

PATVIRTINTA

Kauno sporto mokyklos „Gaja“
direktoriaus 2022 m. sausio d.
įsakymu Nr. 1-



ĮTAMPĄ DARBE MAŽINANČIŲ PRIEMONIŲ NUSTATYMO TVARKOS APRAŠAS

I SKYRIUS

BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Įtampą darbe mažinančių priemonių nustatymo tvarkos aprašas (toliau – Aprašas) reglamentuoja Kauno sporto mokyklos „Gaja“ (toliau – Mokykla) darbuotojų reakciją į nepalankius darbo aplinkos sąlygų, darbo reikalavimų, darbo organizavimo, darbo turinio, darbuotojų tarpusavio santykių ir/ar santykių su darbdaviu psichosocialinius veiksnius.
2. Įtampą darbe mažinančių priemonių nustatymo tikslas – nustatyti ir įvertinti esamą ar galimą pasireikšti riziką darbe, ją pašalinti, o jei tai neįmanoma – įdiegti prevencijos priemones, kad darbuotojai būtų apsaugoti nuo rizikų.
3. Šiame Apraše naudojamos sąvokos:
 - 3.1. **Biologinis veiksnys** – mikroorganizmai, galintys darbuotojui sukelti infekciją, alergiją ar apsinuodijimą.
 - 3.2. **Ergonominis veiksnys** – veiksnys, kurio pagrindą sudaro fizinio darbo krūvis ir įtampa bei darbo vietos pritaikymas darbuotojo galimybėsms.
 - 3.3. **Fizinis veiksnys** – veiksnys, kuris kelia pavojų dėl netinkamo darbo vietos įrengimo, darbo priemonių, taip pat dėl galimo gaisro, statinių stabilumo ir tvirtumo neužtikrinimo.
 - 3.4. **Nepriimtina rizika** – rizika, su kuria negalima taikstyti, nesvarbu, kokia būtų su ja susijusios veiklos nauda.
 - 3.5. **Pavojus** – galima grėsmė darbuotojų sveikatai ir gyvybei.
 - 3.6. **Priimtina rizika** – rizika, kuri laikoma nereikšminga arba tampa nereikšminga, taikant prevencijos priemones.
 - 3.7. **Psichosocialinis veiksnys** – veiksnys, kuris dėl darbo sąlygų, darbo reikalavimų, darbo organizavimo, darbo turinio, darbuotojų tarpusavio ar darbdavio ir darbuotojo tarpusavio santykių sukelia darbuotojui psichinį stresą.

- 3.8. **Rizika** – traumos ar kitokio darbuotojo sveikatos pakenkimo galimybė dėl kenksmingo ar (ar) pavojingo darbo aplinkos veiksnio (-ių) poveikio.
- 3.9. **Rizikos veiksnys** – cheminis, fizikinis, biologinis, ergonominis, psichosocialinis ar fizinis veiksnys, keliantis arba galintis sukelti pavojų darbuotojo saugai ir sveikatai.
- 3.10. **Rizikos vertinimas** – procesas, kurio metu identifikuojami pavojai ir rizikos veiksniai, galimas jų sukeltos žalos sveikatai sunkumas ir žalos pasireiškimo tikimybė, atsižvelgiant į taikomas apsaugos priemones, nustatomas rizikos dydis ir priimamas sprendimas (įvertinimas) dėl rizikos priimtino, t.y. nusprendžiama, ar rizika priimtina, toleruotina, ar nepriimtina, ir prevencinių priemonių taikymo.
- 3.11. **Rizikos vertinimo objektas** – statinys (patalpa), darbo vieta ar kita darbovietės vieta, kurioje darbuotojas gali būti, darbo priemonė ar technologinis procesas, kuris kelia arba gali sukelti riziką darbuotojui.
- 3.12. **Toleruotina rizika** - rizika, su kuria galima taikstyti, jei įdiegiamos rizikos prevencijos priemonės rizikai sumažinti iki praktiškai įmanomo dydžio, t.y. iki tokio, kai galima įrodyti, kad tolesnio rizikos mažinimo sąnaudos (išreikštos laiko sąnaudomis ir (ar) darbo apimtimi) būtų neproporcingos palyginti su siekiama nauda.

II SKYRIUS

RIZIKOS VEIKSNIAI

4. Nustatant bendrąsias įtampos darbe mažinimo priemones, identifikuojami, tiriami ir nustatomi šie psichosocialiniai rizikos veiksniai:
- 4.1. veiksniai, susiję su darbo aplinkos sąlygomis, reikalaujančiomis didesnių pastangų, siekiant gauti tą patį darbo rezultatą (darbas veikiant kenksmingiems ir pavojingiems veiksniams, darbas naudojant asmenines apsaugines priemones ir kt.);
- 4.2. veiksniai, susiję su darbo reikalavimais: darbo krūvis (pernelyg didelis arba pernelyg mažas), didelis darbo tempas, darbuotojų sugebėjimų ir galimybių atlikti užduotis neatitikimas, neaiškios darbo užduotys;
- 4.3. veiksniai, susiję su darbo organizavimu: darbo laiko trukmė, paskirstymas (naktinis, pamaininis darbas, viršvalandžiai), darbo sutarties rūšis (terminuota, laikinoji), per didelė ar per maža darbo kontrolė, darbo apmokėjimo ypatumai;
- 4.4. veiksniai, susiję su darbo turiniu: darbuotojo per didelė ar per maža įtaka darbui planuoti ir vykdyti, sprendimų priėmimo laisvės stoka, per didelis informacijos kiekis, didžiulė atsakomybė, emocinė įtampa, mažas pasitenkinimas atliekamu darbu, monotoniškas darbas;

- 4.5. veiksniai, susiję su darbuotojų tarpusavio santykiais ir (ar) santykiais su darbdaviu: blogi darbuotojų santykiai grupėje, netinkamas vadovybės elgesys (neteisingas darbo paskirstymas, neaiški ir (ar) nuolat besikeičianti vadovybės pozicija ir kt.), negalėjimas kelti kvalifikacijos, prisidėti prie sprendimų priėmimo įstaigoje, atsiliepimų apie atliktą darbą trūkumas, bauginimas, mobingas, visų rušių smurtas, priekabiavimas.

III SKYRIUS

RIZIKOS VEIKSNIŲ, GALINČIŲ SUKELTI ĮTAMPĄ DARBE, IDENTIFIKAVIMAS

5. Identifikuojant rizikos veiksnius, galinčius sukelti įtampą darbe:
 - 5.1. atliekami parengiamieji darbai, kurių metu išnagrinėjami duomenys, būtini rizikos veiksniams identifikuoti;
 - 5.2. išsiaiškinama, ar Mokykloje egzistuoja streso darbe problema;
 - 5.3. identifikuojami galimi psichosocialiniai rizikos veiksniai;
 - 5.4. nurodomas sąrašas ir skaičius darbuotojų, kurie gali būti veikiami psichosocialinių rizikos veiksnių.
6. Identifikuojant rizikos veiksnius, galinčius sukelti įtampą darbe, remiamasi:
 - 6.1. Mokyklos turimais darbo vietų, technologinių procesų, darbo ir poilsio režimo, naudojamų darbo priemonių, žinomų darbo aplinkos rizikos veiksnių duomenimis;
 - 6.2. darbuotojų bei jų atstovų skundų bei pasiūlymų duomenimis;
 - 6.3. kadro kaitos, nedarbingumo, nelaimingų atsitikimų darbe duomenimis;
 - 6.4. streso darbe požymiais;
 - 6.5. mokslinių tyrimų duomenimis;
 - 6.6. gera užsienio šalių streso ar psichosocialinių rizikos veiksnių rizikos vertinimo praktika.

IV SKYRIUS

TYRIMAS DĖL ĮTAMPĄ DARBE MAŽINANČIŲ PRIEMONIŲ NUSTATYMO

7. Tyrimas dėl įtampą darbe mažinančių priemonių nustatymo (toliau – Tyrimas) atliekamas pagal Mokyklos direktoriaus patvirtintą ir su Mokyklos Darbo taryba suderintą rizikos veiksnių tyrimo darbų planą.
8. Tyrimo darbų plane nurodoma:
 - 8.1. numatomi tirti rizikos veiksniai;
 - 8.2. darbo vietos, kuriose bus atliekamas Tyrimas;
 - 8.3. naudojami Tyrimo metodai;

- 8.4. nustatomas darbuotojų, kurie gali būti veikiami rizikos veiksnių, skaičius.
9. Tyrimo darbų planas sudaromas atsižvelgiant į:
- 9.1. Mokyklos ekonominės veiklos sritį;
 - 9.2. darbo sąlygas;
 - 9.3. darbo priemones;
 - 9.4. darbo laiko režimą;
 - 9.5. neseniai įvykusius pokyčius, vykdomus ar planuojamus vykdyti pakeitimus Mokykloje;
 - 9.6. taikytas ar taikomas streso darbe prevencines priemones.
10. Tyrimą ne rečiau kaip kartą per metus atlieka Mokyklos vadovo įsakymu sudaryta Tyrimo komisija, susidedanti iš trijų Mokyklos darbuotojų: už darbo saugą atsakingo specialisto ir po vieną deleguotą Mokyklos vadovo ir Mokyklos Darbo tarybos.
11. Tyrimo metu Tyrimo komisija turi užtikrinti įprastą darbo ar technologinio proceso eigą.
12. Tyrimas atliekamas naudojant stebėjimo, darbo vietos aprašymo ir (ar) apklausos būdus, todėl, reikalui esant, Tyrimo komisija turi teisę atlikti pokalbius su darbuotojais ar jų atstovais ir (ar) darbuotojų anketavimą.
13. Tyrimas atliekamas:
- 13.1. įvertinant kiekvieno tiriamo rizikos veiksnio poveikio trukmę ir stiprumą;
 - 13.2. atsižvelgiant į Mokyklos (darbo vietos, atliekamo darbo) specifiką;
 - 13.3. įvertinant tiriamos situacijos tipišumą;
 - 13.4. nustatant darbuotojų, kurie gali būti veikiami konkretaus rizikos veiksnio, skaičių.

V SKYRIUS

RIZIKŲ NUSTATYMAS

14. Nustatant rizikas, galinčias sukelti įtampą darbe, analizuojami Tyrimo rezultatai:
- 14.1. apibendrinant Tyrimo duomenis;
 - 14.2. nustatant pagrindines streso darbe priežastis;
 - 14.3. atsižvelgiant į kitą turimą informaciją apie darbo sąlygas;
 - 14.4. įvertinant galimybes dėl rizikos veiksnio įtakos darbuotojų sveikatai.
15. Nustačius riziką darbuotojų sveikatai dėl rizikos veiksnių poveikio, Tyrimo komisija parengia priemonių planą psichosocialinei rizikai mažinti ir (ar) šalinti bei teikia jį Mokyklos vadovui patvirtinti, suderinus priemonių planą su Darbo taryba.
16. Su psichosocialinių rizikos veiksnių vertinimo duomenimis bei priemonių planu psichosocialinei rizikai mažinti ir (ar) šalinti supažindinami darbuotojai, darbuotojų atstovai saugai ir sveikatai.

VI SKYRIUS
BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

17. Šis Aprašas parengtas vadovaujantis Lietuvos Respublikos teisės aktų reikalavimais ir yra suderintas su darbuotojų interesams atstovaujančia institucija.
18. Mokyklos darbuotojai su šiuo Aprašu supažindinami įprasta tvarka ir Aprašas viešinamas Mokyklos interneto svetainėje.

SUDERINTA

Kauno sporto mokyklos „Gaja“ Darbo taryba
2022 - 01 - 06 Protokolinis nutarimas Nr. 3
