

PSICHOSOCIALINĖS RIZIKOS VEIKSNIŲ VERTINIMAS

“PROFESINĖS RIZIKOS VERTINIMO ASPEKTAI”

Vilnius, 2008 m. rugsėjo 30 d.

Dr. B. PAJARSKIENĖ

HI Darbo medicinos centro profesinės sveikatos tyrimų skyriaus vadovė

85 2122817, birute@dmc.lt

SĄVOKOS

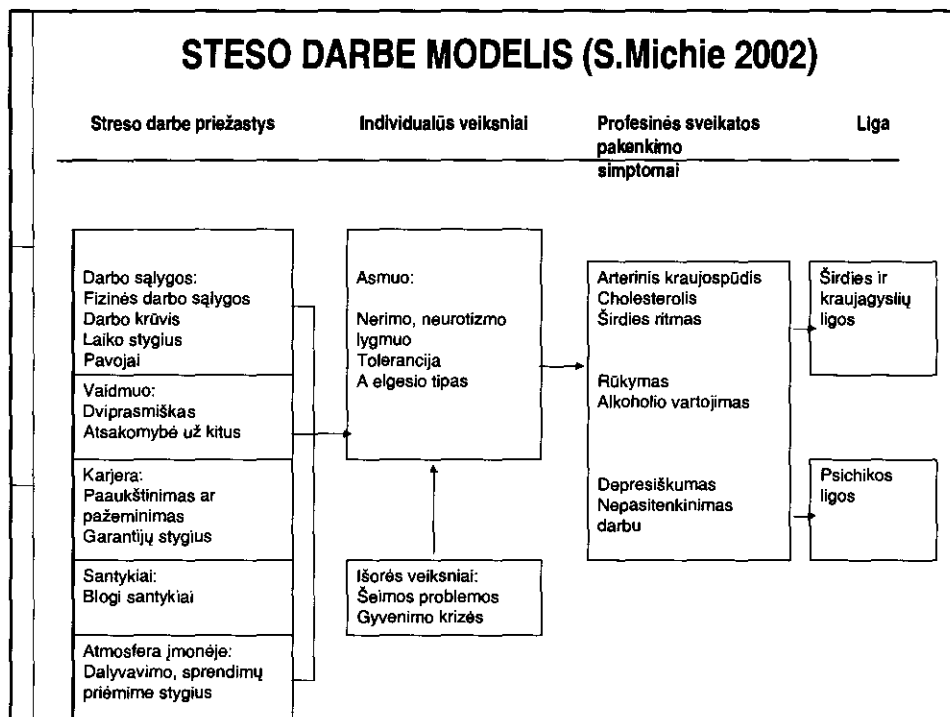
PROFESINĖ RIZIKA

**- pavojaus sveikatai ar gyvybei
galimybė dėl kenksmingo ir (ar)
pavojingo darbo aplinkos
veiksnių ar veiksnių poveikio**

PSICHOSOCIALINĖ RIZIKA

**- pavojaus sveikatai ar gyvybei
galimybė dėl psichosocialinio
darbo aplinkos veiksnių ar
veiksnių poveikio**

**(Profesinės rizikos vertinimo
nuostatai)**



- ### STRESO DARBE VALDYMAS - PSICHOSOCIALINĖS RIZIKOS VERTINIMAS
1. **Identifikavimas. Ar yra streso darbe problema?**
 2. **Tyrimas. Veiksnių intensyvumo ištyrimas**
 3. **Nustatymas. Kurie veiksniai yra netoleruoti?**
 4. **Prevencinės priemonės. Kokiais būdais galima tikėtis sumažinti stresinę situaciją? Pirminė, antrinė, tretinė prevencija?**
 5. **Stebėjimas. Ar situacija keičiasi? Ar prevencinės priemonės efektyvios?**

DARBUOTOJŲ DALYVAVIMAS - SEKMĖS GARANTAS

Žinojimas

- darbo vietos ir jų silpnosios pusės
- Kur, kada, kokiomis aplinkybėmis patiria stresą

Pasirengimas

- dalyvauti ir išsakyti nuomonę
- diskutuoti
- ieškoti sprendimų

Konfidencialumas

DARBUOTOJŲ DALYVAVIMAS

- tampa dalyviais
- domisi streso darbe problematika ir poveikiu
- pastebi ir atpažįsta priežastis
- konstruktyviau mąsto
- aktyviau dalyvauja priimant prevencinius sprendimus
- toleruoja taikomas priemones
- pasitiki priemonių veiksmingumu

PSICHOSOCIALINIAI VEIKSNIAI

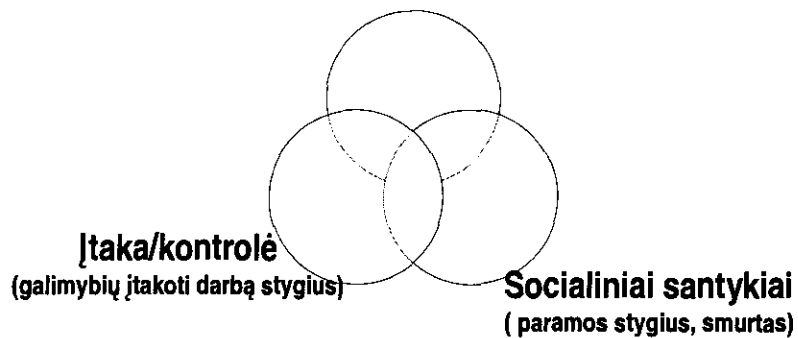
(Psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai)

1. **Veiksniai, susiję su darbo aplinkos sąlygomis**
 2. **Veiksniai, susiję su darbo reikalavimais**
 3. **Veiksniai, susiję su darbo organizavimu**
 4. **Veiksniai, susiję su darbo turiniu**
 5. **Veiksniai, susiję su darbuotojų tarpusavio santykiais ir/ar santykiais su darbdaviu**
-

~ 30 veiksnių

PSICHOSOCIALINIAI RIZIKOS VEIKSNIAI

Darbo reikalavimai (pernelyg didelis darbo krūvis)



PSICHOSOCIALINIŲ VEIKSNIŲ SĄVEIKA

Reikalavimų-kontrolės modelis (R. Karasek, 1975)

❑ **Dideli darbo reikalavimai**
(skubus, sunkus darbas, per daug darbo, didelis darbo tempo, prieštaringi reikalavimai)

❑ **Maža įtaka/kontrolė darbui**
(ribojamas sprendimų priėmimas, nepakanka žinių, įgūdžių, kūrybingumo, nuolat kartojasi ta pati užduotis)

❑ **Socialinės paramos stygius**
(materialinė ar emocinė parama, informacija, darbo rezultatų pripažinimas, dėmesys, asmeninių poreikių paisymas, bendras laisvalaikis)

Pastangų-atlygio neatitikimo modelis (J. Siegrist, 1986)

❑ **Pastangos darbe**
(reikalavimai ir poreikis įtakoti)

❑ **Atlygis**
(pinigai, pagarba, karjera, garantijos)

STRESO DARBE RIZIKA (PSO)

Priežastis	Rizika	Poveikis
Dideli darbo reikalavimai	7 kartus didesnė	Emocinis išsekimas
Kolegų paramos stygius	2 kartus didesnė	Nugaros, kaklo, pečių skausmai
Įtakos savo darbui stygius	2 kartus didesnė	Mirtingumas dėl ŠKS ligų
Didelė įtampa (dideli darbo reikalavimai + menka įtaka savo darbui)	3 kartus didesnė	Hipertenzija

DARBO REIKALAVIMAI

- darbo krūvis - per daug darbo, skubus darbas

Kiekybiškai – daug darbo

Kokybiškai – sunku

Laikas – greit, griežti terminai

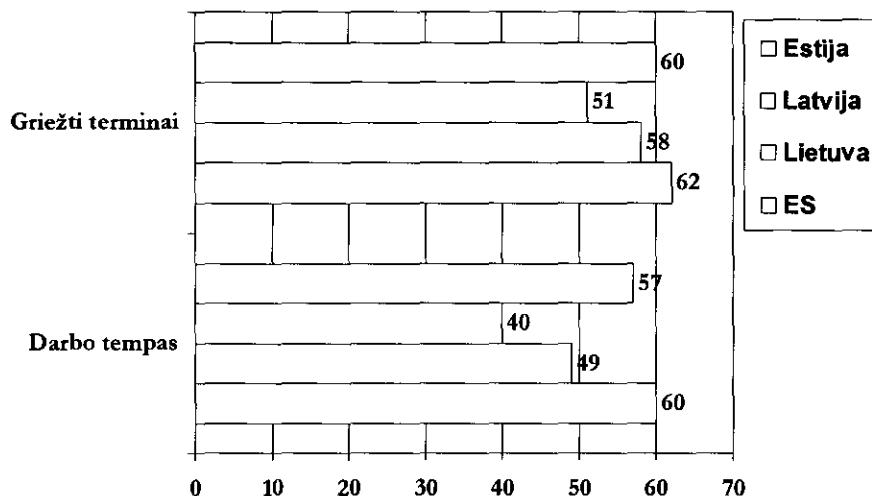
- darbo tempas
- darbo užduotys (sunkios, sudėtingos, papildomos)
- sugebėjimai ir žinios

Lietuvos dirbančiųjų pasiskirstymas pagal darbo laiko trūkumą ar per didelį darbo krūvį, tūkst., % (Statistikos departamentas, 2007 II ketv.)

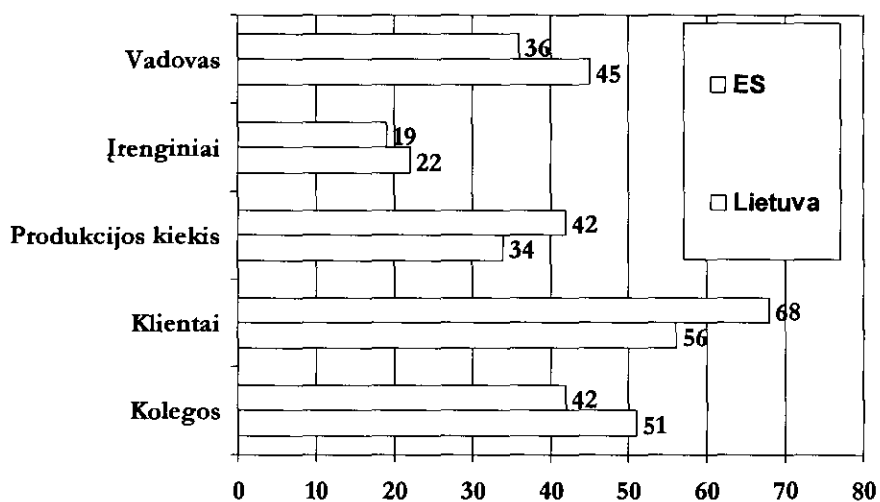
	tūkst.	%
Visi	239,2	81,6
Vyrai	115,7	81,6
Moterys	123,5	81,5

SKUBĒJIMAS (25% darbo laiko)

(Europos darbo sąlygų tyrimas, 2007)



DARBO TEMPĄ SĄLYGOJANTYS VEIKSNIAI (Europos darbo sąlygų tyrimas, 2007)



DARBO INTENSYVĖJIMAS - NAUJA DIDĖJANTI PSICHOSOCIALINĖ RIZIKA

- Didesnis informacijos kiekis
- Didesnis darbo krūvis (reikalavimai)
- Įtampa
- Viršvalandžiai
- Nekompensuojama
- Paramos stygius

TYRIMO METODIKA

10. Psichosocialiniai rizikos veiksniai tiriama taikant Lietuvos Respublikos teisės aktų, kompetentingų tarptautinių organizacijų (PSO, TDO ir kt.) nustatytas arba įstaigoje įdiegtas psichosocialinių rizikos veiksnių metodikas.

(Psichosocialiniai rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai)

STRESO DARBE ĮVERTINIMAS PAGAL PSICHOSOCIALINIUS DARBO VEIKSNIUS IR STRESINĖS DIRBANČIOJO REAKCIJAS. METODINĖS REKOMENDACIJOS, 1998

11 psl.

**“...stresas darbe pasireiškia daugelio veiksmų, kurie nėra lygiaverčiai, kombinuotu veikimu.
... niekada nesumuotini skirtingi veiksniai.”**

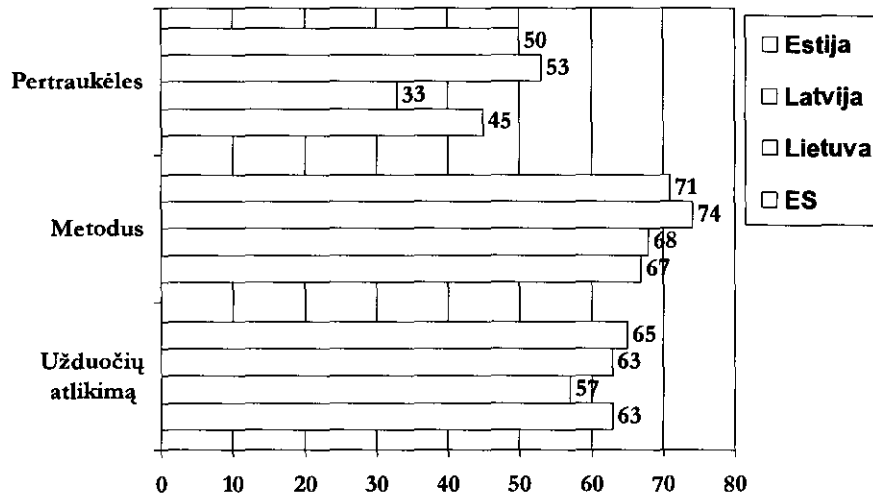
VEIKSNIAI, SUSIJĘ SU DARBO TURINIU

□ įtaka darbui planuoti ir vykdyti/
sprendimų priėmimo laisvės stygius

darbo priemonės
metodai
pertraukėlės
nuomonė

DARBUOTOJAI GALI ĮTAKOTI

(Europos darbo sąlygų tyrimas, 2005)



VEIKSNIAI, SUSIJĘ SU DARBUOTOJŲ TARPUSAVIO SANTYKIAIS IR/AR SANTYKIAIS SU DARBDAVIU

□ socialinės paramos stygius

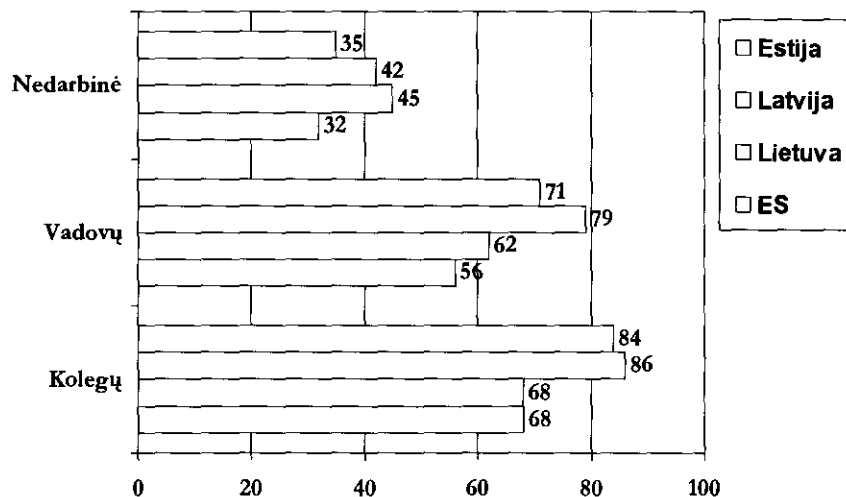
materialinė ar emocinė parama
reikiama informacija
darbo rezultatų pripažinimas
dėmesys asmeniui
asmeninių poreikių paisymas
bendras įdomus laisvalaikis

Stiprų stresą patiriantys – 6,5 karto dažniau skundžiasi socialinės paramos stygiumi

□ smurtas

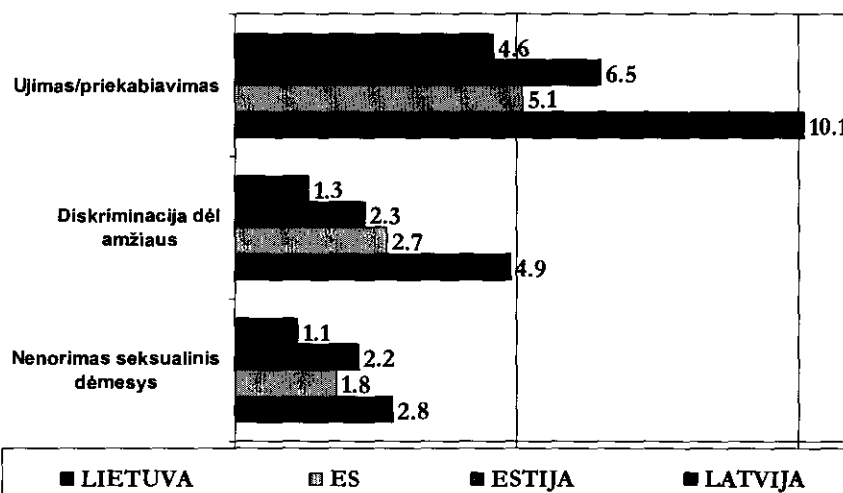
TIKĒTINA SOCIALINĒ PARAMA

(Europos darbo sāļgu tyrimas, 2005)



PSICHOLOGINIS SMURTAS LIETUVOS DARBO VIETOSE PALYGINTI SU ES, ESTIJA IR LATVIJA, %

[Ketvirtasis Europos darbo sāļgu tyrimas, 2007]



**Lietuvos dirbančiųjų pasiskirstymas pagal
prikabavimą/bauginimą, tūkst., %**
(Statistikos departamentas, 2007 II ketv.)

	tūkst.	%

Visi	24,9	8,5
Vyrai	9,0	6,4
Moterys	15,9	10,5

PAŽEIDŽIAMUMAS

- profesinė sritis (viešas žeminimas, nuomonės menkinimas, kaltinimai dėl pastangų stygiaus)**
- asmens reputacija (užgaulios pastabos, plūdimas, menkinimas, užuominos dėl amžiaus išvaizdos)**
- izoliavimas (psichologinis atskyrimas, galimybių apribojimas, reikalingos darbui informacijos nuslėpimas)**