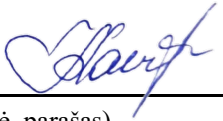


Psichosocialinių rizikos veiksnių vertinimo darbų planas

Įmonė:	Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba	Įmonės kodas	195176088
Įmonės adresas:	Debrecono g. 41, LT-94164 Klaipėda	Bendras darbuotojų skaičius psichosocialinių veiksnių tyrimui:	40
		Psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimo išvadų skaičius:	1

Eil. Nr.	Padalinio/skyriaus pavadinimas, kuriame atliekamas psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimas	Psichosocialinis rizikos veiksnys					
		Veiksniai, susiję su darbo aplinkos sąlygomis	Veiksniai, susiję su darbo reikalavimais	Veiksniai, susiję su darbo organizavimu	Veiksniai, susiję su darbo turiniu	Veiksniai, susiję su darbuotojų tarpusavio santykiais ir/ar santykiais su darbdaviu	Smurto prielaidos vertinimas
1.	Darbuotojai	+	+	+	+	+	+

Planą užpildė: **Profesinės rizikos
centro specialistė
Ramunė Karpuškaitė** 
(pareigos, vardas, pavardė, parašas)

Data: 2025-02-07

PSICHOSOCIALINIŲ RIZIKOS VEIKSNIŲ TYRIMO PROTOKOLAS
Nr. PS 30/25

Matavimo objektas: Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba

Teisės aktai:

1. Psichosocialinių profesinės rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai (patvirtinti 2005 m. rugpjūčio 24 d., Nr. V-699/A1-241).

Matavimų metodikos:

1. Psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimo, duomenų apdorojimo standartinės veiklos procedūra (patvirtinta UAB „Verslo Aljansas“ generalinio direktoriaus 2022 m. gegužės 15 d., Nr. 9/2)

2. B. Pajarskienė, R. Jankauskas. Psichinį stresą darbe sukeltantys veiksniai ir jų įvertinimas. Metodinės rekomendacijos. Vilnius, 1997.

3. B. Pajarskienė, R. Jankauskas. Streso darbe įvertinimas pagal psichosocialinius darbo veiksnius ir stresines dirbančiojo reakcijas. Metodinės rekomendacijos. Vilnius, 1998.

4. National Research Centre for the Working Environment, Denmark, The Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ II).

Parengė:

Profesinės rizikos
centro specialistė
Ramunė Karpuškaitė



(pareigos, vardas, pavardė, parašas)

Data: 2025-02-07

Psichosocialinių veiksnių darbe klausimynas (COPSOQ II*)

Prašome atsakyti į žemiau pateiktus klausimus, pažymint vieną Jums labiausiai tinkantį atsakymo variantą.

Klausimai	Visada	Dažnai	Kartais	Retai	Niekada / beveik
1A. Ar jūs vėluojate atlikti savo darbus?	4	3	2	1	0
1B. Ar turite pakankamai laiko savo užduotims atlikti?	0	1	2	3	4
	Visada	Dažnai	Kartais	Retai	Niekada / beveik
2A. Ar yra būtina dirbti dideliu tempu?	4	3	2	1	0
2B. Ar dirbate dideliu tempu visą dieną?	4	3	2	1	0
	Visada	Dažnai	Kartais	Retai	Niekada / beveik
3A. Ar savo darbe atsiduriate emociškai trikdančiose (sunkiose) situacijose?	4	3	2	1	0
3B. Ar savo darbe susiduriate su kitų žmonių asmeninėmis problemomis (jos yra jūsų darbo dalis)?	4	3	2	1	0
	Visada	Dažnai	Kartais	Retai	Niekada / beveik
4A. Ar jūs galite stipriai įtakoti savo darbą?	0	1	2	3	4
4B. Ar jūs galite įtakoti jums skiriamo darbo kiekį (krūvį)?	0	1	2	3	4
	Labai didele dalimi	Didele dalimi	Iš dalies	Maža dalimi	Labai maža dalimi
5A. Ar jūs turite galimybę išmokti naujų dalykų dirbdamas savo darbą?	0	1	2	3	4
5B. Ar jūsų darbas reikalauja, kad rodytumėte iniciatyvą?	0	1	2	3	4
	Labai didele dalimi	Didele dalimi	Iš dalies	Maža dalimi	Labai maža dalimi
6A. Ar jūsų darbas yra reikšmingas (prasmingas)?	0	1	2	3	4
6B. Ar jaučiate, kad darbas, kurį atliekate, yra svarbus?	0	1	2	3	4
	Labai didele dalimi	Didele dalimi	Iš dalies	Maža dalimi	Labai maža dalimi
7A. Ar jaučiate, kad jūsų darbovietė yra jums labai svarbi?	0	1	2	3	4
7B. Ar rekomenduotumėte savo geram draugui dirbti darbovietėje, kurioje dabar dirbate?	0	1	2	3	4
	Labai didele dalimi	Didele dalimi	Iš dalies	Maža dalimi	Labai maža dalimi
8A. Ar savo darbe esate gerokai iš anksto informuojamas apie būsimus sprendimus, pokyčius, ateities planus?	0	1	2	3	4
8B. Ar gaunate visą reikiamą informaciją, kuri padėtų gerai atlikti darbą?	0	1	2	3	4
	Labai didele dalimi	Didele dalimi	Iš dalies	Maža dalimi	Labai maža dalimi
9A. Ar jūsų atliekamas darbas yra vadovybės pripažįstamas ir vertinamas?	0	1	2	3	4
9B. Ar darbe su jumis elgiamasi teisingai?	0	1	2	3	4
	Labai didele dalimi	Didele dalimi	Iš dalies	Maža dalimi	Labai maža dalimi
10A. Ar jūsų darbas turi aiškiai įvardintus tikslus (tiksliai žinote, už ką esate atsakingas)?	0	1	2	3	4
10B. Ar jūs tiksliai žinote, ko darbe iš jūsų tikimasi?	0	1	2	3	4
	Labai didele dalimi	Didele dalimi	Iš dalies	Maža dalimi	Labai maža dalimi
Kokia dalimi jūsų tiesioginis vadovas...					
11A. ...teikia pirmenybę jūsų pasitenkinimui savo darbu?	0	1	2	3	4
11B. ...gerai planuoja darbą?	0	1	2	3	4

Kiti du klausimai yra apie Jūsų **santykius su tiesioginiu vadovu:**

	Visada	Dažnai	Kartais	Retai	Niekada / beveik
12A. Kaip dažnai tiesioginis vadovas yra pasiruošęs išklausti jūsų problemas, susijusias su darbu?	0	1	2	3	4
12B. Kaip dažnai jūs gaunate pagalbą ir palaikymą iš savo tiesioginio vadovo?	0	1	2	3	4

	Labai patenkintas (-)	Patenkintas (-a)	Nepatenkintas (-a)	Labai nepatenkintas (-a)
13. Kalbant apie jūsų darbą apskritai, kaip esate patenkintas(-a) savo darbu?	0	1	2	3

Kiti du klausimai yra apie tai, kaip Jūsų darbas įtakoja Jūsų **asmeninį gyvenimą:**

	Taip, žinoma	Taip, tam tikra dalimi	Taip, bet nežymiai	Ne, visai neįtakoja
14A. Ar jaučiate, kad darbas atima iš jūsų tiek <u>energijos</u> , kad tai neigiamai veikia jūsų asmeninį gyvenimą?	3	2	1	0
14B. Ar jaučiate, kad darbas atima tiek daug jūsų <u>laiko</u> , kad tai neigiamai veikia jūsų asmeninį gyvenimą?	3	2	1	0

Kiti keturi klausimai yra ne apie konkretų Jūsų darbą, bet apie visą **darbovietę:**

	Labai didelė dalimi	Didelė dalimi	Iš dalies	Maža dalimi	Labai maža dalimi
15A. Ar jūs galite pasitikėti vadovų teikiama informacija?	0	1	2	3	4
15B. Ar vadovybė tiki, kad darbuotojai atliks darbą gerai?	0	1	2	3	4
16A. Ar konfliktai sprendžiami teisingai?	0	1	2	3	4
16B. Ar darbas paskirstomas teisingai?	0	1	2	3	4

Toliau klausimai yra apie Jūsų **sveikatą ir savijautą per pastarąsias keturias savaites:**

	Puiki	Labai gera	Gera	Vidutiniška	Bloga
17. Bendrai paėmus jūsų sveikata yra...	0	1	2	3	4
Kaip dažnai per <u>pastarąsias 4 savaites</u> jūs:	Visą laiką	Didelę laiko dalį	Dalį laiko	Nedidelę dalį laiko	Visai nebuvo
18A. jautėtės visiškai išsekęs(-usi)	4	3	2	1	0
18B. jautėtės emociškai išsekęs(-usi)	4	3	2	1	0
Kaip dažnai per <u>pastarąsias 4 savaites</u> jūs:	Visą laiką	Didelę laiko dalį	Dalį laiko	Nedidelę dalį laiko	Visai nebuvo
19A. buvote įsitempęs(-usi)	4	3	2	1	0
19B. buvote sudirgęs (dirglus)(-i)	4	3	2	1	0

	Taip, kasdien	Taip, kas savaitę	Taip, kas mėnesį	Taip, keletą kartų	Ne, neteko
20. Ar per pastaruosius 12 mėn. jums teko darbe patirti nepageidaujama seksualinį dėmesį (priekabiavimą)? Jei taip, iš ko? (galite pažymėti kelis variantus)	4	3	2	1	0
	Bendradarbių		Vadovų	Pavaldinių	Klientų

	Taip, kasdien	Taip, kas savaitę	Taip, kas mėnesį	Taip, keletą kartų	Ne, neteko
21. Ar per pastaruosius 12 mėn. jums teko darbovietėje patirti smurto grėsmę? Jei taip, iš ko? (galite pažymėti kelis variantus)	4	3	2	1	0
	Bendradarbių		Vadovų	Pavaldinių	Klientų

	Taip, kasdien	Taip, kas savaitę	Taip, kas mėnesį	Taip, keletą kartų	Ne, neteko
22. Ar per pastaruosius 12 mėn. jums teko darbovietėje patirti fizinį smurtą? Jei taip, iš ko? (galite pažymėti kelis variantus)	4	3	2	1	0
	Bendradarbių		Vadovų	Pavaldinių	Klientų

	Taip, kasdien	Taip, kas savaitę	Taip, kas mėnesį	Taip, keletą kartų	Ne, neteko
23. Ar per pastaruosius 12 mėn. jums teko darbovietėje patirti nemalonų pokštavimą, erzinimą ar pan.? Jei taip, iš ko? (galite pažymėti kelis variantus)	4	3	2	1	0
	Bendradarbių		Vadovų	Pavaldinių	Klientų

Ką dar norėtumėte pažymėti apie savo darbą (darbo sąlygas, įtampą, sveikatą ir pan.):.....

Dėkojame už bendradarbiavimą!

Tyrimo objektas: Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba
Anketų skaičius: 40

Psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimo skaitmeninė suvestinė ir vertinimas

	Veiksnyis ir jo santykinė ribinė reikšmė	S	V-S	Vidurkis	V+S	Rizikos dydžio vertinimas	Rizika	
1	Kiekybiniai reikalavimai	5,00	1,21	0,47	1,68	2,88	Labai maža rizika	Priimtina
2	Darbo tempas	5,00	1,28	2,47	3,75	5,03	Labai maža rizika	Priimtina
3	Emociniai reikalavimai	5,00	2,39	2,16	4,55	6,94	Labai maža rizika	Priimtina
4	Įtakos darbe turėjimas	5,00	1,85	2,08	3,93	5,77	Labai maža rizika	Priimtina
5	Vystymosi/tobulėjimo galimybės	5,00	1,15	1,45	2,60	3,75	Labai maža rizika	Priimtina
6	Darbo prasingumas	5,00	1,38	0,10	1,48	2,85	Labai maža rizika	Priimtina
7	Įsipareigojimas darbovietei	5,00	1,34	0,06	1,40	2,74	Labai maža rizika	Priimtina
8	Informuotumas	5,00	1,79	0,58	2,38	4,17	Labai maža rizika	Priimtina
9	Pripažinimas	5,00	1,48	0,04	1,53	3,01	Labai maža rizika	Priimtina
10	Vaidmenų aiškumas	5,00	1,32	0,08	1,40	2,72	Labai maža rizika	Priimtina
11	Vadovavimo kokybė	5,00	1,85	0,20	2,05	3,90	Labai maža rizika	Priimtina
12	Socialinis palaikymas iš vadovų	5,00	1,47	-0,60	0,88	2,35	Labai maža rizika	Priimtina
13	Pasitenkinimas darbu	1,50	0,50	-0,10	0,40	0,90	Labai maža rizika	Priimtina
14	Darbo ir šeimos konfliktas	3,00	1,64	0,44	2,08	3,71	Labai maža rizika	Priimtina
15	Pasitikėjimas vadovybe/bendradarbiais	5,00	1,53	-0,11	1,43	2,96	Labai maža rizika	Priimtina
16	Teisingumas ir pagarba	5,00	1,78	0,12	1,90	3,68	Labai maža rizika	Priimtina
17	Subjektyvi sveikata	2,50	1,05	0,57	1,63	2,68	Labai maža rizika	Priimtina
18	Išsekimas	5,00	1,72	0,83	2,55	4,27	Labai maža rizika	Priimtina
19	Stresas	5,00	1,58	0,59	2,18	3,76	Labai maža rizika	Priimtina
20	Seksualinis priekabiavimas	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Labai maža rizika	Priimtina
21	Smurto grėsmė	1,00	0,58	-0,35	0,23	0,80	Labai maža rizika	Priimtina
22	Fizinis smurtas	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Labai maža rizika	Priimtina
23	Erzinimas	1,00	0,61	-0,31	0,30	0,91	Labai maža rizika	Priimtina

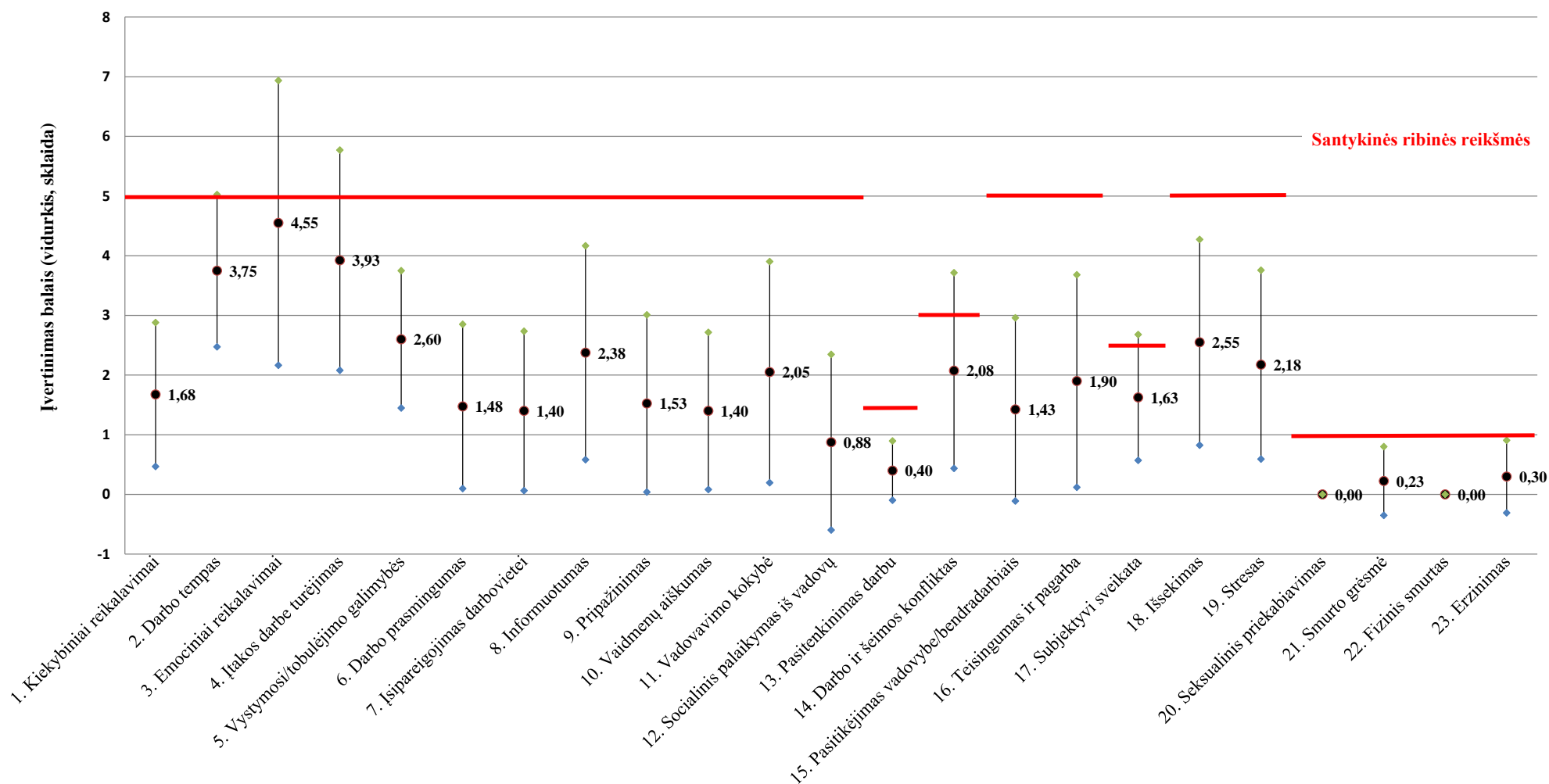
S - standartinis nuokrypis, nusakantis reikšmių sklaidą apie vidurkį

V - aritmetinis skalės vidurkis

Metodiniai nurodymai:

1. Psichosocialinių veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai, patvirtinti 2005 m. rugpjūčio 24 d. SAM ministro ir socialinės ir darbo apsaugos ministro įsakymu Nr. V-699/A1-241.
2. Psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimo, duomenų apdorojimo standartinės veikos procedūra, patvirtinta 2011 m. spalio 30 d. UAB „Verslo Aljansas“ generalinio direktoriaus, įsakymu Nr.V-22.
3. B. Pajarskienė, R. Jankauskas. Streso darbe įvertinimas pagal psichosocialinius darbo veiksnius ir stresines dirbančiojo reakcija. Vilnius, 1998 (metodinės rekomendacijos).
4. National Research Centre for the Working Environment, Denmark, The Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ II) <http://www.arbejdsmiljoforskning.dk/en/publikationer/spoergeskemaer/psykisk-arbejdsmiljoe>.

Psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimo grafinė suvestinė



Psichosocialinių profesinės rizikos veiksnių šalinimo ir mažinimo priemonių planas

Tyrimo objektas: Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba

Anketų skaičius: 40

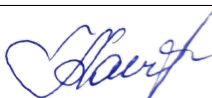
Teisės aktai: Profesinės rizikos vertinimo bendrieji nuostatai, 2012 m. spalio 25 d., Nr. A1-457/V-961
Psichosocialinių profesinės rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai, 2005 m. rugpjūčio 24 d., Nr. V-699/A1-241

Profesinės rizikos veiksnis	Nustatyta rizika	Numatytos rizikos šalinimo ir/ar mažinimo priemonės	Igyvend. data
1 Kiekybiniai reikalavimai	Priimtina		
2 Darbo tempas	Priimtina		
3 Emociniai reikalavimai	Priimtina		
4 Įtakos darbe turėjimas	Priimtina		
5 Vystymosi/tobulėjimo galimybės	Priimtina		
6 Darbo prasmingumas	Priimtina		
7 Įsipareigojimas darbovietai	Priimtina		
8 Informuotumas	Priimtina		
9 Pripažinimas	Priimtina		
10 Vaidmenų aiškumas	Priimtina		
11 Vadovavimo kokybė	Priimtina		
12 Socialinis palaikymas iš vadovų	Priimtina		
13 Pasitenkinimas darbu	Priimtina		
14 Darbo ir šeimos konfliktas	Priimtina		
15 Pasitikėjimas vadovybe/bendradarbiais	Priimtina		
16 Teisingumas ir pagarba	Priimtina		
17 Subjektyvi sveikata	Priimtina		
18 Išsekimas	Priimtina		
19 Stresas	Priimtina		
20 Seksualinis priekabiavimas	Priimtina		
21 Smurto grėsmė	Priimtina		
22 Fizinis smurtas	Priimtina		
23 Erzinimas	Priimtina		

Planą užpildė

Atsakingas už profesinės rizikos vertinimą

Profesinės rizikos
centro specialistė
Ramunė Karpuškaitė



pareigos, vardas, pavardė

parašas

pareigos, vardas, pavardė

parašas