



Badanie Pracuj.pl: Prawa pracownika pod lupą

Spotkały Cię bezpłatne nadgodziny? Odmowa urlopu? Nie tylko Ciebie - 8 na 10 pracowników fizycznych mówi o łamaniu ich praw

2025-05-13

Dobra praca to nie tylko wypłata na czas i wygodny dojazd. To także uczciwe traktowanie, możliwość wykorzystania urlopu i pewność, że przełożeni przestrzegają przepisów. Współczesny rynek pracy – rozwinięty, dynamiczny i coraz bardziej świadomy – nie powinien już tolerować sytuacji, w których podstawowe prawa pracowników są łamane. Tymczasem, jak wynika z badania [Pracuj.pl](https://pracuj.pl), wielu pracowników – zwłaszcza w zawodach fizycznych – wciąż zmagają się z sytuacjami, w których ich prawa nie są respektowane. Nadgodziny bez zapłaty, brak umowy czy problemy z urlopem to tylko niektóre z przykładów. Choć 92% badanych deklaruje, że dobrze lub częściowo zna swoje prawa wynikające z Kodeksu pracy, aż 81% miało poczucie, że nie były one w pełni przestrzegane. Tylko co dziesiąty respondent ocenia, że jego prawa są respektowane bardzo dobrze.

Pracowniku, sprawdź, co znajdziesz w tym tekście:

- Czy Twoja sytuacja w pracy to wyjątek – czy częsty problem
- Jakie prawa masz – i dlaczego nie zawsze możesz z nich skorzystać
- Co robią inni, gdy ich prawa są łamane
- Na co zwracać uwagę przy szukaniu uczciwego pracodawcy
- Gdzie szukać wsparcia, jeśli coś jest nie tak

Skorzystaj z komentarza AUDIO Anny Goreń, Starszej Specjalistki PR i CSR w Pracuj.pl
[KLIKNIJ]

Znasz swoje prawa - ale czy możesz je egzekwować?

Wśród podstawowych praw przysługujących pracownikom znajdują się m.in. prawo do wynagrodzenia za każdą przepracowaną godzinę, prawo do urlopu wypoczynkowego, do umowy regulującej warunki zatrudnienia, czy do bezpiecznych warunków pracy. Choć z pozoru brzmią one jako coś oczywistego, w praktyce nie zawsze są respektowane. Pracownicy często nie wiedzą, że mają prawo odmówić pracy po godzinach, nie otrzymują informacji o przysługującym im urlopie, a zdarza się także, że brak formalnej umowy utrudnia dochodzenie swoich praw. Dodatkowym problemem może być brak łatwego dostępu do działu kadr (lub brak takiego działu), niechęć do konfrontacji z przełożonymi lub obawa przed utratą pracy – zwłaszcza w mniejszych firmach czy miejscowościach o ograniczonym rynku zatrudnienia.

Z badania Pracuj.pl wynika, że 35% pracowników dobrze zna swoje prawa, a 57% ma ich ogólną świadomość. Jednak nawet tak wysoki poziom wiedzy nie gwarantuje, że zasady będą rzeczywiście przestrzegane. Aż 8 na 10 badanych w ankiecie Pracuj.pl wskazuje, że mieli oni wrażenie, że ich prawa nie są respektowane (z czego 28% badanych twierdzi, że doświadczało łamania ich praw często, a 53%, że sporadycznie). Tylko 13% badanych deklaruje, że nigdy nie mieli wrażenia naruszenia ich praw na polu zawodowym.

8 na 10 badanych w ankiecie Pracuj.pl wskazuje, że mieli oni wrażenie, że ich prawa nie są respektowane.

Źródło: Badanie Pracuj.pl, kwiecień 2020, n=292

Download
image

A jak sytuacja wygląda pod kątem zgłaszania nieprawidłowości? W co trzecim przypadku – nawet jeśli pracownik próbował zgłosić nieprawidłowości – nic się nie zmieniło. Co piąta osoba w ogóle nie zgłosiła problemu z obawy przed konsekwencjami. Jednocześnie niemal dokładnie taki sam odsetek badanych deklaruje, że zgłosili taką sprawę w swojej firmie i udało się ją rozwiązać. 20% respondentów nie zgłosiło sprawy, bo nie wiedzieli, od czego zacząć.

To, że znasz przepisy, to jedno – ale co z tego, skoro boisz się z nich skorzystać? Jeśli nie wiesz, do kogo się zwrócić, obawiasz się reakcji przełożonych albo masz wrażenie, że i tak nic to nie da – to prawo przestaje działać. Wiedza to dopiero pierwszy krok. Równie ważne jest to, czy w firmie istnieje klimat, w którym można mówić o problemach bez strachu i liczyć na realne wsparcie. Właśnie dlatego uczciwość i zaangażowanie szefów są tak ważne – to oni mają wpływ na to, czy zasady z Kodeksu pracy faktycznie funkcjonują na co dzień

– mówi Bartłomiej Urbański, kierownik sprzedaży w Pracuj.pl, odpowiedzialny za sektor pracy fizycznej.



Download
image

Najczęstsze nieprawidłowości w miejscu pracy

Do najczęściej zgłaszanych problemów należą nieprawidłowo naliczane nadgodziny, odmowa udzielenia urlopu, brak wynagrodzenia za pracę po godzinach, czy brak regularnych szkoleń z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy. Co piąta osoba doświadczyła opóźnień w wypłacie, a 16% pracowało bez odpowiedniej umowy. To sytuacje, które sprawiają, że wiele osób obawia się zmiany pracy, bo nie mają pewności, czy gdzie indziej będzie lepiej – a przecież stabilność i bezpieczeństwo zawodowe są kluczowe, by móc spokojnie planować przyszłość, także zawodową.

Niepokojące są także inne, powtarzające się nieprawidłowości. Pracownicy skarżą się na brak możliwości wykorzystania urlopu w preferowanym terminie, a także na niewłaściwe rozliczanie dodatków — na przykład za pracę w nocy lub w dni ustawowo wolne od pracy. Zdarzają się również przypadki podpisywania umów, których warunki odbiegają od faktycznych ustaleń, a nawet pracy bez żadnej umowy, czyli "na czarno". Niektórzy nie mają dostępu do informacji o przepracowanych godzinach lub wykorzystanym urlopie, a także nie otrzymują należnych składników wynagrodzenia – jak ekwiwalent za urlop czy składki ZUS. Zgłaszane są także nieprawidłowości przy klasyfikowaniu typu umowy, np. zawieranie umów cywilnoprawnych tam, gdzie powinna być umowa o pracę.

Każdy z tych przypadków świadczy o braku transparentności i naruszeniu podstawowych zasad prawa pracy. W dłuższej perspektywie może to prowadzić do wypalenia zawodowego, obniżonego poczucia bezpieczeństwa i trudności w planowaniu życia prywatnego.

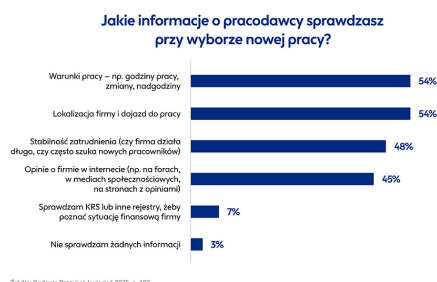
Jak pracownicy fizyczni “prześwietlają” potencjalnych pracodawców

Aż 86% respondentów badania ARC na zlecenie [Pracuj.pl](https://pracuj.pl) reprezentujących sektor pracy fizycznej zaznacza, że na przestrzeni ostatnich dwóch lat poszukiwali nowej pracy i ją otrzymali (w tym także osoby, które ostatecznie nie zdecydowały się na zmianę pracodawcy). To jasny sygnał, że mobilność zawodowa w tej grupie rośnie, a rynek staje się coraz bardziej konkurencyjny. Pracodawcy muszą więc mieć świadomość, że nieprzestrzeganie podstawowych zasad nie tylko wpływa na atmosferę w firmie, ale może prowadzić do realnych strat kadrowych. Coraz więcej pracowników ma dostęp do lepszych ofert, wyższych standardów i uczciwych warunków zatrudnienia.

Pracownicy fizyczni zapytani w dodatkowej ankiecie o to, które elementy prawa pracy są dla nich najważniejsze najczęściej wskazują: terminową i uczciwą wypłatę, stabilność zatrudnienia oraz bezpieczeństwo i higienę pracy. Dalej pojawiają się kwestie urlopów, dostępu do opieki zdrowotnej czy możliwości rozwoju.

Dla wielu osób szukanie pracy zaczyna się dziś od sprawdzenia w opiniach tego, czy firma przestrzega podstawowych zasad. Czy wypłaca pieniądze na czas, czy można liczyć na wolne w razie potrzeby, czy wszystko odbywa się legalnie. To nie są wygórowane oczekiwania – to fundament uczciwego zatrudnienia. A tam, gdzie te podstawy są spełnione, pracownicy chcą zostać na dłużej

– podkreśla Bartłomiej Urbański.



Download image

Z badania wynika, że ponad połowa pracowników analizuje warunki zatrudnienia już na etapie poszukiwań pracy – sprawdza lokalizację, godziny pracy i opinie o firmie w internecie. To sygnał, że coraz więcej osób podejmuje decyzje zawodowe świadomie i szuka miejsc, w których będzie traktowana fair. Dlatego warto korzystać z portali z ofertami pracy od sprawdzonych pracodawców – to zwiększa szansę na znalezienie uczciwego i bezpiecznego miejsca pracy.

Co, jeśli Twój pracodawca nie przestrzega Kodeksu pracy

Choć świadomość przysługujących praw stopniowo rośnie, wiele osób wciąż nie wie, jak reagować i gdzie szukać pomocy w przypadku ich łamania. Tymczasem prawo pracy chroni wszystkich zatrudnionych – także tych wykonujących zawody fizyczne – a brak reakcji może tylko utrwalać nieuczciwe praktyki. Warto więc pamiętać, że nie jesteśmy wobec takich sytuacji bezbronni.

Pierwszym krokiem powinno być dokumentowanie wszelkich nieprawidłowości – zapisywanie godzin pracy, treści ustaleń z przełożonym, gromadzenie e-maili czy zdjęć grafików. Taki materiał może stanowić istotny dowód w razie potrzeby wyjaśniania sprawy. Jeśli czujemy się na siłach, warto też podjąć rozmowę z pracodawcą lub działem kadr – niekiedy uchybienia wynikają z niedopatrzeń, które można skorygować bez eskalacji.

Dodatkowym źródłem wsparcia mogą być związki zawodowe – nawet jeśli nie jesteśmy ich członkami, wiele z nich oferuje porady prawne i pomoc w sytuacjach konfliktowych. W przypadku poważniejszych naruszeń warto skontaktować się z Państwową Inspekcją Pracy – to instytucja uprawniona do kontroli przestrzegania przepisów, a zgłoszenie można złożyć anonimowo.

Niezwykle istotne jest również to, by nie tracić zaufania do rynku pracy jako całości. Na Pracuj.pl publikowane są oferty firm, które wiedzą, że uczciwe warunki zatrudnienia to nie przywilej, lecz standard. Jeśli więc doświadczyłeś nieprawidłowości – nie czekaj, aż sytuacja się powtórzy. Masz prawo do bezpiecznej i sprawiedliwej pracy. Szukaj zatrudnienia tam, gdzie prawo naprawdę obowiązuje.

Chcesz napisać na ten temat? Zapraszamy do kontaktu

O BADANIACH

Badanie “Rynek pracowników fizycznych” zostało przeprowadzone w grudniu 2024 roku przez ARC Rynek i Opinia na zlecenie serwisu Pracuj.pl. Pomiar wykonany metodą CAWI wykonano na próbie 727 Polaków w wieku 18-65 wykonujących zawody fizyczne. Struktura próby była kontrolowana biorąc pod uwagę płeć, wiek i wielkość miejscowości zamieszkania odpowiadających.

Wyniki powyżej opisanego badania wzbogacono o dane z ankiety przeprowadzonej w marcu 2025 roku z wykorzystaniem narzędzia Webankieta wśród użytkowników serwisu Pracuj.pl. Ankieta miała charakter ilościowy i była dostępna online. W badaniu wzięły udział osoby aktywne zawodowo, wykonujące głównie prace fizyczne. Celem badania było zebranie opinii pracowników na temat znajomości i przestrzegania praw pracowniczych oraz ich doświadczeń związanych z reagowaniem na nieprawidłowości w miejscu pracy.



Komentarz AUDIO_Aнна Goreń_Pracuj.pl Prawa pracownika pod lupą.mp3

[Download](#)



Grafika 2_Pracuj.pl Prawa pracownika pod lupą.png

[Download](#)



Grafika 1_Pracuj.pl Prawa pracownika pod lupą.png

[Download](#)