

## KILKA RAD DLA PRACODAWCY

- zadbaj o bezpieczne i higieniczne warunki pracy – odpowiednie oświetlenie, temperaturę, wentylację pomieszczeń, wyposażenie w sprzęt, przestrzeń do pracy, brak hałasu, wilgoci i nieprzyjemnych woni związanych np. z obecnością substancji chemicznych na stanowiskach pracy,
- jeśli to możliwe, zamiast pojedynczych stanowisk twórz zespoły pracowników pracujące nad zadaniem od początku do końca,



- przydzielaj pracę w ilości i jakości odpowiedniej do wiedzy, doświadczenia oraz możliwości fizycznych, intelektualnych i emocjonalnych pracownika,
- dokładnie określ i informuj pracowników o ich obowiązkach,
- wyraźnie precyzuj polecenia,
- informuj pracowników o celach oraz efektach ich pracy,

## KILKA RAD DLA PRACODAWCY

- zwiększaj udział pracowników w podejmowaniu decyzji dot. sposobu wykonywania przez nich pracy,
- uwzględniaj uwagi pracowników w organizacji ich pracy,
- stwórz jasne i znane pracownikom kryteria oceny ich pracy oraz nagradzania i awansowania pracowników,
- stwórz możliwość i pozwól pracownikom na nawiązywanie kontaktów w pracy,
- odpowiednio wcześniej informuj pracowników o zmianach, które wprowadzasz lub planujesz wprowadzić w przedsiębiorstwie,
- udzielaj indywidualnej pomocy pracownikom, np. kieruj ich na szkolenia doskonalące, urlopy zdrowotne, czasowo odciążaj od stresującej pracy określonego rodzaju, przenoś czasowo za ich zgodą na inne stanowisko, wprowadź elastyczny czas pracy dla pracowników opiekujących się małymi dziećmi lub osobami niepełnosprawnymi, rozszerz zakres opieki zdrowotnej nad pracownikami,
- staraj się umożliwić pracownikom udział w treningach antystresowych, asertywności, relaksacyjnych lub zarządzania czasem,
- staraj się pamiętać o sobie, rodzinie, własnych potrzebach i zainteresowaniach – poza tym, że jesteś szefem, jesteś także człowiekiem.