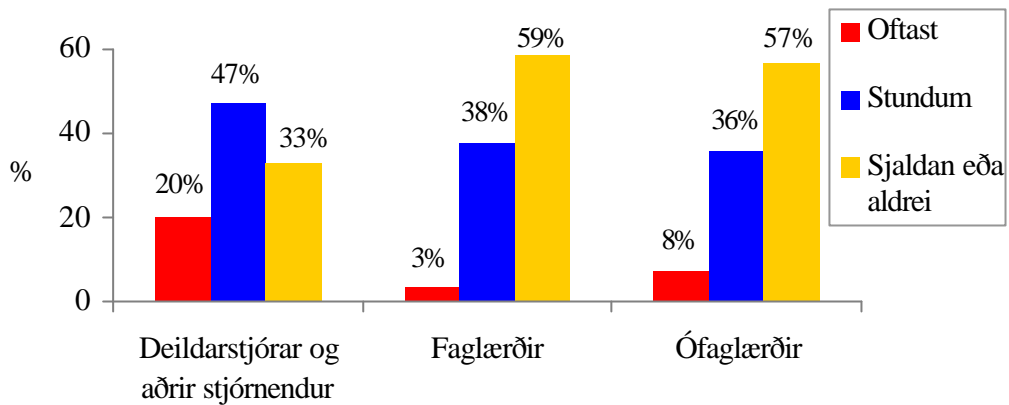
Mynd 3.3. Ert þú andlega úrvinda eftir vinnudaginn (n=269)?

Á mynd 3.3 er borinn saman fjöldi starfsfólks sem segist vera oftast, stundum, sjaldan eða aldrei andlega úrvinda eftir vinnudaginn. Meirihluti starfsfólks eða 70% segjast oftast eða stundum andlega úrvinda eftir vinnudaginn. Aðeins 5% segjast aldrei vera andlega úrvinda eftir vinnudaginn.



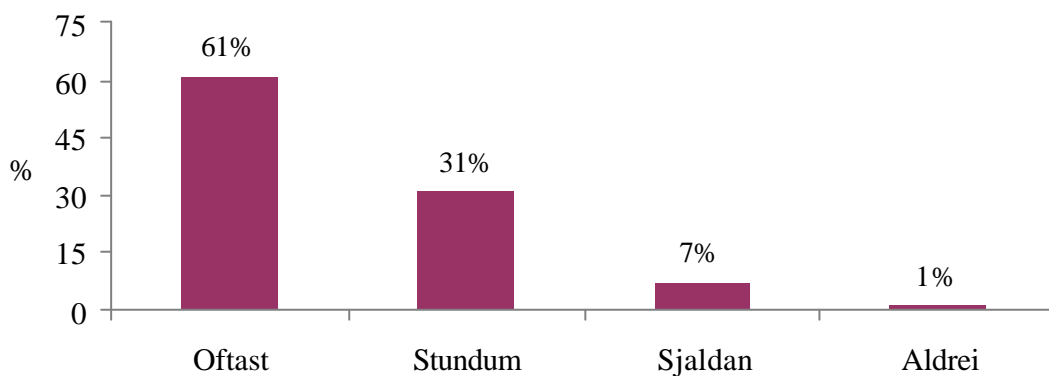
Mynd 3.4. Ertu undir tímapressu í vinnunni (n=269)?

Mynd 3.4 sýnir hve stór hluti starfsfólks segist vera undir tímapressu í vinnunni. Ellefu prósent starfsfólks segjast oftast vera undir tímapressu og 41% segist stundum vera undir slíkri pressu. Hátt í helmingur starfsfólks segist sjaldan eða aldrei vera undir tímapressu í vinnunni.



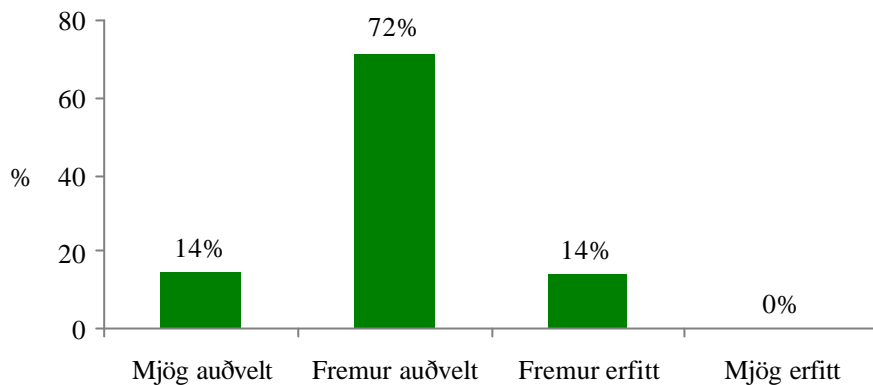
Mynd 3.5. Hlutfall starfsfólks sem er undir tímapressu í vinnunni, skipt eftir starfi á leikskólanum (n=265).

Hlutfall þeirra sem segist oftast eða stundum vera undir tímapressu í vinnunni er hærra meðal deildarstjóra eða annarra stjórnenda en meðal faglærðra og ófaglærðra. Þannig má sjá á mynd 3.5 að tæp 20% deildastjóra eða annarra stjórnanda segjast oftast vera undir tímapressu í vinnunni en aðeins rúm 3% faglærðra og tæp 8% ófaglærðra á leikskólanum



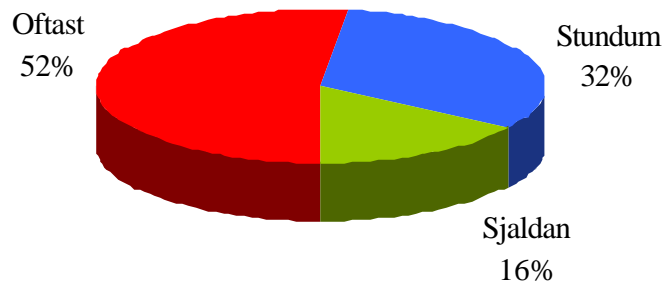
Mynd 3.6. Finnst þér þú geta sinnt börnunum á leikskólanum nægilega vel (n=249)?

Mynd 3.6 sýnir að rúmlega 60% starfsfólks telja sig oftast geta sinnt börnunum á leikskólanum nægilega vel og um þriðjungur telur sig geta þetta stundum. Einungis 8% starfsfólks telja sig sjaldan eða aldrei geta sinnt börnunum nægilega vel.



Mynd 3.7. Finnst þér erfitt eða auðvelt að samræma kröfur og væntingar foreldra, starfsmanna og/eða yfirmanna (n=257)?

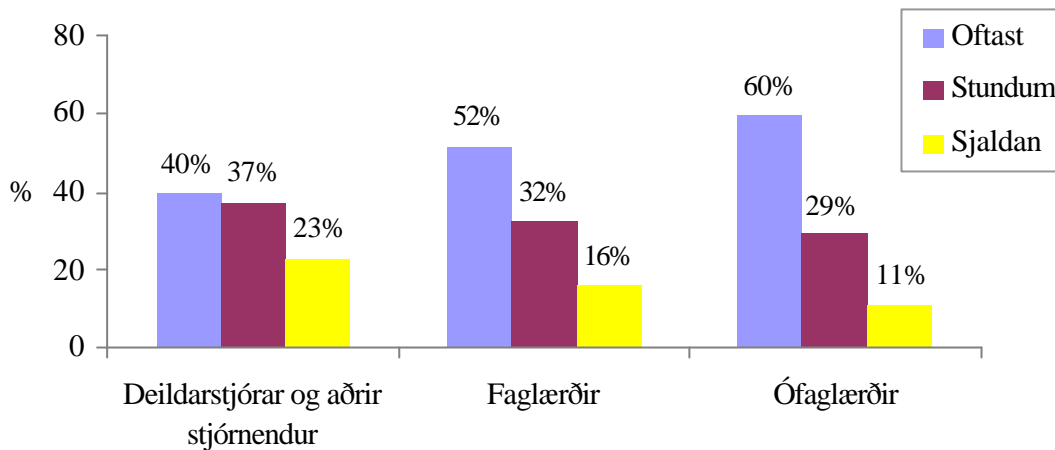
Á mynd 3.7 má sjá hversu erfitt eða auðvelt starfsfólki finnst að samræma kröfur og væntingar foreldra barnanna, samstarfsmanna og/eða yfirmanna. Langflestir telja þetta auðvelt. Sjötíu og tvö prósent starfsmanna telja fremur auðvelt að samræma kröfur og væntingar foreldra barnanna, samstarfsmanna og/eða yfirmanna og rúm 14% telja það mjög auðvelt.



Mynd 3.8. Finnst þér þú geta haft nægileg samskipti við vinnufélags þína í vinnutímanum (n=273)?

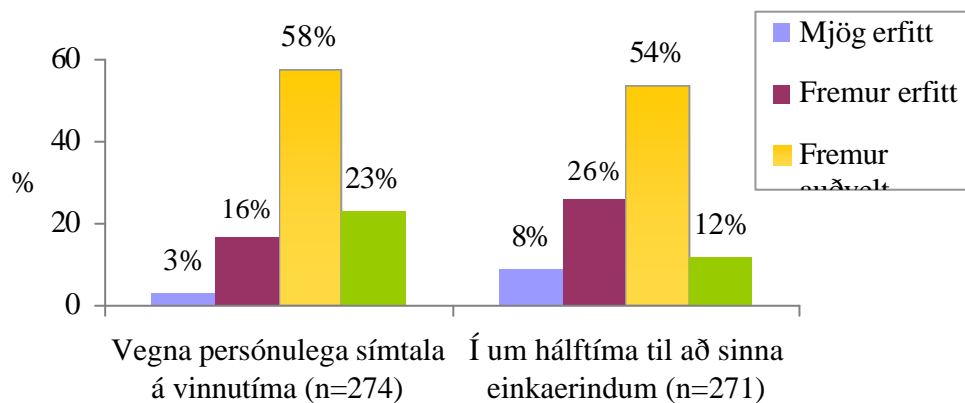
Á mynd 3.8 má sjá að flest starfsfólk leikskólanna segist oftast eða stundum geta haft nægileg samskipti við vinnufélaga sína í vinnutímanum. Rúmur helmingur starfsfólks segist oftast geta haft nægileg samskipti við vinnufélags sína í vinnutímanum og tæplega þriðjungur stundum.





Mynd 3.9. Hlutfall starfsfólks sem telur sig oftast, stundum eða sjaldan geta haft nægileg samskipti við vinnufélaga í vinnutímanum skipt eftir starfi á leikskólanum (n=267).

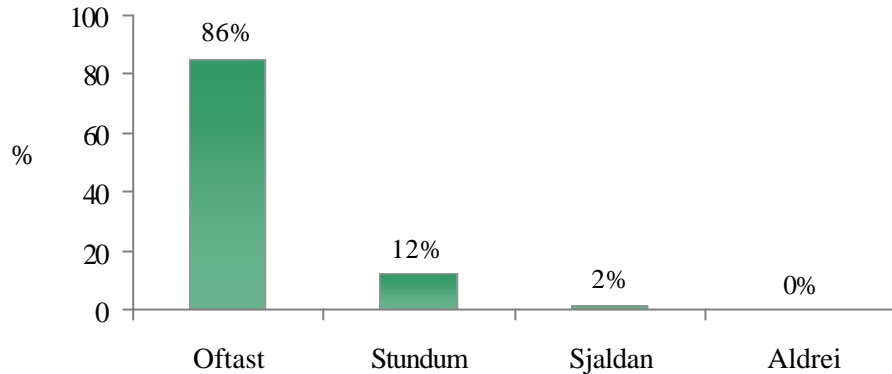
Hlutfall þeirra sem telja sig oftast geta haft nægileg samskipti við vinnufélaga í vinnutímanum er hæst meðal ófaglærðra en lægst meðal deildarstjóra eða annarra stjórnenda. Þannig má sjá á mynd 3.9 að 40% deildarstjóra og annarra stjórnanda telja sig oftast hafa nægileg samskipti við vinnufélaga sína en rúmur helmingur faglærða og 60% ófaglærða telja samskiptin oftast næg.



Mynd 3.10. Hversu erfitt eða auðvelt áttu með að skreppa frá vinnu vegna persónulegra símtala á vinnutíma eða til að sinna einkaerindum?

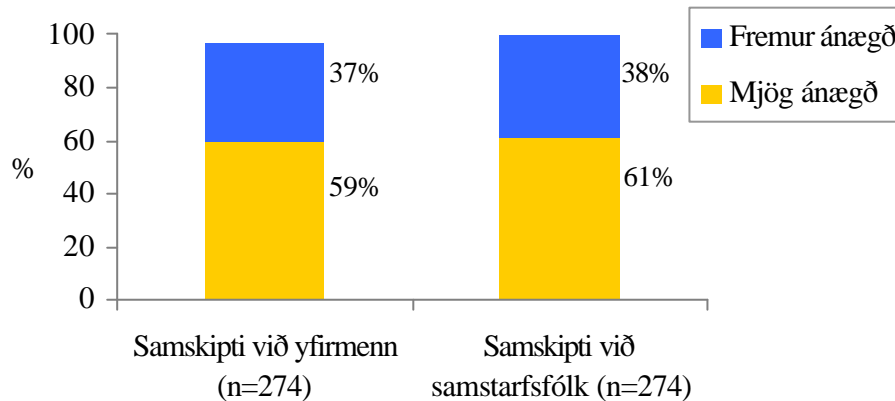
Mynd 3.10 sýnir hversu erfitt eða auðvelt starfsfólk á með að skreppa frá vinnu, annars vegar vegna persónulegra símtala á vinnutíma og hins vegar í um það bil hálf tíma til að sinna einkaerindum. Meirihluti starfsfólks virðist hafa þetta svigrúm í vinnunni. Rúm 80% starfsfólks eiga mjög eða fremur auðvelt með að skreppa frá vinnu vegna símtala á

vinnutíma og um 66% starfsfólks eiga mjög eða fremur auðvelt með að skreppa frá vinnu í hálf tíma til að sinna einkaerindum.



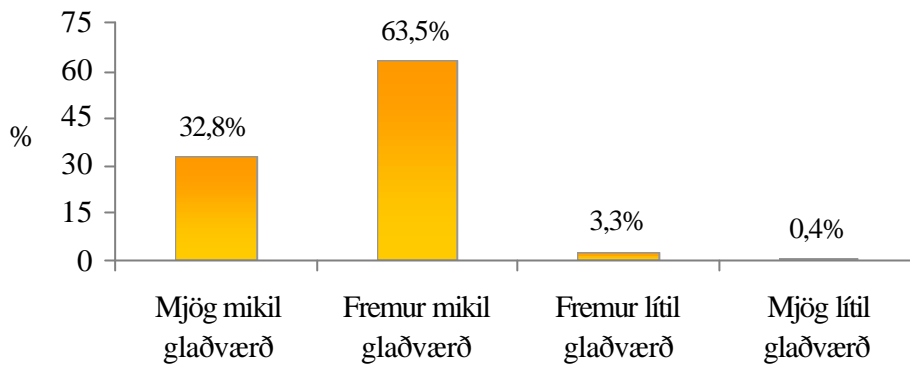
Mynd 3.11. Ertu sátt við samskipti þín við foreldra barnanna (n=260)?

Langstærsti hluti starfsfólks eða 86% eru oftast sátt við samskipti sín við foreldra barnanna, rúm 12% starfsfólks eru stundum sátt og tæp 2% sjaldan. Þetta má sjá á mynd 3.11.



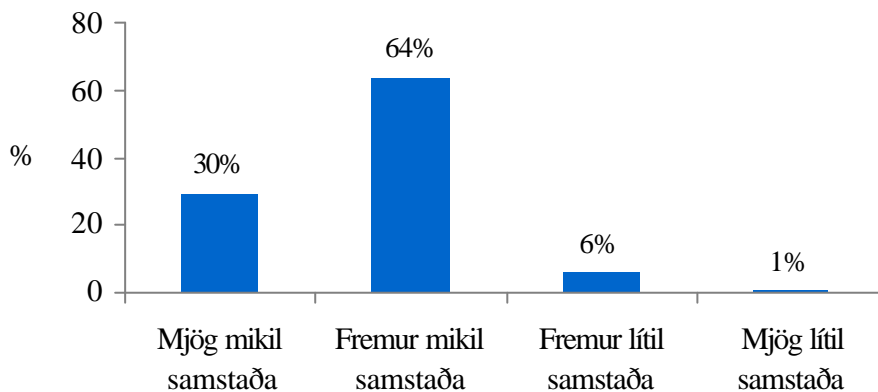
Mynd 3.12. Hlutfall starfsfólks sem er fremur og mjög ánægð með samskipti sín við yfirmenn annars vegar og samstarfsfólk hins vegar.

Á mynd 3.12 má sjá að flest starfsfólk er fremur eða mjög ánægð með samskipti sín bæði við yfirmenn og samstarfsmenn því að um 96% starfsfólks eru ánægð með samskipti sín við yfirmenn og um 99% starfsfólks eru ánægð með samskipti sín við samstarfsfólk.



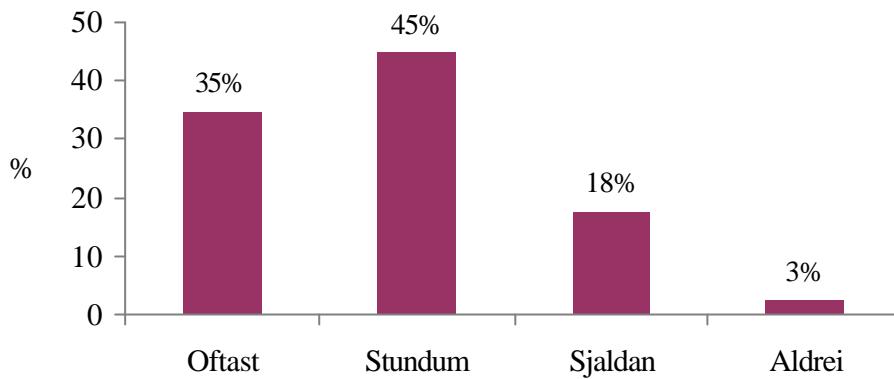
Mynd 3.13. Hve mikil eða lítil glaðværð ríkir almennt á meðal starfsmanna á vinnustað þínum (n=271)?

Niðurstöður á mynd 3.13 sýna að yfir 90% starfsfólks á leikskólum telja að mikil glaðværð ríki á vinnustað þeirra. Tæplega 33% telja að mjög mikil glaðværð ríki á vinnustaðnum og rúm 63% telja að fremur mikil glaðværð ríki.



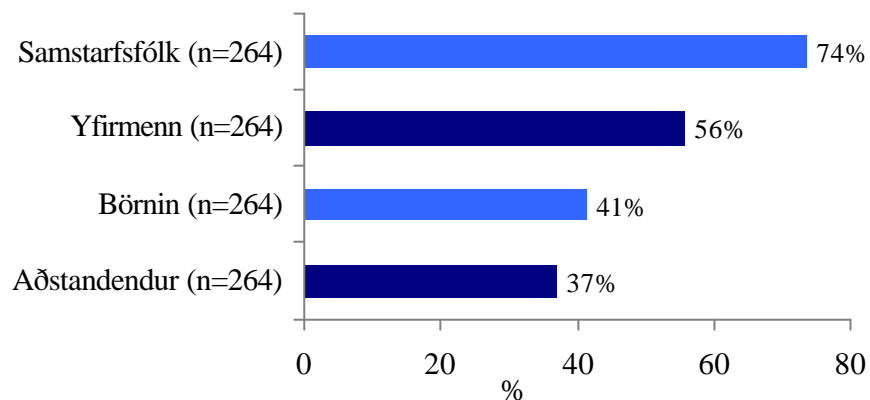
Mynd 3.14. Hve mikil eða lítil samstaða ríkir almennt meðal starfsmanna á vinnustað þínum (n=271)?

Á mynd 3.14 má sjá að yfir 90% starfsfólks telja mikla samstöðu ríkja á vinnustað þeirra. Tæplega 30% telja að mjög mikil samstaða ríki á vinnustaðnum og tæplega 64% segja að samstaðan sé fremur mikil.



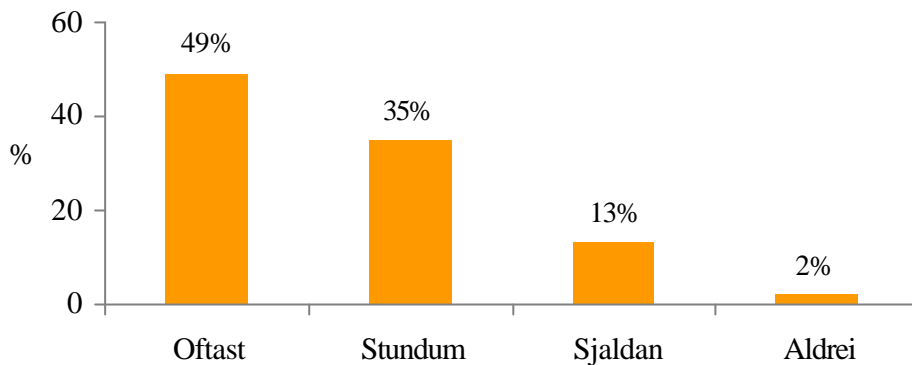
Mynd 3.15. Færðu hrós ef þú vinnur vel (n=271)?

Flest starfsfólk á leikskólum segist oftast eða stundum fá hrós ef það vinnur vel. Tæplega 35% starfsfólks fá oftast hrós ef þau vinna vel og 45% fá stundum hrós. Einungis 3% starfsfólks segjast aldrei fá hrós þótt þau vinni vel.



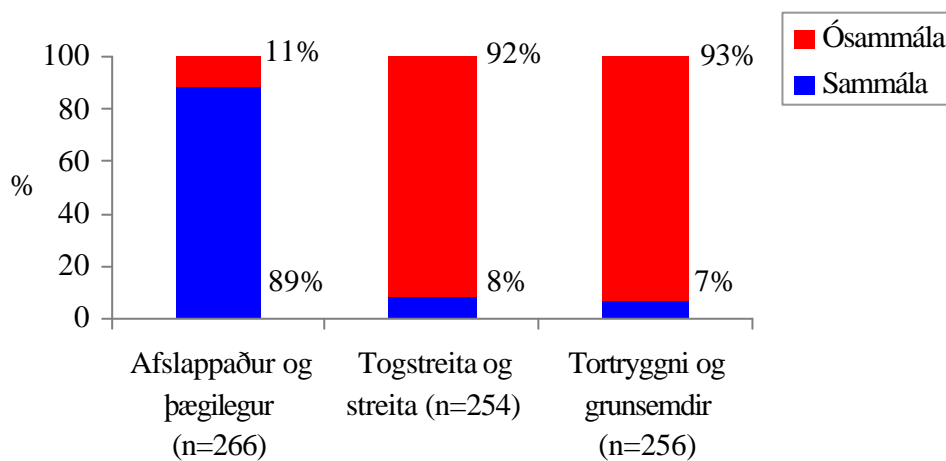
Mynd 3.16. Frá hverjum færðu oftast hrós?

Mynd 3.16 sýnir frá hverjum starfsmenn fá helst hrós fyrir vel unnin störf. Flestir fá hrós frá samstarfsfólki eða 74% og næstflestar eða 56% frá yfirmönnum. Börn og aðstandendur barnanna eru einnig í hópi þeirra sem oftast gefa hrós.



Mynd 3.17. Færðu stuðning frá yfirmönnum eða samstarfsmönnum ef vinnan reynist erfið (n=269)?

Á mynd 3.17 má sjá hve stórt hlutfall starfsfólks fær stuðning á vinnustaðnum ef vinnan er erfið. Rétt tæpur helmingur starfsfólks fær oftast stuðning frá yfirmönnum eða samstarfsmönnum ef vinnan reynist erfið en 35% starfsfólks fá stundum slíkan stuðning. Fimmtán prósent starfsmanna fá sjaldan eða aldrei stuðning frá yfirmönnum eða samstarfsmönnum þótt vinnan sé erfið.

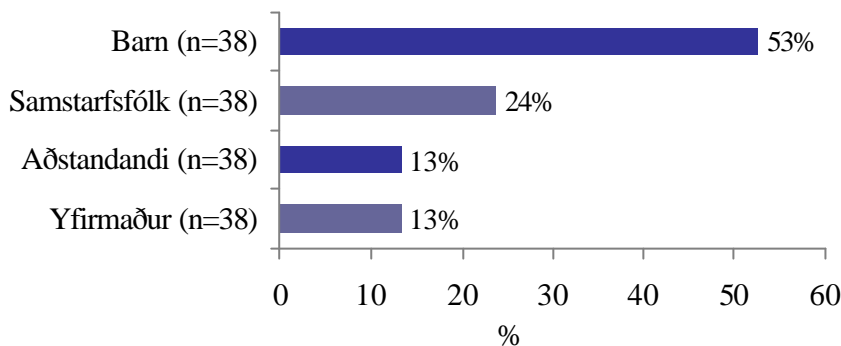


Mynd 3.18. Hlutfall starfsfólks sem er sammála eða ósammála fullyrðingum sem lýsa starfsandanum á vinnustað þess.

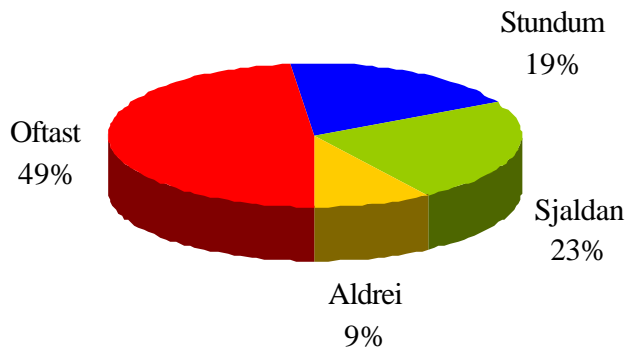
Á mynd 3.18 má sjá að starfsandinn er almennt góður að mati starfsfólks. Mikill meirihluti starfsfólks eða 89% eru sammála því að starfsandinn sé afslappaður og þægilegur á vinnustaðnum og 92% eru ósammála því að starfsandinn einkennist af

togstreitu og streitu. 93% starfsmanna eru ósammála því að starfsandinn einkennist að tortryggni og grunsemdum.

Fjórtnán prósent starfsfólks hafa orðið fyrir áreitni, árásum eða hótunum í vinnunni. Á mynd 3.19 má sjá hverjir stóðu þar að verki. Um helmingur starfsfólks sem hefur orðið fyrir áreitni, árásum eða hótunum hefur orðið fyrir því frá börnum á leikskólanum en um fjórðungur frá samstarfsfólki. Aðstandendur barnanna á leikskólanum og yfirmenn á leikskólunum eru einnig í hópi gerenda.



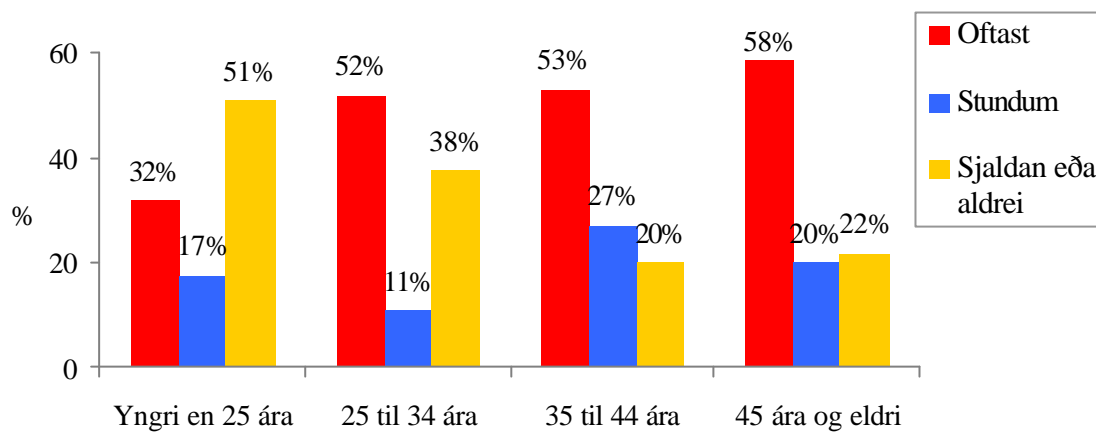
Mynd 3.19. Hlutfall starfsfólks sem hefur orðið fyrir áreitni, árásum eða hótunum frá barni, samstarfsfólki, aðstandanda eða yfirmanni.



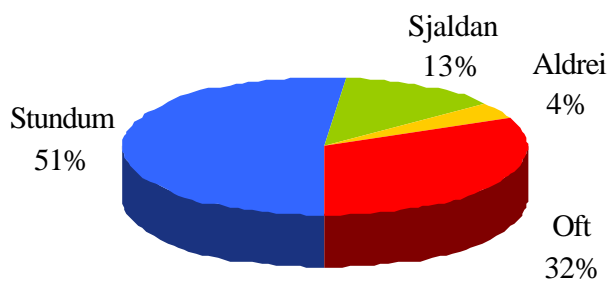
Mynd 3.20. Finnst þér þú vera nægilega oft spurð ráða þegar til stendur að gera breytingar á skipulagi vinnunnar eða vinnuumhverfinu (n=260)?

Niðurstöður könnunarinnar sýna að nánast allir vilja vera spurðir ráða þegar til stendur að gera breytingar á skipulagi vinnunnar eða vinnuumhverfinu. Mynd 3.20 sýnir að tæplega helmingur starfsfólks finnst hann oftast spurður nægilega ráða en einn af hverjum fimm

segir að þessa sé stundum gætt. Um þriðjungur er sjaldan eða aldrei spurður ráða. Hlutfall starfsfólks sem finnst það oftast eða stundum spurt nægilega oft ráða þegar til stendur að gera breytingar á skipulagi vinnunnar eða vinnuumhverfinu er hærra meðal eldra starfsfólks en þess yngra. Þannig má sjá á mynd 3.21 að aðeins um þriðjungur starfsfólks yngra en 25 ára finnst það oftast vera spurt ráða. Aftur á móti telur rúmlega helmingur starfsfólks á aldrinum 25 til 34 ára og á aldrinum 35 til 44 ára það oftast spurt ráða og tæplega 60% starfsfólks 45 ára og eldra.

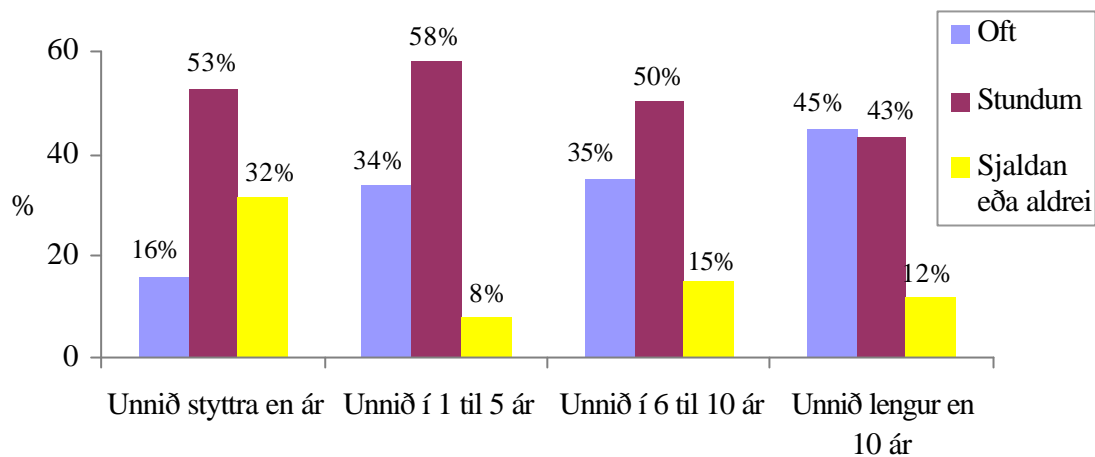


Mynd 3.21. Hlutfall starfsfólks, sem segist oftast, stundum, sjaldan eða aldrei spurt ráða þegar til stendur að gera breytingar á skipulagi vinnunnar eða vinnuumhverfi, skipt eftir aldri (n=254).



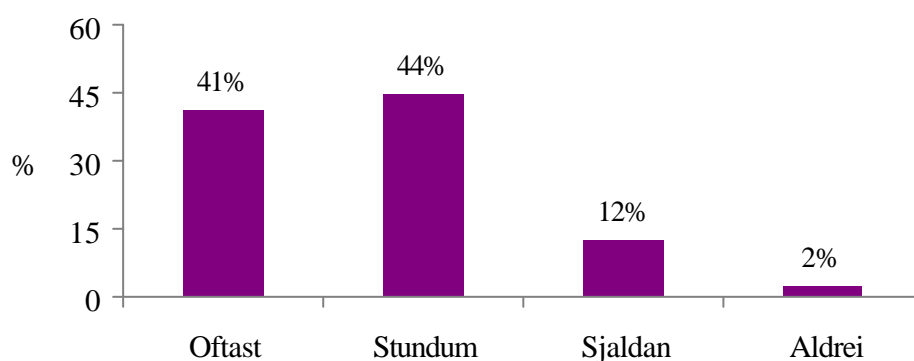
Mynd 3.22. Kemur þú með tillögur um hagræðingu eða breytingar til að létta ykkur störfín (n=274)?

Mynd 3.22 sýnir að tæplega þriðjungur starfsfólks segist oft koma með tillögur um hagræðingu eða breytingar til að létta sér störfín og rétt rúmlega helmingur starfsfólks kemur stundum með slíka tillögur.



Mynd 3.23 Hlutfall starfsfólks sem kemur oft, stundum, sjaldan eða aldrei með tillögur um hagræðingu eða breytingar til að létta sér störfín skipt eftir því hve það hefur unnið lengi samfellt á leikskólum (n=269).

Hlutfall starfsfólks sem kemur oft með tillögur um hagræðingar eða breytingar til að létta sér störfín er hærra meðal þeirra sem hafa unnið lengri tíma samfellt á leikskólum en meðal þeirra sem hafa unnið stutt. Þetta kemur fram á mynd 3.23. Sextán prósent starfsfólks sem hafa unnið styttra en ár, 34% þeirra sem hafa unnið í 1 til 5 ár, 35% þeirra sem hafa unnið 6 til 10 ár og um 45% þeirra sem hafa unnið lengur en 10 ár koma oft með tillögur af þessu tagi.

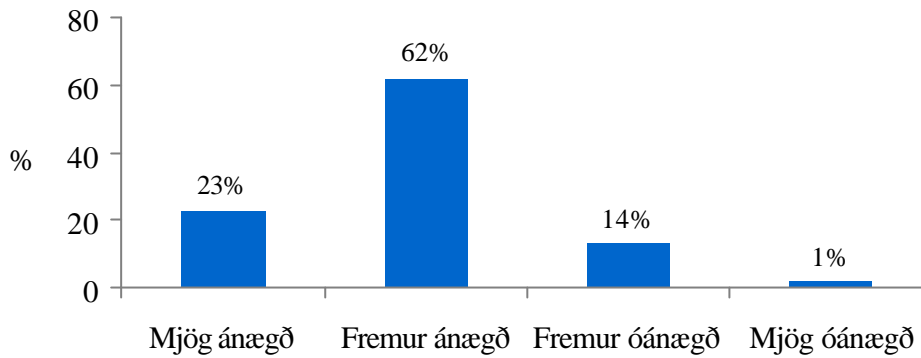


Mynd 3.24. Er tekið tillit til tillagna þinna um hagræðingu eða breytingar (n=266)?

Á mynd 3.24 sést að rúm 40% starfsfólks segja að oftast sé tekið tillit til tillagna þeirra um hagræðingu eða breytingar til að létta þeim störfín og um 44% segja að það sé

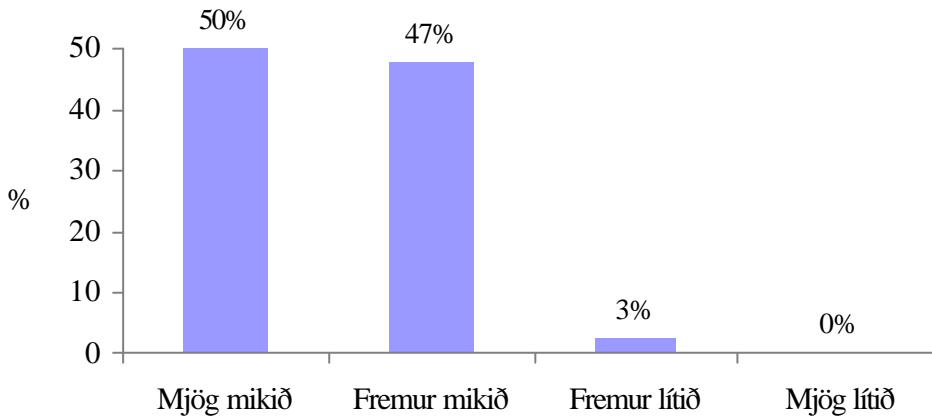


stundum gert. Um 14% segja að sjaldan eða aldrei sé tekið tillit til tillagna þeirra af þessu tagi.



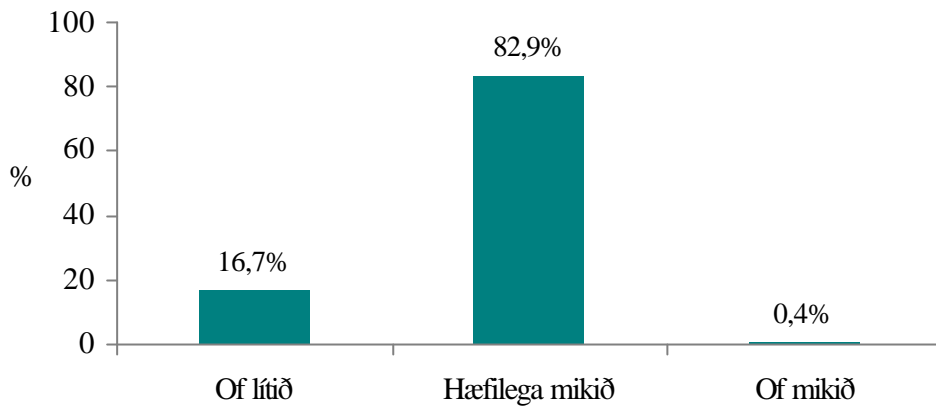
Mynd 3.25. Ertu ánægð með upplýsingaflæðið á vinnustað þínum (n=274)?

Á mynd 3.25 sést að um 95% starfsfólks eru mjög eða fremur ánægð með upplýsingaflæðið á vinnustaðnum. Fimmtán prósent starfsfólks eru óánægð með upplýsingaflæðið.



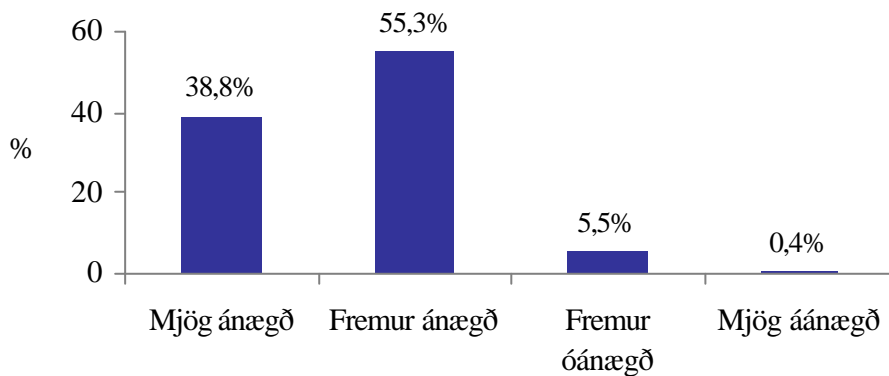
Mynd 3.26. Finnst þér búa við mikið eða lítið atvinnuöryggi (n=274)?

Starfsfólk leikskóla telur sig almennt búa við mikið atvinnuöryggi. Mynd 3.26 sýnir þetta glögglega.



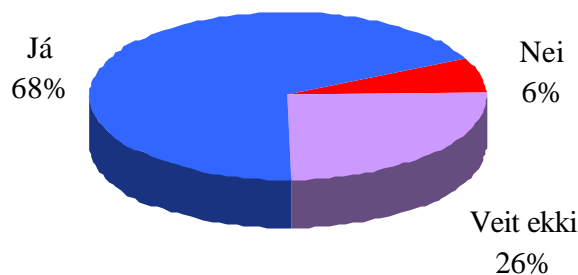
Mynd 3.27. Hlutfall starfsfólks sem telur of lítið, hæfilega eða of mikið fylgst með afköstum hvers starfsmanns á vinnustaðnum (n=263)?

Þegar starfsfólk sem tók þátt í könnuninni var beðið að meta hvort of lítið, of mikið eða hæfilega væri fylgst með afköstum hvers starfsmanns á leikskólanum kom í ljós að flestir, 83%, telja að hæfilega mikil sé fylgst með afköstum starfsfólks. Tæplega 17% telja of lítið fylgst með afköstum starfsmanna en mjög fáir eða aðeins 0.4% töldu að of mikið væri fylgst með afköstum. Hlutfall þeirra sem telja að of mikið eða of lítið sé fylgst með afköstum starfsfólks var hærra meðal yngri starfsmanna.



Mynd 3.28. Hlutfall starfsfólks sem er almenn tilánægð eða óánægð í starfi (n=273).

Niðurstöðurnar sýna að rúmlega 94% starfsfólks sem könnunin náði til sögðust ánægð í starfi.



Mynd 3.29. Myndir þú mæla með því við vini eða kunningja að þeir réðu sig til starfa þar sem þú vinnur núna (n=273)?

Flestir eða 68% segja að þeir myndu mæla með því við vini eða kunningja að þeir réðu sig til starfa þar sem þeir sjálfir vinna. Einungis 6% starfsfólks segja að þau myndu ekki gera slíkt en um fjórðungur tekur ekki afstöðu.

### Samantekt

Þegar félagslegir og andlegir álagsþættir í vinnuumhverfi starfsfólks á leikskólum eru skoðaðir kemur í ljós að meirihluti starfsfólks telur starfið vera andlega fjölbreytt en jafnframt andlega erfitt. Meirihluti starfsfólks segist oftast eða stundum vera andlega úrvinda eftir vinnudaginn. Um helmingur starfsfólks telur sig sjaldan eða aldrei vera undir tímapressu í vinnunni en um 40% telja sig stundum vinna undir tímapressu.

Meirihluti starfsfólks telur sig oftast geta sinnt börnunum á leikskólanum nægilega vel og langflestir segjast eiga auðvelt með að samræma kröfur og væntingar foreldra, starfsfólks og/eða yfirmanna.

Stærstur hluti starfsfólks hefur ákveðið persónulegt svigrúm í starfi. Þannig segjast um 80% starfsfólks eiga auðvelt með að skreppa frá vinnu vegna persónulegra símtala á vinnutíma og um 65% starfsfólks eiga auðvelt með að skreppa frá vinnu í hálf tíma til að sinna einkaerindum.

Þegar samskipti á leikskólunum eru skoðuð sést að um helmingur starfsfólks telur sig oftast geta haft nægileg samskipti við samstarfsfólks sitt í vinnutímanum.

Mikill meirihluti starfsfólks er sátt við samskipti sín við foreldra barna á leikskólanum og sama gildir um samskipti við bæði yfirmenn og samstarfsmenn. Níutíu og fjögur prósent svarenda segja að mikil samstaða ríki almennt meðal starfsfólks á vinnustaðnum og rúm

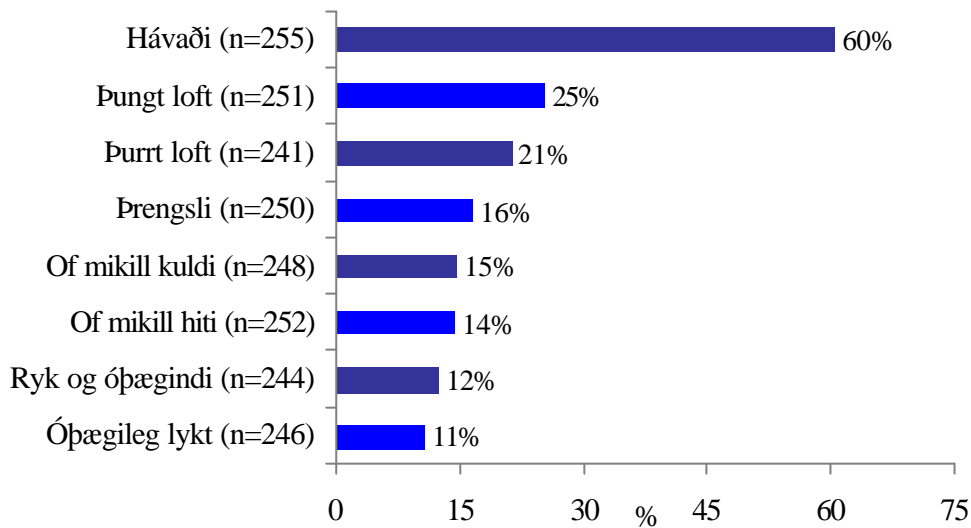
95% segja mikla glöðværð ríkjandi þar. Rúmlega þriðjungur starfsfólks fær oftast hrós ef vel er að verki staðið og um 45% starfsfólks fá stundum hrós. Algengast er að fá hrós hjá samstarfsmönnum. Um helmingur starfsfólks fær oftast stuðning frá yfirmönnum eða samstarfsfólki ef vinnan reynist erfið og rúmlega þriðjungur fær stundum slíkan stuðning.

Um 90% starfsfólks telur að starfsandinn sé afslappaður og þægilegur. Um 14% hefur þó orðið fyrir áreitni, árásum eða hótunum í vinnunni. Algengast er að slíkt komi frá börnunum á leikskólanum.

Afgerandi meirihluti starfsfólks vill vera spurður ráða áður en vinnuumhverfinu er breytt og niðurstöður könnunarinnar leiða í ljós að helmingur starfsfólks telur sig nægilega oft spurðan ráða þegar til stendur að gera breytingar á skipulagi vinnunnar eða vinnuumhverfinu. Um helmingur starfsfólksins kemur stundum með tillögur um hagræðingu eða breytingar til að létta sér störfina og um þriðjungur kemur oft með slíkar uppástungur. Af þeim sem koma með tillögur telja um 40% að oftast sé tekið tillit til tillagnanna og sama hlutfall telur að stundum sé tekið tillit til þeirra. Mikill meirihluti starfsfólks er ánægður með upplýsingaflæðið á vinnustaðnum sínum og 97% starfsfólks telja sig búa við mikið atvinnuöryggi. Níu af hverjum 10 svarendum eru almennt ánægðir í starfi og um 7 af hverjum 10 svarendum myndu mæla með því við vini eða kunningja að þeir réðu sig til starfa á vinnustaðnum þar sem þeir starfa.

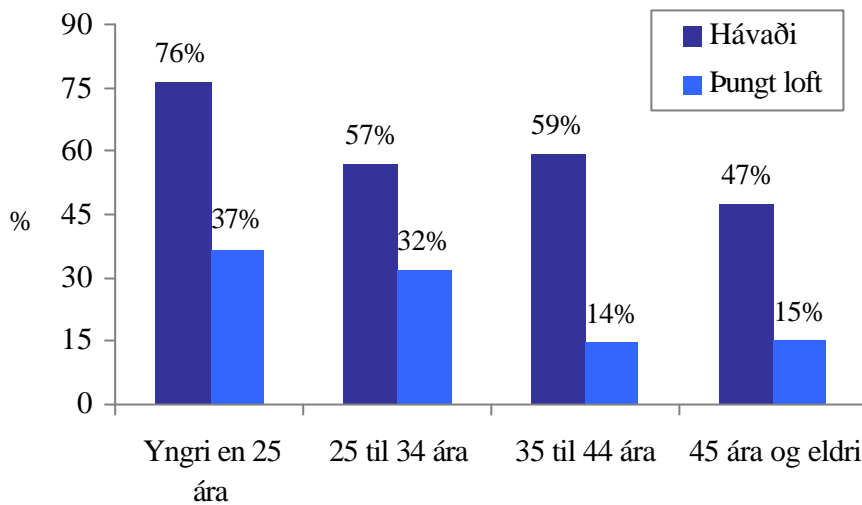
## 4. Umhverfispættir á vinnustað

Starfsfólk var beðið að meta hvort tilteknir umhverfispættir á vinnustað hafi valdið því óþægindum á síðastliðnum mánuði. Mynd 4.1 sýnir hlutfall starfsfólks sem hafði undan slíku að kvarta. Algengast er að hávaði valdi starfsfólki óþægindum en 60% starfsfólks taldi hávaða of mikinn. Fjórðungur starfafólks sagði að þungt loft hefði verið til бага og fimmtungur kvartaði undan þurru lofti í síðastliðnum mánuði.



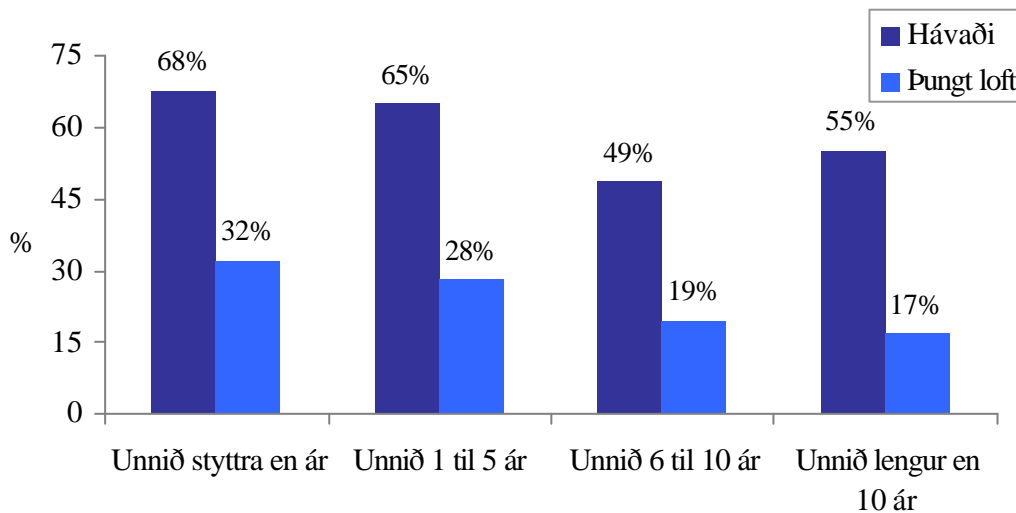
Mynd 4.1. Hlutfall starfsfólks sem hefur oft orðið fyrir óþægindum vegna ýmissa umhverfispáttá.

Athygli vekur að hlutfall starfsfólks sem segist oft hafa fundið fyrir óþægindum vegna hávaða og þungs lofts er hærra meðal yngra starfsfólks en þess eldra og hærra meðal starfsfólks sem hefur unnið stutt samfellt á leikskólum. Myndir 4.2 og 4.3 sýna þetta.



Mynd 4.2. Hlutfall starfsfólks sem hefur oft fundið fyrir óþægindum í síðasta mánuði vegna hávaða ( $n=249$ ) og þungs loft ( $n=245$ ). Hópnunum skipt eftir aldri.

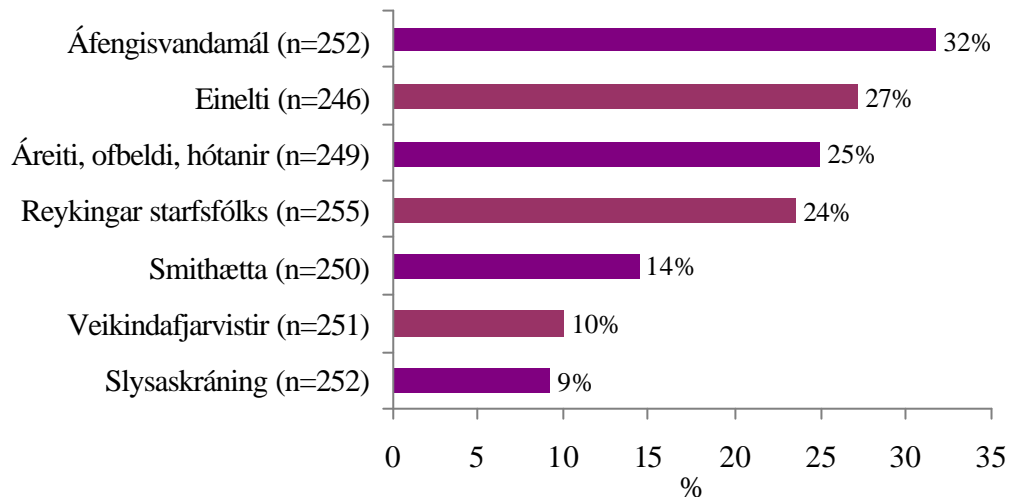
Sjötíu og sex prósent starfsfólks, sem eru yngri en 25 ára, sögðu að hávaði hefði oft valdið sér óþægindum í síðasta mánuði, en 57% - 59% 25 til 44 ára og 47% þeirra sem eru 45 ára og eldri höfðu sömu kvörtun. Þrjátíu og sjö prósent starfsfólks yngri en 25 ára hafa oft fundið fyrir óþægindum vegna þungs loft samborið við 15% þeirra sem eru 45 ára og eldri.



Mynd 4.3. Hlutfall starfsfólks sem hefur oft fundið fyrir óþægindum í síðasta mánuði vegna hávaða ( $n=250$ ) og þungs loft ( $n=246$ ). Hópnunum er skipt eftir því hvað starfsfólk hefur unnið lengi samfellt á leikskólum.

Sextíu og átta prósent starfsfólks sem hafa unnið styttra en eitt ár á leikskóla hafa oft orðið fyrir óþægindum vegna hávaða en 55% þeirra sem hafa unnið lengur en 10 ár samfelld á leikskólum. Um þriðjungur starfsfólks sem hefur unnið styttra en eitt ár á leikskóla hefur oft fundið fyrir óþægindum vegna þungs lofts en 17% starfsfólks sem hefur unnið lengur en 10 ár samfelld á leikskólum hafa sömu kvörtun.

Starfsfólk var spurt hvort til væru skriflegar leiðbeiningar á vinnustaðnum sem taka á hinum ýmsu þáttum í vinnunni. Stór hluti starfsfólks vissi það ekki eða 25% til 60%. Um 25% starfsmanna vissu t.d. ekki hvort til væru skriflegar leiðbeiningar um slysaskráningu og tæp 60% vissu ekki hvort til væru reglur varðandi áfengisvandamál. Mynd 4.4 sýnir hlutfall starfsfólks sem sagði að ekki væru til skriflegar leiðbeiningar á vinnustaðnum um eftirfarandi atriði.



Mynd 4.4. Hlutfall starfsfólks sem sagði að ekki væru til skriflegar leiðbeiningar á vinnustaðnum um ofangreind atriði.

Starfsfólk veit sjaldnast hvort til eru skriflegar leiðbeiningar um áfengisvandamál á vinnustaðnum og flestir telja reyndar að slíkar leiðbeiningar séu ekki fyrir hendi. Þrjátíu og tvö prósent starfsfólks segja að skriflegar leiðbeiningar um áfengisvandamál séu ekki til, 27% telja að ekki séu til skriflegar leiðbeiningar um einelti, 25% að ekki séu til skriflegar leiðbeiningar um áreiti, ofbeldi og hótanir og 24% að ekki séu til skriflegar leiðbeiningar um reykingar á vinnustaðnum.

Níutíu og fimm prósent starfsfólks leikskóla á kost á fræðslu eða námskeiðum sem tengjast vinnunni.

## **Samantekt**

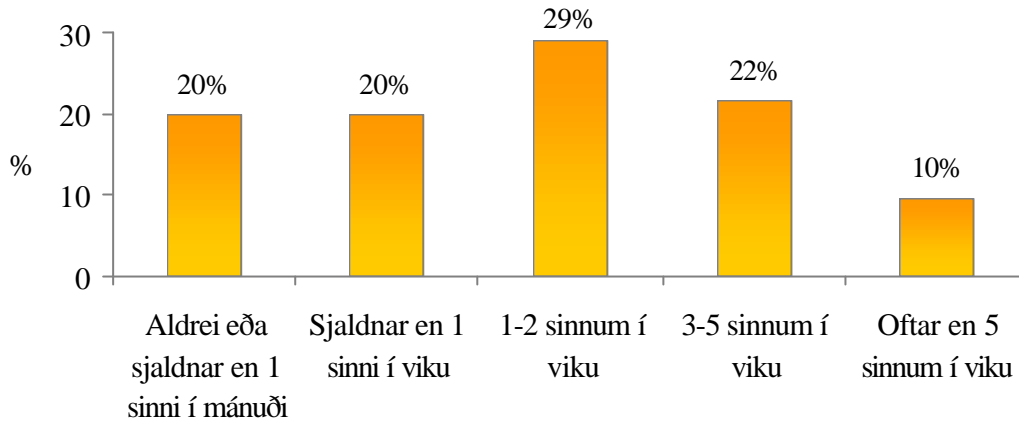
Hávaði er mest til óþæginda af þeim umhverfisþáttum sem spurt var um en 60% starfsfólks telja að hávaði hafi oft valdið sér óþægindum í síðasta mánuði. Fjórðungur starfsfólks kvartar undan þungu og fimmtungur undan þurru lofti.

Nær 60% starfsfólks veit ekki hvort til eru skriflegar leiðbeiningar á vinnustaðnum um ýmsa þætti sem spurt var um. Þriðjungur starfsfólks segir að engar skriflegar leiðbeiningar séu til um áfengisvandamál og um fjórðungur telur að engar reglur gildi um einelti, áreitni, ofbeldi, hótanir og reykingar.

Mikill meirihluti starfsfólks á kost á fræðslu og námskeiðum sem tengjast vinnunni.

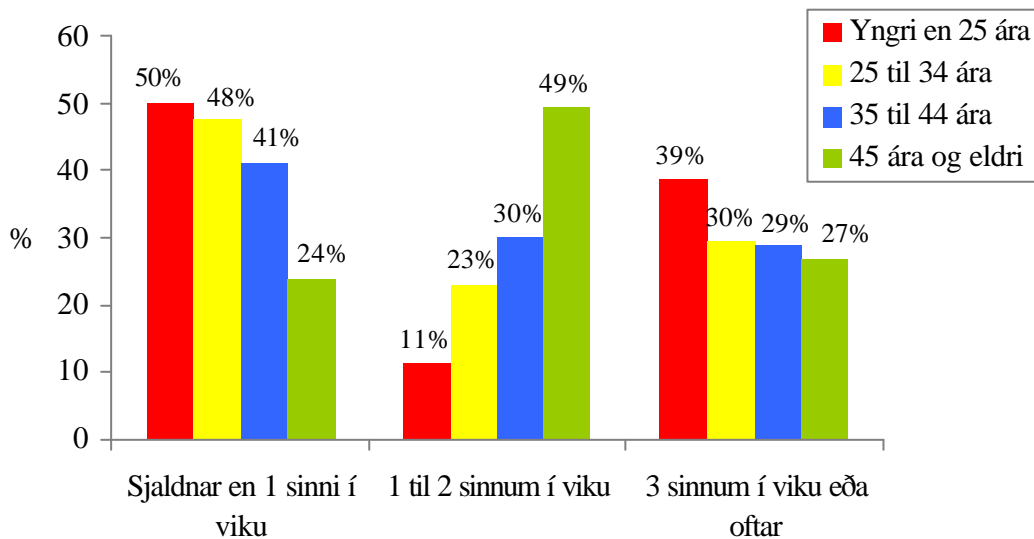


## 5. Lífshættir



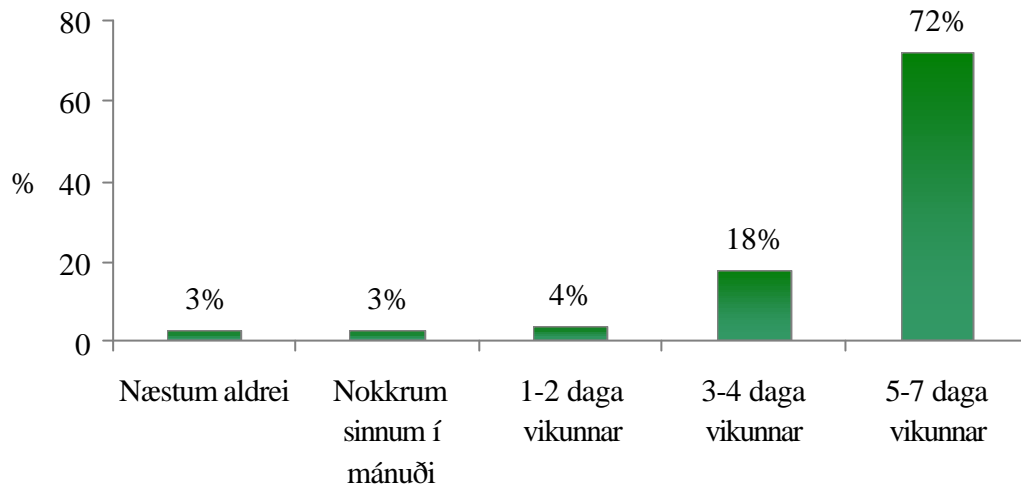
Mynd 5.1. Stundur þú líkamsrækt reglulega (n=272)?

Um fimmtungur starfsfólks stundar aldrei líkamsrækt eða sjaldnar en einu sinni í mánuði og sama hlutfall stundar líkamsrækt sjaldnar en einu sinni í viku. Flest starfsfólks stundar líkamsrækt einu til tvisvar sinnum í viku eða rétt tæp 30%. Tuttugu og tvö prósent starfsfólks stunda líkamsrækt 3 til 5 sinnum í viku og tæp 10% daglega eða næstum því.



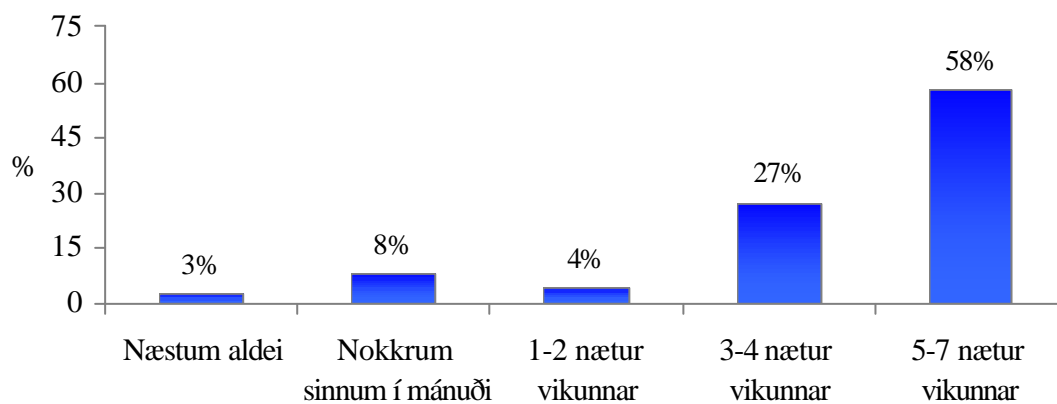
Mynd 5.2. Hlutfall starfsfólks sem stundar líkamsrækt reglulega. Hópnun skipt eftir aldri (n=267).

Á mynd 5.2 sést að í hópi yngstu starfsmannanna eru annars vegar þeir sem stunda sjaldnar líkamsrækt en þeir sem eldri eru, hins vegar þeir sem stunda líkamsrækt oftar en aðrir aldurshópar. Fólk á aldrinum 45 ára og eldra er flest meðal þeirra sem stundar líkamsrækt 1-2 sinnum í viku.



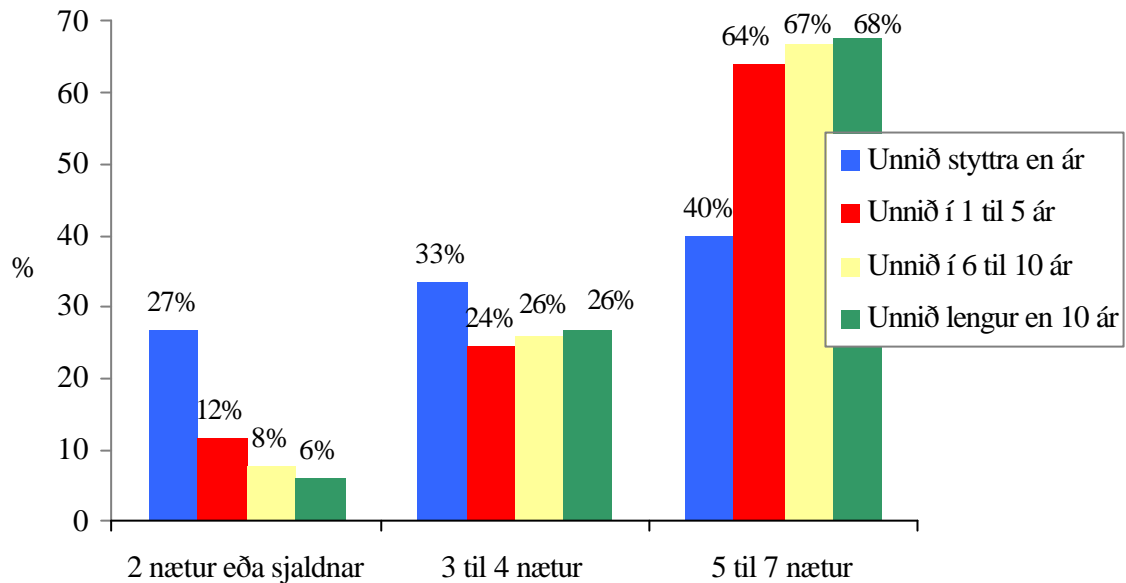
Mynd 5.3. Borðar þú a.m.k. þrjár máltíðir á dag og á reglulegum tíma (n=274)?

Á mynd 5.3 má sjá hlutfall starfsfólks sem borðar morgunmat, hádegismat og kvöldmat. Sjötíu og tvö prósent starfsfólks borða reglulega 5 til 7 daga vikunnar og 18% starfsfólks 3 til 4 daga vikunnar. Tíu prósent starfsfólks borða sjaldan reglulega að minnsta kosti þrjár máltíðir á dag.



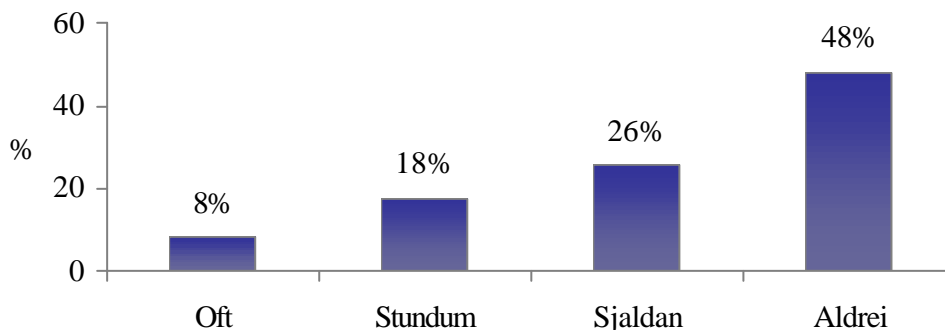
Mynd 5.4. Færðu nægan nætursvefn (n=273)?

Tæplega 60% starfsfólks fá nægan nætursvefn 5 til 7 nætur vikunnar. Tuttugu og sjö prósent starfsfólks fá nægan nætursvefn 3 til 4 nætur vikunnar og 15% fá nægan nætursvefn sjaldnar.



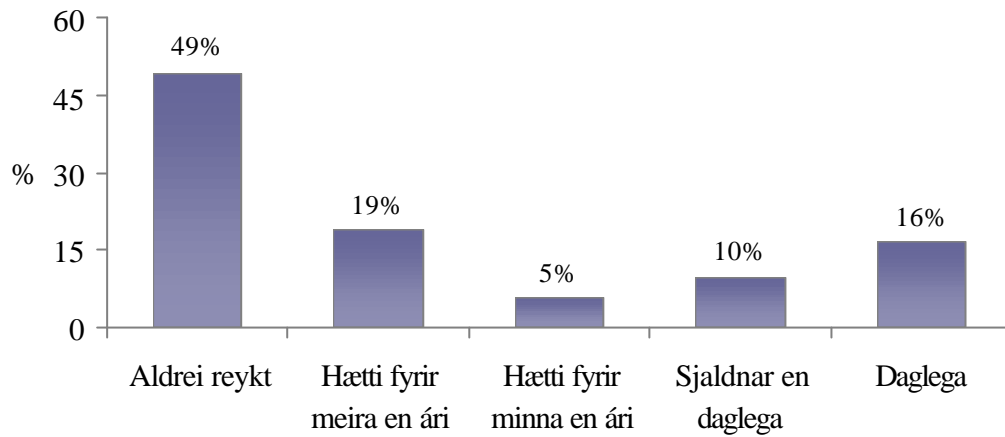
Mynd 5.5. Hlutfall starfsfólks sem fær nægan nætursvefn í hverri viku. Hópnunum er skipt eftir samfelldum starfstíma á leikskólum (n=268).

Mynd 5.5. sýnir að hlutfall starfsfólks sem fær nægan nætursvefn 5 til 7 daga vikunnar er lægst meðal starfsfólks sem hefur unnið styttra en eitt ár samfellt á leikskólum.



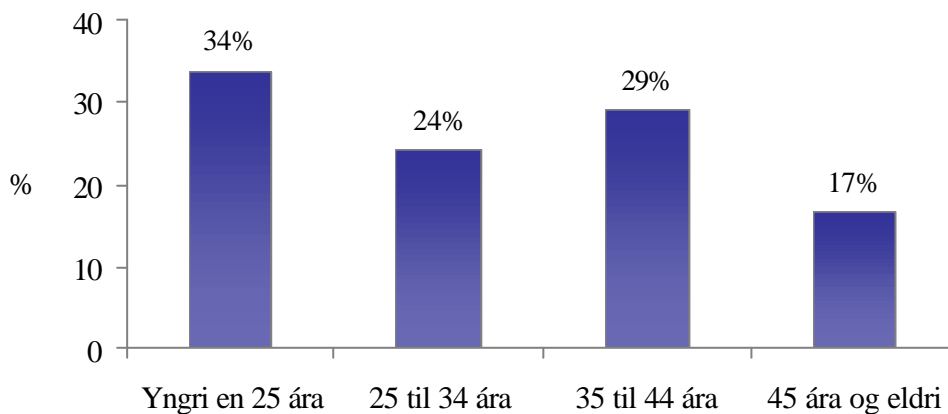
Mynd 5.6. Átt þú við svefnvandamál að stríða (n=274)?

Mynd 5.6 sýnir að rúm 8% starfsfólks segjast oft eiga við svefnvandamál að stríða, 18% stundum, 74% sjaldan eða aldrei.



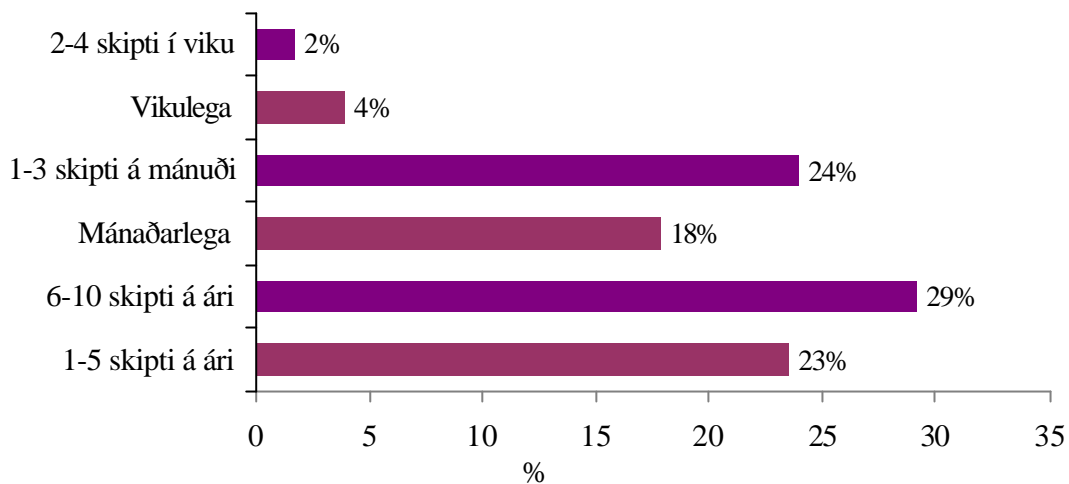
Mynd 5.7. Hlutfall starfsfólks sem reykir eða hefur reyktt (n=274).

Tæplega helmingur starfsfólks á leikskólum hefur aldrei reyktt. Nítján prósent hafa reyktt en eru hætt fyrir meira en ári og 5% hafa hætt fyrir minna en ári. Tíu prósent starfsfólks reykja sjaldnar en daglega en 16% reykja daglega.



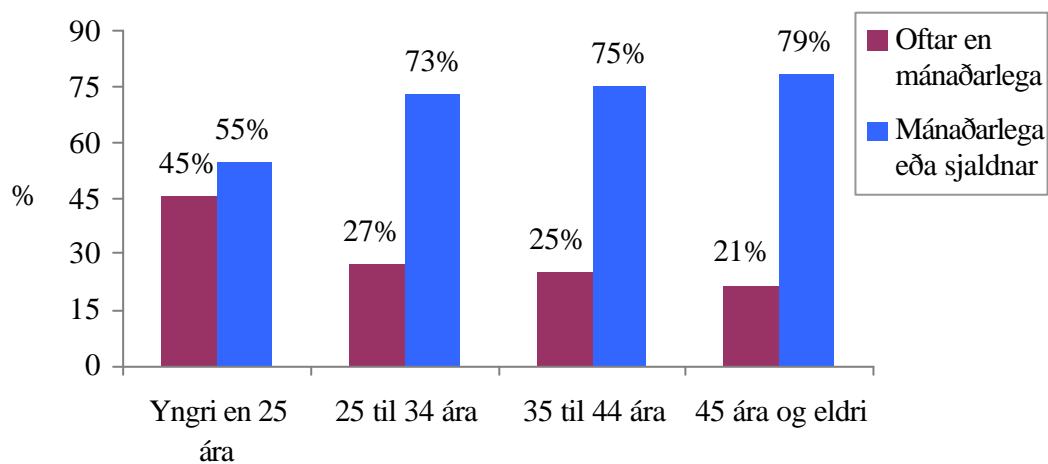
Mynd 5.8. Hlutfall starfsfólks sem reykir. Hópnum er skipt eftir aldri (n=72).

Hlutfall starfsfólks sem reykir er hæst meðal þeirra sem eru yngri en 25 ára, eða 34%, og lægst, eða 17%, meðal þeirra sem náð hafa 45 ára aldri. Áttatíu og fimm prósent starfsfólks segjast drekka áfengi. Mynd 5.9 sýnir hversu oft þeir drekka.



Mynd 5.9. Hve oft drekkur þú áfengi (n=230)?

Af þeim sem drekka áfengi sögðust flestir, eða 29%, drekka 6-10 sinnum á ári, um fjórðungur drekkur 1-5 sinnum á ári og svipað hlutfall sagðist drekka 1-3 sinnum í mánuði. Átján prósent sögðust drekka mánaðarlega. Enginn sagðist drekka áfengi daglega.



Mynd 5.10. Hve oft starfsfólk drekkur áfengi. Hópnun var skipt eftir aldri (n=225).

Hlutfall þeirra sem drekka oftar en mánaðarlega er hærra meðal yngra starfsfólks en þess eldra. Þetta sést á mynd 5.10. Rúmlega 45% starfsfólks yngra en 25 ára drekkur áfengi oftar en mánaðarlega en um það bil fjórðungur þeirra sem eldri eru.

## **Samantekt**

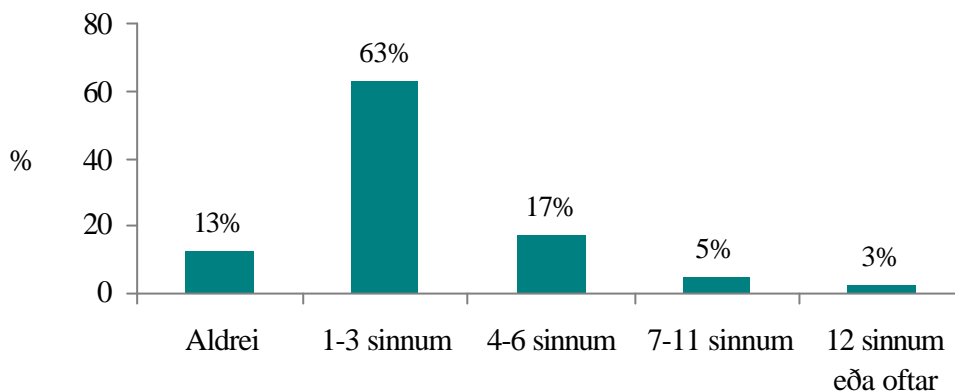
Niðurstöður könnunarinnar sýnir að tæplega 40% starfsfólks á leikskólum stundar líkamsrækt sjaldnar en einu sinni í viku, tæplega þriðjungur einu sinni til tvisvar í viku og sama hlutfall stundar líkamsrækt þrisvar í viku eða oftar.

Meirihluti starfsfólks, eða 72%, borðar a.m.k. þrjár máltíðir á dag á reglubundnum tíma 5 til 7 daga vikunnar. Rúmur helmingur starfsfólks fær nægan nætursvefn 5 til 7 daga vikunnar en um þriðjungur 3 til 4 daga vikunnar. Um helmingur starfsfólks á aldrei við svefnvandamál að stríða en um fjórðungur sefur illa oft eða stundum.

Um fjórðungur starfsfólks reykir og er meira um reykingar meðal þeirra yngri en eldri. Áttatíu og fimm prósent starfsfólks drekka áfengi. Af þeim sem drekka áfengi neytir rúmlega helmingur áfengis sjaldnar en mánaðarlega en 6% drekka vikulega eða oftar.

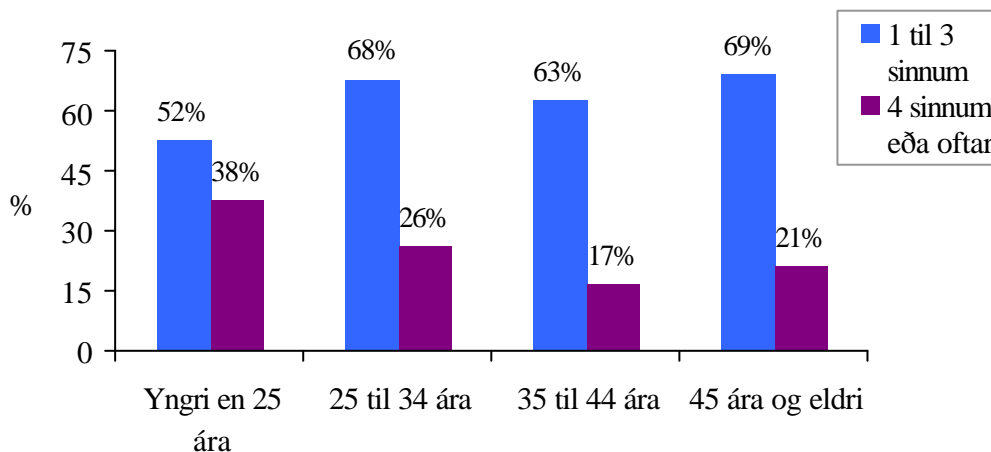
## 6. Heilsufar

Þegar starfsfólk leikskólanna var beðið að svara ýmsum spurningum um heilsufar kom í ljós að rúmlega 87% starfsfólks leitaði til læknis á síðasta ári.



Mynd 6.1. Hve oft leitaðir þú til læknis á síðasta ári (n=271)?

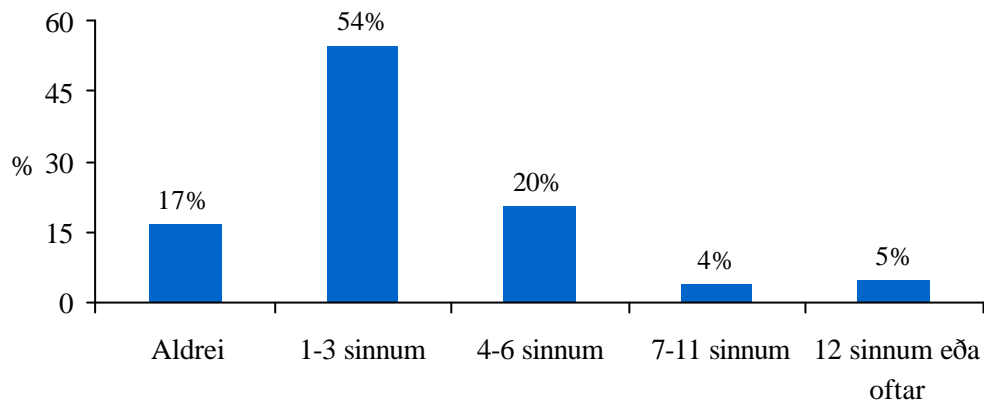
Mynd 6.1 sýnir að algengast er að starfsfólk hafi leitað læknis í eitt til þrjú skipti á síðasta ári. Sautján prósent starfsfólks fór 4 til 6 sinnum til læknis og um 8% 7 sinnum eða oftar.



Mynd 6.2. Hlutfall starfsfólks sem leitaði til læknis á síðasta ári. Hópnun var skipt eftir aldri (n=266).

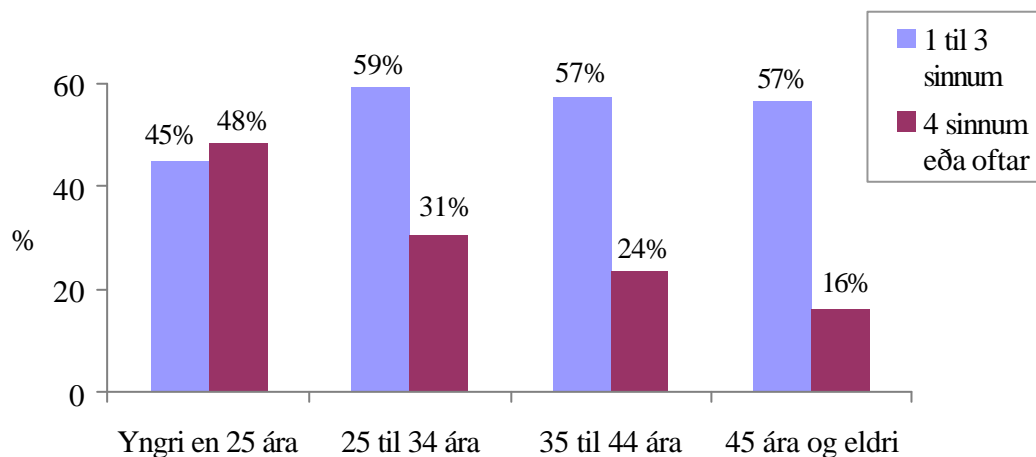
Á mynd 6.2 má sjá að yngri starfsfólk er fjölmennast í hópi þeirra sem leituðu oftast til læknis á síðasta ári. Þrjátíu og átta prósent 25 ára og yngri en tæp 26% prósent 25 til 34

ára fóru til læknis fjórum sinnum eða oftár á síðastliðnu ári. Tæp 17% starfsfólks á aldrinum 25 til 44 ára og um 21% þeirra sem voru 45 ára og eldri fóru svo oft til læknis á þessu tímabili.



Mynd 6.3. Hve oft varst þú fjarverandi frá vinnu á síðasta ári vegna eigin veikinda (n=259)?

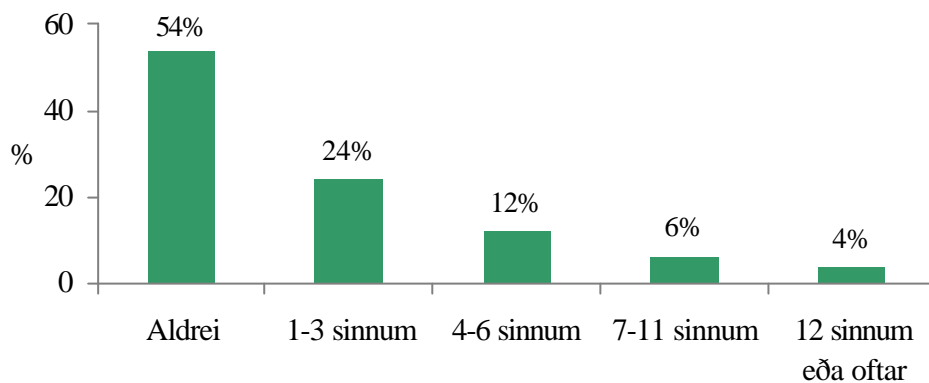
Mynd 6.3 sýnir að 17% starfsmanna sögðust aldrei hafa verið frá vinnu á síðasta ári vegna eigin veikinda. Rúmur helmingur starfsfólks var fjarverandi frá vinnu í eitt til þrjú skipti, fimmtungur í 4 til 6 skipti og 9% starfsmanna voru fjarverandi frá vinnu vegna eigin veikinda 7 sinnum eða oftár.



Mynd 6.4. Hlutfall starfsfólks sem var fjarverandi vegna eigin veikinda. Hópnun var skipt eftir aldri (n=254).

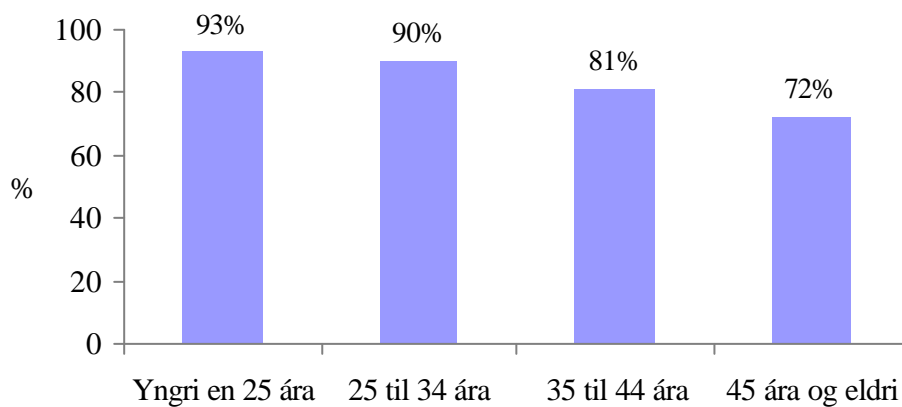


Á mynd 6.4 má sjá að því yngra sem starfsfólkið er því líklegra er að það hafi verið fjarverandi frá vinnu vegna eigin veikinda fjórum sinnum eða oftar á síðasta ári. Tæplega helmingur starfsfólks yngra en 25 ára var fjarverandi frá vinnu á síðasta ári í fjögur skipti eða oftar en rúmlega 30% þeirra sem eru 25 til 34 ára. Heldur færri, eða 24% starfsfólks, á aldrinum 35 til 44 ára var fjarverandi frá vinnu svo oft en aðeins 16% þeirra sem náð hafa 45 ára aldri.



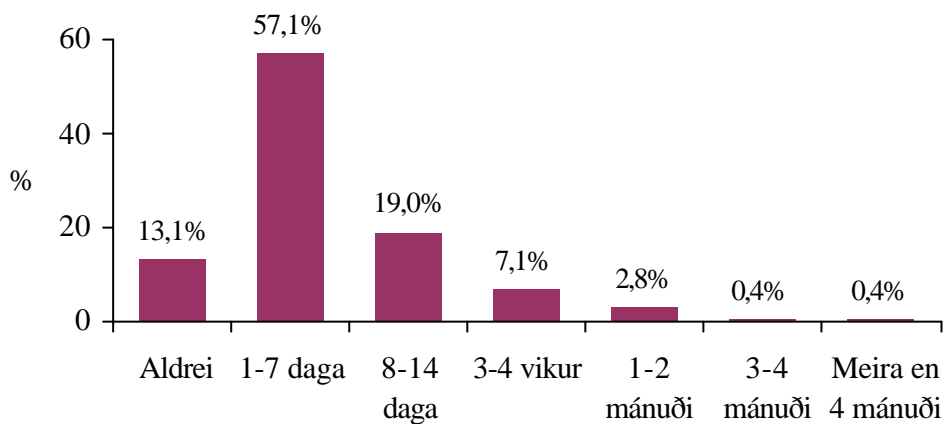
Mynd 6.5. Hve oft varstu fjarverandi frá vinnu vegna veikinda barna eða annarra fjölskyldumeðlima (n=265).

Mynd 6.5 sýnir að rúmlega helmingur starfsfólks tók sér aldrei frí frá vinnu á síðasta ári vegna veikinda barna eða annarra fjölskyldumeðlima. Fjórðungur starfsfólks tók sér frí einu sinni til þrisvar, 12% fjórum til sex sinnum og 10% starfsmanna tóku sér frí frá vinnu 7 sinnum eða oftar af þessum sökum.



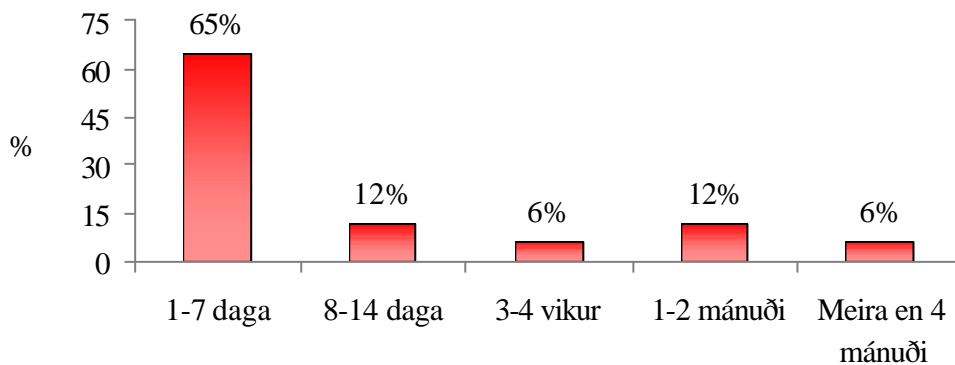
Mynd 6.6. Hlutfall starfsfólks sem var fjarverandi frá vinnu vegna veikinda barna eða annarra fjölskyldumeðlima síðast liðið ár. Hópnun var skipt eftir aldri (n=261).

Mynd 6.6 sýnir að af þeim 46% starfsmanna sem voru fjarverandi frá vinnu vegna veikinda barna eða annarra fjölskyldumeðlima voru flestir í hópnun 34 ára eða yngri. Rúm 90% starfsfólks í yngstu aldersflokkunum þurftu einhvern tímann að vera fjarverandi frá vinnu vegna veikinda barna eða annarra fjölskyldumeðlima en rúm 70% þeirra sem náð hafa 45 ára aldri.



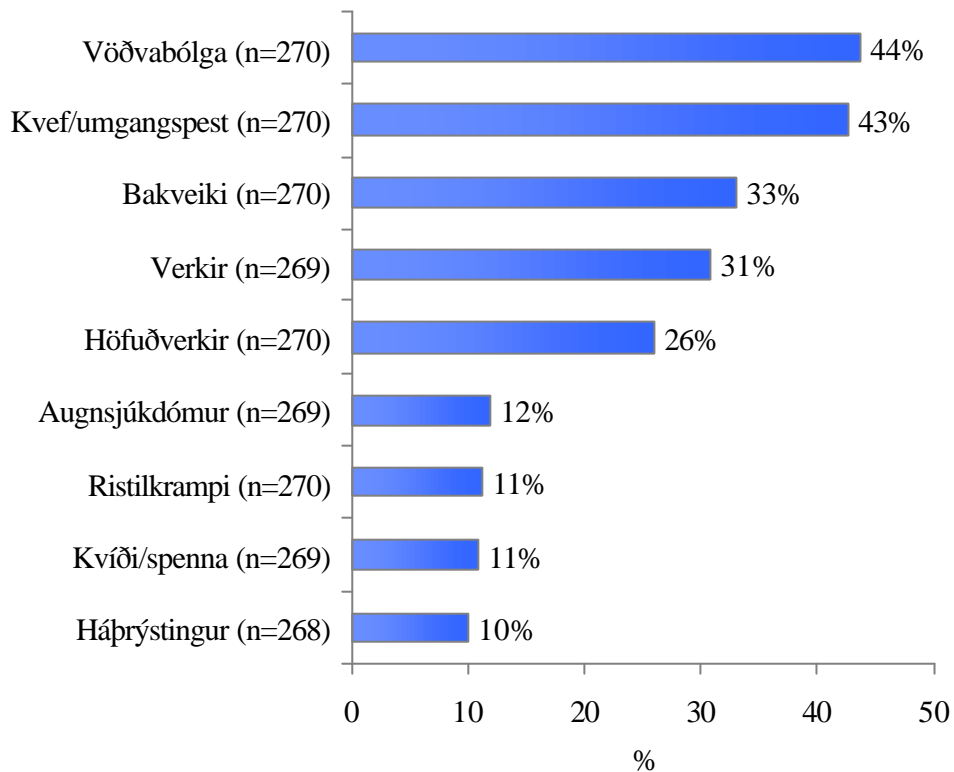
Mynd 6.7. Hve lengi varstu fjarverandi vegna veikinda á síðastliðnu ári (n=252)?

Algengast er að starfsfólk hafi verið fjarverandi vegna veikinda í einn dag upp í viku. Um fimmtungur var fjarverandi vegna veikinda í 8 til 14 daga og tæp 11% lengur. Einungis 15% hafði miklar áhyggjur af því að verða fyrir smiti í vinnunni.



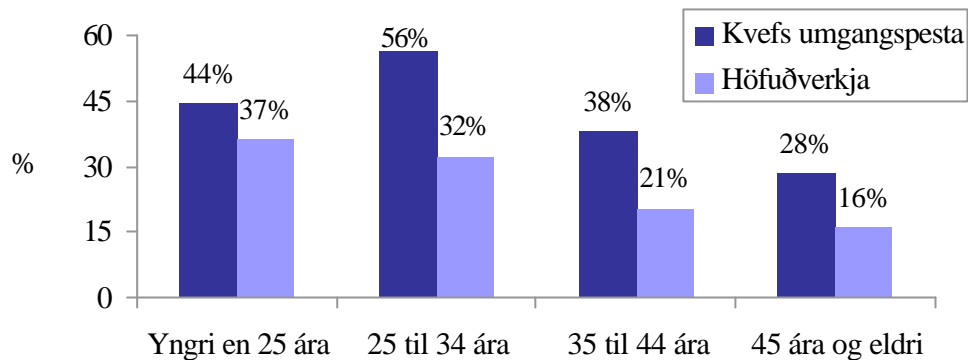
Mynd 6.8. Hlutfall starfsfólks sem gat ekki sinnt skyldustörfum vegna slysa (n=17).

Tæp 7% starfsfólks slasaðist það illa á síðastliðnu ári að þau gátu ekki sinnt skyldustörfum sínum. Mynd 6.8 sýnir að flestir, sem þurftu að taka sér frí frá vegna slysa, voru fjarverandi frá vinnu í innan við viku, 18% voru fjarverandi í tvær vikur til mánuð og 18% lengur en í mánuð. Tæplega 30% þessara slysa voru vinnutengd.



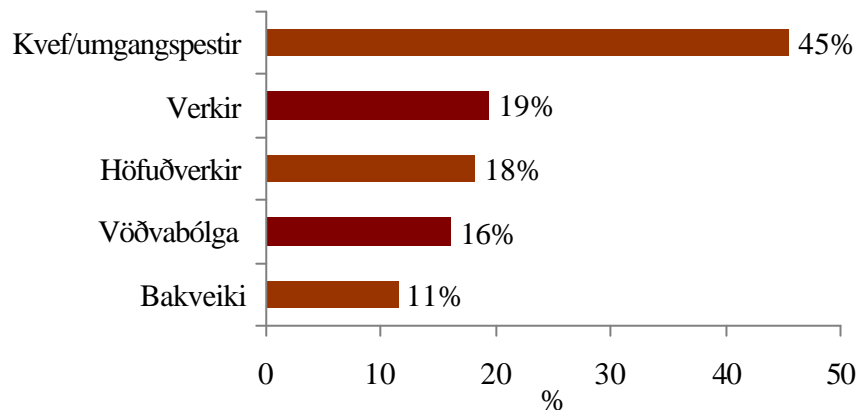
Mynd 6.9. Hlutfall starfsfólks sem leitaði læknis eða meðferðar vegna veikinda eða slysa.

Spurt var hvort starfsfólk á leikskólum hefði leitað læknis eða meðferðar vegna tiltekinna kvilla. Algengast var að fólk leitaði læknis eða meðferðar vegna vöðvabólgu, eða 44%. Svipaður fjöldi fór vegna kvefs eða 43%, um þriðjungur vegna bakveiki og svipað hlutfall vegna verkja, en um fjórðungur leitaði læknis eða meðferðar vegna höfuðverkja.



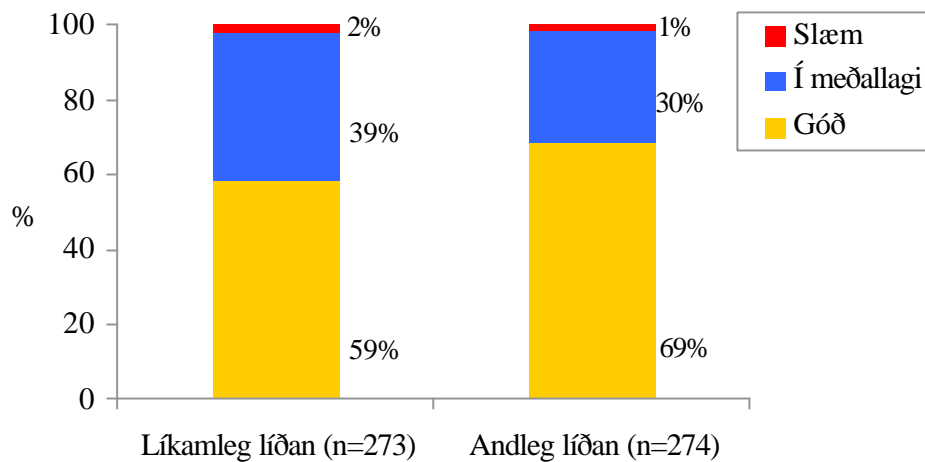
Mynd 6.10. Hlutfall starfsfólks sem hefur leitað læknis eða meðferðar vegna kvefs, umgangspesta ( $n=264$ ) eða höfuðverkja ( $n=264$ ) eftir aldri.

Mynd 6.10 sýnir að hlutfall starfsfólks sem hefur leitað læknis eða meðferðar vegna kvefs, umgangspesta eða höfuðverkja er hærra meðal yngra fólks en eldra. Um 40% starfsfólks sem leitaði læknis eða meðferðar á síðasta ári misstu úr vinnu vegna þess.



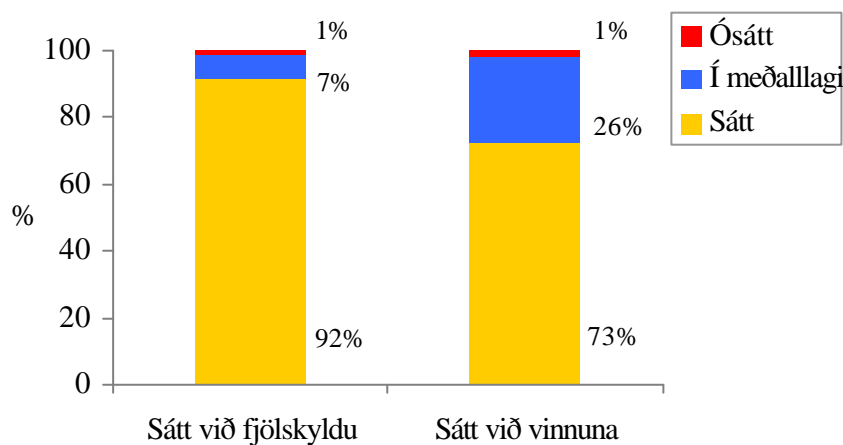
Mynd 6.11. Algengustu veikindi eða óþægindi starfsfólks sem leitaði læknis eða meðferðar á síðasta ári og missti úr vinnu vegna þessa ( $n=88$ ).

Algengast er að fólk missi úr vinnu vegna kvefs eða umgangspesta. Um 20% starfsfólks missti úr vinnu vegna verkja og svipað hlutfall vegna höfuðverkja og vöðvabólgu. 21% starfsfólks hefur látið bólusetja sig við influensu og 5% við lifrabólgu.



Mynd 6.12. Hlutfall starfsfólks sem telur andlega og líkamlega líðan sína vera góða, í meðallagi eða slæma.

Fimmtíu og níu prósent starfsmanna taldi líkamlega líðan sína og 69% taldi andlega líðan sína vera góða. Afar fáir telja andlega og líkamlega líðan sína vera slæma.



Mynd 6.13. Hlutfall starfsfólks sem er sátt, í meðallagi sátt eða ósátt við fjölskyldu sína og vinnu.

Mikill meirihluti starfsfólks, eða 92%, er sáttur við fjölskyldu sína en heldur færri eða 73% eru sáttir við vinnuna. Þó er einungis 1% sem segist vera ósátt við fjölskyldu sína og vinnu.

## Samantekt

Þegar spurt var um heilsufar starfsfólks á leikskólum kom í ljós að 87% þeirra sem tóku þátt í könnuninni höfðu leitað til læknis á síðasta ári. Flestir, eða rúm 60%, höfðu leitað til læknis einu sinni til þrisvar. Áttatíu og fjögur prósent starfsfólks voru fjarverandi frá vinnu á síðasta ári vegna eigin veikinda. Rúmlega helmingur var fjarverandi 1-3 sinnum vegna eigin veikinda, 20% í 4-6 skipti og 9% oftár. Fjörutíu og sex prósent voru fjarverandi á síðasta ári vegna veikinda barna eða annarra fjölskyldumeðlima. Um fjórðungur var fjarverandi í 1-3 skipti og álíka stór hópur var fjarverandi oftár. Algengast er að fólk hafi verið fjarverandi frá vinnu vegna veikinda barna eða annarra fjölskyldumeðlima í 1-7 daga.

Tæp 7% starfsfólks slasaðist það illa á síðasta ári að þau gátu ekki sinnt skyldustörfum sínum. Rúmlega helmingur þessara gat ekki sinnt skyldustörfum í allt að viku, um 18% gátu ekki sinnt skyldustörfum í tvær til fjórar vikur og jafn stór hópur starfsmanna var fjarverandi enn lengur. Slys meðal starfsfólks á leikskólum voru í um 30% tilfella vinnutengd.

Um 90% starfsfólks leitaði læknis eða meðferðar vegna tiltekinna kvilla. Algengast er að fólk leitaði sér hjálpar vegna vöðvabólgu, kvefs eða umgangspesta. Um þriðjungur starfsfólks leitaði læknis eða meðferðar vegna bakveiki, um 30% vegna verkja, um fjórðungur vegna höfuðverkja. Fjörutíu prósent þess starfsfólks sem leitaði læknis eða meðferðar undangengið ár missti úr vinnu vegna veikindanna.

Þegar starfsfólk var beðið að meta hve góð eða slæm líkamleg líðan þess er sagði um 60% starfsfólks að líkamlega líðanin væri góð og 70% sagði að andlega líðanin væri góð. Afgerandi meirihluti starfsfólks er sáttur við fjölskyldu sína og um þrír af hverjum fjórum svarenda eru sáttir við vinnu sína. Mjög fáir, eða aðeins um 1%, sögðust vansælir með fjölskyldu sína og vinnu.