

Tatjana Arnšek

Inšpektorat RS za delo, Socialna inšpekcija

**PSIHOSOCIALNA TVEGANJA NA
DELOVNEM MESTU
UČITELJA IN VZGOJITELJA**

PSIHOSOCIALNA TVEGANJA

- so dejavniki v delovnem okolju, ki **povzročijo doživljanje preobremenjenosti in stresa** zaradi socialnih in organizacijskih pogojev dela
- Po podatkih Evrostata (2008) je **psihična preobremenjenost kot doživljanje stresa drugi najpomembnejši zdravstveni problem v Evropi**, ki zadeva 41,2 milijona aktivne evropske populacije
- v zadnjih letih je **10% daljših odsotnosti iz dela povezano z motnjami čustvovanja in samopodobe, povezane s stresom, izgorelostjo in nasiljem na delovnem mestu**

SPLOŠNE IN POSEBNE PSIHOSOCIALNE OBREMENITVE V VZGOJI IN IZOBRAŽEVANJU

- **Delo predstavlja** odraslim ljudem osebno, ekonomsko in socialno **vrednoto**.
- **Stereotipi** in predsodki **vezani na zaposlenost-brezposelnost in na način zaposlitve**.
- Stereotipi **o učiteljih in vzgojiteljih**.
- **Neposredno, „nematerialno“ delo preko osebnega stika z ljudmi s ciljem usmerjanja in spreminjanja**.
- **Pozitivna naravnost** v medsebojnih odnosih in komunikaciji.

PSIHOSOCIALNA TVEGANJA V DELOVNEM OKOLJU

ŠIRŠE DELOVNO OKOLJE

- trg dela, stalnost zaposlitve, sloves delovne organizacije, pogoji dela, upoštevanje pravic zaposlenih, plačilo dela, možnost napredovanja

OŽJE DELOVNO OKOLJE

- organizacijski model dela, organizacijska komunikacija, učinkovitost vodenja, socialna klima (sodelavci), pozornost do delavcev, zagotavljanje pravic delavcev, delovni čas, delovno mesto, drugi subjekti vezani na delovno mesto

DELAVEC, NJEGOVA SOCIALNA MREŽA IN PROSTI ČAS

- zdravje, osebne lastnosti, znanje in spretnosti, materialne in bivanjske razmere, družinske in prijateljske razmere, preživljanje prostega časa

NAJBOLJ VPLIVNI NEGATIVNI STRESORJI NA DELOVNEM MESTU

- časovni tempo, hitrost in neodložljivost dela
- pomanjkljivo opredeljen organizacijski model
- nejasne informacije in nejasne poti komunikacije
- nejasne pristojnosti in odgovornosti
- nepravi delavec na nepravem delovnem mestu ob nepravem času (organizacija dela)
- konfliktna pričakovanja in socialni pritiski
- kaznovanje spodrseljajev
- preobremenjenost s socialnimi vlogami
- nasilje na delovnem mestu

OBVLADOVANJE STRESNE DELOVNE SITUACIJE JE CELOSTNO POVEZANO

- delavec - samoocena razpoložljivosti
- subjekti s katerimi in za katere neposredno delamo - samoocena razpoložljivosti
- drugi psihosocialni dejavniki delovnega okolja (jasna navodila, pristojnosti, delovni čas, itd.)
- sodelavci - socialna (ne)podpora
- pomembnost negativnih stresorjev za delavca, pogostost škodljivega stresa, trajanje škodljivega stresa

PRESOJA LASTNE RAZPOLOŽLJIVOSTI V DANI SITUACIJI – NAJPOMEMBNEJŠI DEJAVNIK

- **Samoocena kaj v dani situaciji hočemo, znamo in zmoremo:**
 - ali znamo opraviti nalogo ali ne,
 - ali je to potrebno opraviti ravno sedaj,
 - ali imamo dovolj energije da to opravimo dobro in v celoti,
 - ali to lahko opravimo v skladu z zahtevami in pričakovanji,
 - ali to lahko opravimo, vendar površno in ne v celoti,
 - ali bomo upoštevali pravila v celoti ali delno ali ne,
 - kaj bomo s tem pridobili.
- **Od stopnje razpoložljivosti je odvisno ali:**
 - bomo nalogo opravili ali ne ,
 - bomo to opravili dobro ali slabo,
 - bomo to opravili varno ali ne.

DEJAVNIKI KAKOVOSTNEGA DELOVNEGA OKOLJA

- varnost zaposlitve
- zagotavljanje pravic zaposlenih
- pošteno in enakopravno obravnavanje delavcev
- pravočasne in točne informacije
- optimalna organizacija dela in učinkovito vodenje
- možnost vplivanja na pomembne odločitve
- možnost napredovanja in osebne rasti
- pozitivna socialna klima in podpora sodelavcev
- pomoč pri reševanju specifične težave
- preventivne dejavnosti za varstvo in zdravje pri delu

PREVENTIVNE DEJAVNOSTI V DELOVNI ORGANIZACIJI

PREVENTIVA PRED ŠKODLJIVIM STRESOM

- zmanjševanje negativnih stresorjev v delovnem okolju
- krepitev lastnih zmogljivosti za izogibanje negativnim stresorjem in premagovanje negativnih stresorjev

PREVENTIVA PRED ŠKODLJIVOSTJO STRESA

- psihofizično umirjanje in sproščanje
- psihoterapija in krepitev organizma