



LIETUVOS RESPUBLIKOS SVEIKATOS APSAUGOS MINISTRAS

**ĮSAKYMAS
DĖL PSICHIKOS SVEIKATOS KOMPETENCIJŲ DIDINIMO ĮMONIŲ
DARBUOTOJAMS TVARKOS APRAŠO PATVIRTINIMO**

2019 m. gegužės 17 d. Nr. V-590
Vilnius

Siekdamas užtikrinti Nacionalinės visuomenės sveikatos priežiūros 2016–2023 metų plėtros programos, patvirtintos Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2015 m. gruodžio 9 d. nutarimu Nr. 1291 „Dėl Nacionalinės visuomenės sveikatos priežiūros 2016–2023 metų plėtros programos patvirtinimo“, 12.3.4 priemonės įgyvendinimą:

1. T v i r t i n u Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams tvarkos aprašą (pridedama).
2. P a v e d u šio įsakymo vykdymą kontroliuoti viceministrui pagal veiklos sritį.

Sveikatos apsaugos ministras

Aurelijus Veryga

PATVIRTINTA
Lietuvos Respublikos sveikatos
apsaugos ministro
2019 m. gegužės 17 d.
įsakymu Nr. V-590

PSICHIKOS SVEIKATOS KOMPETENCIJŲ DIDINIMO ĮMONIŲ DARBUOTOJAMS TVARKOS APRAŠAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams tvarkos aprašas (toliau – Aprašas) nustato psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams tvarką, reikalavimus įmonių kompetencijų didinimą vykdančioms specialistams bei psichikos sveikatos kompetencijų didinimo veiklos įgyvendinimo stebėseną.

2. Aprašas skirtas savivaldybių visuomenės sveikatos biurams, organizuojantiems psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams veiklą (toliau – PSKD veikla).

3. Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams tikslas – ugdyti įmonių darbdavių ir jų atstovų (padalinių vadovų), įmonių darbuotojų saugos ir sveikatos tarnybų specialistų (profesinės sveikatos specialistų, darbuotojų saugos ir sveikatos specialistų), žmogiškųjų išteklių padalinių vadovų ir kitų įmonės darbuotojų (toliau – darbuotojai) kompetencijas, reikalingas mažinti neigiamą psichosocialinių rizikos veiksnių poveikį darbuotojų sveikatai, gerinti psichosocialinę aplinką įmonėse ir stiprinti darbuotojų psichikos sveikatą. PSKD veikla apima psichosocialinės darbo aplinkos gerinimą ir darbuotojų kompetencijų didinimą darbo organizavimo ir psichikos sveikatos srityse.

4. Apraše vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos darbo kodekse, Lietuvos Respublikos darbuotojų saugos ir sveikatos įstatyme, Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme, Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatyme, Profesinės rizikos vertinimo bendruosiuose nuostatuose, patvirtintuose Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministro ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2012 m. spalio 25 d. įsakymu Nr. A1-457/V-961 „Dėl Profesinės rizikos vertinimo bendrųjų nuostatų patvirtinimo“, Psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimo metodiniuose nurodymuose, patvirtintuose Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ministro 2005 m. rugpjūčio 24 d. įsakymu Nr. V-699/A1-241 „Dėl Psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimo metodinių nurodymų patvirtinimo“ vartojamas sąvokas.

5. Aprašo įgyvendinimą nacionaliniu lygmeniu pagal kompetenciją koordinuoja Higienos institutas.

II SKYRIUS REIKALAVIMAI PSKD VEIKLĄ VYKDANTIEMS SPECIALISTAMS BEI PSICHIKOS SVEIKATOS KOMPETENCIJŲ DIDINIMO ĮMONIŲ DARBUOTOJAMS TVARKA

6. PSKD veiklą organizuoja savivaldybės teritorijoje veikiantis visuomenės sveikatos biuras arba kitos savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, teikiantis visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas pagal savivaldybių bendradarbiavimo sutartį (toliau – Biuras).

7. Biuras kviečia dalyvauti PSKD veikloje įmones, kurios yra atlikusios psichosocialinių rizikos veiksnių vertinimą darbo vietose. Įmonė gali savanoriškai kreiptis į Biurą dėl dalyvavimo PSKD veikloje. Įmonės dalyvavimas PSKD veikloje turi būti suderintas su įmonės atstovu – vadovu (darbdaviu ar darbdavio įgaliotu asmeniu) pasirašant bendradarbiavimo sutartį su Biuru, kurioje nurodoma šios veiklos apimtimi planuojamų mokymų trukmė, susitikimų dažnumas, grupės

dydis.

8. PSKD veiklą įgyvendina Biuro suformuota specialistų komanda (toliau – komanda), kurią sudaro ne mažiau negu 2 specialistai (įgyvendinant veiklas, dalyvauja visa specialistų komanda), kurių kompetencijos apimtų:

8.1. profesinės sveikatos specialisto, atitinkančio kvalifikacinius reikalavimus, nustatytus Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2008 m. balandžio 8 d. įsakymu Nr. V-271 „Dėl Profesinės sveikatos specialistų, galinčių dirbti įmonėse, kvalifikacinių reikalavimų aprašo patvirtinimo“, turinčio ne mažesnę kaip 2 metų darbo įmonėje (įmonėse) profesinės sveikatos specialisto patirtį, ar kito sveikatos priežiūros specialisto (darbo medicinos gydytojo, medicinos gydytojo, visuomenės sveikatos specialisto, bendrosios praktikos slaugytojo) turinčio ne mažesnę kaip 3 metų patirtį profesinės sveikatos priežiūros srityje per paskutinius 5 metus;

8.2. psichologo (baigusio psichologijos studijas ir įgijusio aukštąjį arba jam prilygintą aukštojo mokslo išsilavinimą, magistro laipsnį) ir turinčio ne mažiau kaip 3 metų konsultavimo psichikos sveikatos stiprinimo srityse patirtį per paskutinius 5 metus.

9. PSKD veikla organizuojama pagal Aprašo 1 arba 2 priede pateiktą PSKD veiklos pavyzdinį turinį šia tvarka:

9.1. jeigu vienoje įmonėje susirenka ne mažiau kaip 10 darbuotojų, norinčių dalyvauti PSKD veikloje, PSKD veikla įgyvendinama įmonėje pagal Aprašo 1 priede pateiktą schemą. Įmonės vadovas ar kitas įmonei atstovaujantis asmuo patvirtina dalyvių sąrašą bei veiksams derinti paskiria atsakingą asmenį. PSKD veiklai įmonėje įgyvendinti sudaromas veiksmų planas, kuris suderinamas su paskirtu atsakingu asmeniu, darbuotojų atstovais, profesinės sveikatos specialistu (jeigu toks yra) ar asmeniu, atsakingu už darbuotojų saugą ir sveikatą. Vienoje įmonėje formuojama tik viena dalyvių grupė, didžiausias asmenų skaičius grupėje – 20;

9.2. kitais atvejais, kai PSKD veikloje nori dalyvauti mažiau kaip 10 vienos įmonės darbuotojų, Biuras sudaro jungtines kelių įmonių dalyvių grupes (asmenų skaičius grupėje 10–20), ir PSKD veikla organizuojama pagal Aprašo 2 priede pateiktą schemą;

9.3. komanda, siekdama identifikuoti įmonės darbuotojų psichoemocinę būklę ir pagrindines problemas (taikoma tik 9.1 papunktyje nurodytoms įmonėms), mokymų programos pradžioje įmonės darbuotojams pateikia psichoemocinės būklės vertinimo klausimyną (elektroniniu formatu), kurį parenka komanda vadovaudamasi gerąja praktika ir moksliniais tyrimais. Komanda, bendradarbiaudama su įmonės paskirtu atsakingu asmeniu, identifikuodama įmonės darbuotojų psichoemocinę būklę ir pagrindines problemas, užtikrina reprezentatyvią įmonės imtį;

9.4. komanda, mokymų programos pradžioje ir jai pasibaigus, pateikia PSKD veikloje dalyvaujantiems darbuotojams (toliau – veiklos dalyviai) psichikos sveikatos raštingumo įvertinimo klausimyną (toliau – PSRV klausimynas) (Aprašo 7 priedas). Surinkę kiekvieno veiklos dalyvio užpildytus klausimynus pagal aprašo 8 priede nurodytą metodiką psichikos sveikatos raštingumo pokyčiui apskaičiuoti, užpildo Aprašo 4 arba 5 priede pateiktą ataskaitos formą teksto rengyklės (*Microsoft Word* ar kt.) arba skaičiuoklės (*Microsoft Excel* ar kt.) formatu (toliau – redaguojamu formatu) ir atitinkamai per 10 darbo dienų teikia apibendrintą informaciją biurams raštu.

10. PSKD veikla įgyvendinama taikant gerąją praktiką ir moksliniais tyrimais pagrįstas ir (ar) tarptautinių organizacijų rekomenduotas metodikas, kurias parenka komanda.

11. Pasibaigus PSKD veiklos įgyvendinimui, komandos specialistai atlieka veiklos dalyvių apklausą, naudodami Aprašo 3 priede pateiktą formą, įvertina įgyvendintos PSKD veiklos kokybę, užpildo Aprašo 4 arba 5 priede pateiktą ataskaitos formą redaguojamuoju formatu ir per 10 darbo dienų pateikia ją raštu ir elektroniniu paštu Biurui.

12. Pasibaigus PSKD veiklos įgyvendinimui, pagal nustatytos apimties kursą Biuras PSKD veikloje dalyvavusiai įmonei ir veiklos dalyviams išduoda dalyvavimo PSKD veikloje pažymėjimus.

III SKYRIUS

PSKD VEIKLOS ĮGYVENDINIMO STEBĖSENA

13. Biuras apibendrina specialistų pateiktą informaciją apie įmonėse įgyvendintą PSKD veiklą ir Higienos institutui raštu ir elektroniniu paštu iki einamųjų kalendorinių metų rugpjūčio 1 d. pateikia pusmetinio ataskaitinio laikotarpio suvestinę ataskaitą (Aprašo 6 priedas), iki kitų metų vasario 1 d. pateikia metinio ataskaitinio laikotarpio ataskaitą.

14. Higienos institutas apibendrina iš Biurų gautas suvestines ataskaitas, veda jų rezultatų apskaitą ir pusmetinio ataskaitinio laikotarpio apibendrintą informaciją iki einamųjų metų rugpjūčio 25 d., metinio ataskaitinio laikotarpio iki vasario 25 d. pateikia Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijai bei skelbia savo interneto svetainėje www.hi.lt.

IV SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

15. Informaciją apie įgyvendinamą PSKD veiklą ir galimybę dalyvauti joje Biuras privalo viešai skelbti savo interneto svetainėje, kitais būdais informuoti įmones ir visuomenę.

16. Specialistai turi užtikrinti PSKD veiklos vykdymo metu gautos informacijos konfidencialumą: šios informacijos viešai neskelbti ir neplatinti.

17. Duomenys apie PSKD veikloje dalyvaujančias įmones ir kita su dalyvavimu susijusi informacija yra konfidenciali, jei teisės aktai nenumato kitaip, Biure saugoma atskiroje byloje, kuri saugoma 3 metus nuo PSKD veiklos vykdymo metų pabaigos, ir naikinama teisės aktų nustatyta tvarka.

18. Aprašo nustatyta tvarka vykdomas psichikos sveikatos kompetencijų didinimas finansuojamas iš valstybės biudžeto specialiosios tikslinės dotacijos savivaldybių biudžetams valstybinėms (valstybės perduotoms savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti.

**PSICHIKOS SVEIKATOS KOMPETENCIJŲ DIDINIMO DARBUOTOJAMS
PAVYZDINIS VEIKLOS TURINYS
(VIENOS ĮMONĖS VEIKLOS DALYVIŲ SKAČIUS 10 ARBA DAUGIAU)**

Etapas, trukmė	Veikla	Metodika
1. Įmonės individualus situacijos įvertinimas (trukmė iki 1 mėn.)	1.1. Psichoemocinės būklės įmonėje įvertinimas	Apklausiami darbuotojai, įskaitant vadovus, taikant specialistų komandos parinktą metodiką ir formuojant reprezentatyvią imtį. Specialistai naudoja mokslu ir gerąja praktika pagrįstus principus, juos aprašo pateikiamoje ataskaitoje (priedas 4, p. 8.).
	1.2. Darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo įvertinimas	Apklausiami veiklos dalyviai. Įvertinant naudojamas darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo vertinimo klausimynas (PSRV klausimynas). PSRV klausimynai koduojami, siekiant įvertinti individualų raštingumo pokytį (3.1 veikloje).
	1.3. Psichoemocinės būklės įvertinimo rezultatų aptarimas diskusijų grupėse ir probleminių sričių nustatymas	Diskusijų grupėse dalyvauja veiklos dalyviai, gali dalyvauti ir kiti darbuotojai. Rekomenduojama naudoti metodines gaires „Kaip organizuoti ir vesti diskusijų grupę“ http://www.hi.lt/uploads/pdf/standartas/Diskusiju_grupes.pdf
2. Darbuotojų psichikos sveikatos kompetencijų didinimas (trukmė 3–8 mėn.)	2.1. Psichoemocinės sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams veiksmų plano sudarymas ir įgyvendinimas	Veiksmų planą rekomenduojama rengti pagal pavyzdinę struktūrą: http://www.hi.lt/uploads/pdf/standartas/Veiksmu_plano_pavyzdys.pdf Identifikuotų įmonėse psichosocialinių rizikos veiksnių sprendimo ir intervencijų pavyzdžiai: http://www.hi.lt/uploads/pdf/standartas/Intervenciju_pavyzdziai.pdf Veiksmų planas rengiamas vadovaujantis 1.3. veiklos metu identifikuotomis problemomis ir kita informacija. Veiksmų plane numatomos tik tos priemonės, kurios bus įgyvendintos arba pradėtos įgyvendinti PSKD veiklų vykdymo laikotarpiu. Priemonių įgyvendinimo planas sudaromas dalyvaujant darbuotojams, vadovams ir darbuotojų atstovams. Pirminis veiksmų planas parengiamas per 1 mėnesį nuo antrojo etapo pradžios ir nedelsiant pradedamas įgyvendinti. Veiklų

		vykdymo laikotarpiu veiksmų planas gali būti pildomas ir tobulinamas.
	2.2. Užsiėmimai veiklos dalyviams, siekiant suteikti žinių apie psichikos sveikatą darbo vietoje (bendra mokymų trukmė – ne mažiau kaip 40 val., iš jų praktinių užsiėmimų – ne mažiau kaip 25 val. Rekomenduojama organizuoti bent 6 susitikimus kas 2–4 savaites)	Asmenų skaičius grupėje 10–20. Vykdomi užsiėmimai – teorijos mokymai, diskusijų grupės, praktinių įgūdžių formavimo grupės. Užsiėmimų metu perteikiamos žinios ir formuojami praktiniai įgūdžiai šiomis temomis: 1. Psichikos sveikatos samprata, įtampa darbe ir jo įveika; 2. Psichosocialiniai darbo aplinkos veiksniai, psichologinio smurto, persekiojimo ir kt. žalingų psichosocialinių darbo aplinkos veiksnių apraiškos darbo kolektyvuose, jų prevencija, taikant mokslų ir praktika grįstas streso valdymo programas. 3. Darbingumas, jam įtakos turintys veiksniai, darbo ir asmeninio gyvenimo derinimo galimybės, profesinis perdegimas, jo priežastys ir prevencija. 4. Organizacinės priemonės įmonės ir asmens lygmeniu, socialinė parama darbe: rizikos atpažinimas, prevencija, intervencija. 5. Pasirinkta kita įmonei aktuali tematika. Kiekvieno užsiėmimo metu taip pat aptariama veiksmų plano (pagal 2.1 veiklą) įgyvendinimo eiga, aktualijos ir kylantys iššūkiai
	2.3. Rekomendacijų įmonei parengimas	Baigus 2.1 ir 2.2 veiklų įgyvendinimą, įvertinama veiklų eiga, pasiekti rezultatai ir iššūkiai bei parengiamos konkrečios rekomendacijos įmonei, kaip toliau savarankiškai tęsti veiklas, siekiant mažinti neigiamą psichosocialinių profesinės rizikos veiksnių poveikį darbuotojų sveikatai, gerinti psichosocialinę aplinką įmonėse ir stiprinti darbuotojų psichikos sveikatą
3. Įgyvendintų veiklų efektyvumo vertinimas (trukmė iki 1 mėn.)	3.1. Pakartotinis darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo įvertinimas	Pakartotinai apklausiami veiklos dalyviai. Įvertinant naudojamas PSRV klausimynas. Įvertinamas individualus ir bendras žinių pokytis. Pristatomi apibendrinti rezultatai (įmonės ir (ar) padalinių lygmeniu). Individualūs darbuotojų rezultatai pristatomi šiems darbuotojams asmeniškai, laikantis duomenų privatumo taisyklių.
	3.2. Įgyvendintų veiklų efektyvumo vertinimas	Užpildoma veiklos dalyvių apklausos anketa (Aprašo 3 priedas).

**PSICHIKOS SVEIKATOS KOMPETENCIJŲ DIDINIMO DARBUOTOJAMS
PAVYZDINIS VEIKLOS TURINYS
(KELIŲ ĮMONIŲ VEIKLOS DALYVIŲ GRUPĖ, KAI VIENOS ĮMONĖS VEIKLOS
DALYVIŲ SKAČIUS MAŽIAU KAIP 10)**

Etapas, trukmė	Veikla	Metodika
1. Įmonės individualus situacijos įvertinimas (trukmė iki 1 mėn.)	1.1. Darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo įvertinimas	Apklausiami veiklos dalyviai. Įvertinimui naudojamas darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo vertinimo klausimynas (PSRV klausimynas). PSRV klausimynai koduojami, siekiant įvertinti individualų raštingumo pokytį (3.1 veikloje).
2. Darbuotojų psichikos sveikatos kompetencijų didinimas (trukmė 2–6 mėn.; veiklų trukmė valandomis – ne mažiau kaip 40 val., iš jų praktinių užsiėmimų – ne mažiau kaip 25 val.)	2.1. Darbuotojų mokymas, siekiant suteikti žinių apie psichikos sveikatą darbo vietoje	Asmenų skaičius grupėje 10–20. Vykdomi užsiėmimai – teorijos mokymai, diskusijų grupės, praktinių įgūdžių formavimo grupės. Užsiėmimų metu perteikiamos žinios ir formuojami praktiniai įgūdžiai šiomis temomis: 1. Psichikos sveikatos samprata, įtampa darbe ir jos įveika. 2. Psichosocialiniai darbo aplinkos veiksniai, psichologinio smurto, persekiojimo ir kt. žalingų psichosocialinių darbo aplinkos veiksnių apraiškos darbo kolektyvuose, jų prevencija taikant mokslu ir praktika grįstas streso valdymo programas. 3. Darbingumas, jam įtakos turintys veiksniai, darbo ir asmeninio gyvenimo derinimo galimybės, profesinis perdegimas, jo priežastys ir prevencija. 4. Organizacinės priemonės įmonės ir asmens lygmeniu, socialinė parama darbe: rizikos atpažinimas, prevencija, intervencija. 5. Pasirinkta kita įmonėms aktuali tematika.
	2.2. Praktiniai mokymai – konkrečių situacijų nagrinėjimas ir konsultavimas	Praktinių mokymų metu identifikuojamos ir nagrinėjamos veiklos dalyvių iškeltos, su šia tema susijusios problemos, dalijamasi patirtimi ir ieškoma galimų sprendimų psichosocialinės aplinkos įmonėse ir psichikos sveikatos stiprinimo srityse. Rekomenduojama nagrinėti temas, aktualias daugumai veiklos dalyvių

	2.3. Rekomendacijų veiklos dalyvių įmonėms parengimas	Parengiamos konkrečios rekomendacijos, kaip savarankiškai testuoti veiklas įmonėse, kurių darbuotojai yra veiklos dalyviai, siekiant mažinti neigiamą psichosocialinių rizikos veiksnių poveikį darbuotojų sveikatai, gerinti psichosocialinę aplinką įmonėse ir stiprinti darbuotojų psichikos sveikatą
3. Įgyvendintų veiklų efektyvumo vertinimas ir rekomendacijų parengimas (1 mėn.)	3.1. Pakartotinis darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo įvertinimas	Pakartotinai apklausiami veiklos dalyviai. Įvertinant naudojamas PSRV klausimynas. Įvertinamas individualus ir bendras veiklos dalyvių grupės žinių pokytis. Pristatomi apibendrinti veiklos dalyvių grupės rezultatai. Individualūs darbuotojų rezultatai pristatomi šiems darbuotojams asmeniškai, laikantis duomenų privatumo taisyklių
	3.2. Įgyvendintų veiklų efektyvumo vertinimas	Užpildoma veiklos dalyvių apklausos anketa (Aprašo 3 priedas)

(Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams veiklos vertinimo forma)

PSICHIKOS SVEIKATOS KOMPETENCIJŲ DIDINIMAS ĮMONIŲ DARBUOTOJAMS

Dalyvių apklausos anketa

Gerbiamas dalyvi,

Mums labai svarbi Jūsų nuomonė apie įgyvendintas veiklas, todėl prašome atsakyti į pateiktus klausimus. Apklausa yra anoniminė, vardo ir pavardės nurodyti nereikia. Duomenys bus naudojami tik veiklų vertinimo tikslais.

1. Jūsų lytis (*pabraukite*): vyras / moteris.
2. Jūsų amžius (*įrašykite*): _____
3. Jūsų pareigos įmonėje (*pasirinkite vieną variantą*):
 - ☐ darbuotojas
 - ☐ įmonės ar padalinio vadovas
 - ☐ profesinės sveikatos specialistas, darbuotojų saugos ir sveikatos specialistas ar žmogiškųjų išteklių specialistas
4. Toliau pateiktus teiginius įvertinkite penkiabalėje sistemoje pagal tai, kaip jie atspindi Jūsų asmeninę nuomonę (*pasirinktą balą apibraukite*):

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
4.1. Mokymai / užsiėmimai suteikė naujų žinių	5	4	3	2	1
4.2. Mokymai / užsiėmimai suteikė naudingų įgūdžių	5	4	3	2	1
4.3. Įgytas žinias ir įgūdžius galėsiu pritaikyti savo darbo vietoje	5	4	3	2	1
4.4. Įgytas žinias ir įgūdžius galėsiu pritaikyti asmeniniame gyvenime	5	4	3	2	1
4.5. Veiklos padėjo pagerinti psichosocialinę aplinką mano darbe	5	4	3	2	1
4.6. Veiklos buvo naudingos, nes dabar žinau būdus, kaip išvengti ar sumažinti stresą, įtampą darbe	5	4	3	2	1
4.7. Veiklos buvo naudingos, nes pagerėjo mano darbingumas	5	4	3	2	1
4.8. Veiklas vedęs psichologas buvo kompetentingas savo srities specialistas	5	4	3	2	1

4.9. Veiklas vedęs profesinės sveikatos specialistas buvo kompetentingas savo srities specialistas	5	4	3	2	1
4.10. Veiklą vykdantys specialistai teikė grįžtamąjį ryšį, siekiant aptarti įmonės psichosocialinio vertinimo rezultatus, išsiaiškinti pagrindines problemas ir galimus praktinius sprendimo būdus	5	4	3	2	1

5. Ar rekomenduotumėte tokias veiklas savo draugams ar kitiems asmenims, kitoms darbovietėms? Įvertinkite penkiabalėje sistemoje, kai 1 – visai nerekomenduotumėte, 5 – tikrai rekomenduotumėte (*įrašykite balą*): _____
6. Kokių turėtumėte pasiūlymų veiklų organizatoriams ar vedėjams?

**(Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonės darbuotojams įgyvendintos veiklos
ataskaitos forma)**

**PSICHIKOS SVEIKATOS KOMPETENCIJŲ DIDINIMO ĮMONĖS DARBUOTOJAMS
ĮGYVENDINTOS VEIKLOS ATASKAITA
(VIENOS ĮMONĖS DALYVIŲ GRUPĖ, KAI PSKD VEIKLOS DALYVIŲ SKAIČIUS 10
ARBA DAUGIAU)**

1. Veiklos įgyvendinimo laikotarpis: nuo _____ iki _____
2. Veikla įgyvendinta įmonėje (*nurodyti pavadinimą*):

3. Įmonės darbuotojų skaičius: _____
4. Įmonės ekonominės veiklos rūšis (*jei įmonė vykdo kelių sričių veiklą, nurodyti pagrindinę*):
 - A. Žemės ūkis, miškininkystė ir žuvininkystė
 - B. Kasyba ir karjerų eksploatavimas
 - C. Apdirbamoji gamyba
 - D. Elektros, dujų, garo tiekimas ir oro kondicionavimas
 - E. Vandens tiekimas, nuotekų valymas, atliekų tvarkymas ir regeneravimas
 - F. Statyba
 - G. Didmeninė ir mažmeninė prekyba; variklinių transporto priemonių ir motociklų remontas
 - H. Transportas ir saugojimas
 - I. Apgyvendinimo ir maitinimo paslaugų veikla
 - J. Informacija ir ryšiai
 - K. Finansinė ir draudimo veikla
 - L. Nekilnojamojo turto operacijos
 - M. Profesinė, mokslinė ir techninė veikla
 - N. Administracinė ir aptarnavimo veikla
 - O. Viešasis valdymas ir gynyba; privalomasis socialinis draudimas
 - P. Švietimas
 - R. Žmonių sveikatos priežiūra ir socialinis darbas
 - S. Meninė, pramoginė ir poilsio organizavimo veikla
 - T. Kita aptarnavimo veikla
 - U. Namų ūkių, samdančių darbininkus, veikla; namų ūkių veikla, susijusi su savoms reikmėms tenkinti skirtų nediferencijuojamų gaminių gamyba ir paslaugų teikimu
 - V. Ekstrateritorinių organizacijų ir įstaigų veikla
5. Dalyvavusių darbuotojų skaičius: _____, iš jų:
 - 5.1. pagal pareigas:
_____ darbuotojų
_____ įmonės ar padalinio vadovų

_____ profesinės sveikatos specialistų, darbuotojų saugos ir sveikatos specialistų ar žmoniškųjų išteklių specialistų

5.2. pagal lytį:

_____ vyrų
_____ moterų

6. Darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo pokytis:

6.1. vidutinis balas, ar proc.:

prieš veiklų įgyvendinimą: _____; po veiklų įgyvendinimo: _____

6.2. probleminės sritys (kuriose raštingumas pagerėjo mažiausiai):

7. Psichoemocinei būklei vertinti taikyta metodika, trumpai aprašant klausimyną, reprezentatyvios imties atrinkimo principus (*iki 200 žodžių*):

8. Psichoemocinės būklės įvertinimo rezultatai ir nustatytos probleminės sritys (*iki 200 žodžių*):

9. Įmonei pateiktų rekomendacijų santrauka (*iki 200 žodžių*):

10. Veiklų vertinimo apibendrinimas (*langeliuose įrašykite dalyvių, pasirinkusių atsakymo variantą, skaičius*):

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
10.1. Mokymai / užsiėmimai suteikė naujų žinių					
10.2. Mokymai / užsiėmimai suteikė naudingų įgūdžių					
10.3. Įgytas žinias ir įgūdžius					

galėsiu pritaikyti savo darbo vietoje					
10.4. Įgytas žinias ir įgūdžius galėsiu pritaikyti asmeniniame gyvenime					
10.5. Veiklos padėjo pagerinti psichosocialinę aplinką mano darbe					
10.6. Veiklos buvo naudingos, nes dabar žinau būdus, kaip išvengti ar sumažinti stresą, įtampą darbe					
10.7. Veiklos buvo naudingos, nes pagerėjo mano darbingumas					
10.8. Veiklas vedęs psichologas buvo kompetentingas savo srities specialistas					
10.9. Veiklas vedęs profesinės sveikatos specialistas buvo kompetentingas savo srities specialistas					
10.10. Veiklą vykdančys specialistai teikė grįžtamąjį ryšį, siekiant aptarti įmonės psichosocialinio vertinimo rezultatus, išsiaiškinti pagrindines problemas ir galimus praktinius sprendimo būdus					

11. Įgyvendinant veiklą taikytos metodikos, įrankiai:

12. Taikyti viešinimo būdai, formos:

13. Veiklos vykdytojo kontaktinė informacija (*nurodyti vardą, pavardę, telefono numerį, el. pašto adresą*):

**(Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonės darbuotojams įgyvendintos veiklos
ataskaitos forma)**

**PSICHIKOS SVEIKATOS KOMPETENCIJŲ DIDINIMO ĮMONIŲ DARBUOTOJAMS
ĮGYVENDINTOS VEIKLOS ATASKAITA
(JUNG TINĖ DALYVIŲ GRUPĖ, KAI PSKD VEIKLOS DALYVIŲ SKAIČIUS 10–20
ARBA DAUGIAU)**

1. Veiklos įgyvendinimo laikotarpis: nuo _____ iki _____

2. Veikloje dalyvavo įmonės:

Įmonės pavadinimas	Darbuotojų skaičius įmonėje	Įmonės ekonominės veiklos rūšis*	Veikloje dalyvavusių darbuotojų skaičius
1.			
2.			
3.			

* Pasirinkti iš sąrašo (jei įmonė vykdo kelių sričių veiklą, nurodyti pagrindinę):

- A. Žemės ūkis, miškininkystė ir žuvininkystė
- B. Kasyba ir karjerų eksploatavimas
- C. Apdirbamoji gamyba
- D. Elektros, dujų, garo tiekimas ir oro kondicionavimas
- E. Vandens tiekimas, nuotekų valymas, atliekų tvarkymas ir regeneravimas
- F. Statyba
- G. Didmeninė ir mažmeninė prekyba; variklinių transporto priemonių ir motociklų remontas
- H. Transportas ir saugojimas
- I. Apgyvendinimo ir maitinimo paslaugų veikla
- J. Informacija ir ryšiai
- K. Finansinė ir draudimo veikla
- L. Nekilnojamojo turto operacijos
- M. Profesinė, mokslinė ir techninė veikla
- N. Administracinė ir aptarnavimo veikla
- O. Viešasis valdymas ir gynyba; privalomasis socialinis draudimas
- P. Švietimas
- R. Žmonių sveikatos priežiūra ir socialinis darbas
- S. Meninė, pramoginė ir poilsio organizavimo veikla
- T. Kita aptarnavimo veikla
- U. Namų ūkių, samdančių darbininkus, veikla; namų ūkių veikla, susijusi su savoms reikmėms tenkinti skirtų nediferencijuojamų gaminių gamyba ir paslaugų teikimu
- V. Ekstrateritorinių organizacijų ir įstaigų veikla

3. Dalyvavusių darbuotojų skaičius: iš viso _____, iš jų:

3.1. pagal pareigas:

_____ darbuotojų
 _____ įmonės ar padalinio vadovų
 _____ profesinės sveikatos specialistų, darbuotojų saugos ir sveikatos specialistų ar
 žmogiškųjų išteklių specialistų

3.2. pagal lytį:

_____ vyrų
 _____ moterų

4. Darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo pokytis:

4.1. vidutinis balas: prieš veiklą įgyvendinimą: _____; po veiklą įgyvendinimo: _____

4.2. probleminės sritys (kuriose raštingumas pagerėjo mažiausiai):

5. Pateiktų rekomendacijų santrauka (iki 200 žodžių):

6. Veiklą vertinimo apibendrinimas (langeliuose įrašykite dalyvių, pasirinkusių atsakymo variantą, skaičių):

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
6.1. Mokymai / užsiėmimai suteikė naujų žinių					
6.2. Mokymai / užsiėmimai suteikė naudingų įgūdžių					
6.3. Įgytas žinias ir įgūdžius galėsiu pritaikyti savo darbo vietoje					
6.4. Įgytas žinias ir įgūdžius galėsiu pritaikyti asmeniniame gyvenime					
6.5. Veiklos padėjo pagerinti psichosocialinę aplinką mano darbe					
6.6. Veiklos buvo naudingos, nes dabar žinau būdus, kaip išvengti ar sumažinti stresą, įtampą darbe					
6.7. Veiklos buvo naudingos, nes pagerėjo mano darbingumas					
6.8. Veiklas vedęs psichologas buvo kompetentingas savo srities specialistas					
6.9. Veiklas vedęs profesinės					

sveikatos specialistas buvo kompetentingas savo srities specialistas					
6.10. Veiklą vykdančys specialistai teikė grįžtamąjį ryšį, siekiant aptarti įmonės psichosocialinio vertinimo rezultatus, išsiaiškinti pagrindines problemas ir galimus praktinius sprendimo būdus					

7. Įgyvendinant veiklą taikytos metodikos, įrankiai:

8. Veiklos vykdytojo kontaktinė informacija (*nurodyti vardą, pavardę, telefono numerį, el. pašto adresą*):

**(Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams veiklos suvestinės
ataskaitos forma)**

**PSICHIKOS SVEIKATOS KOMPETENCIJŲ DIDINIMO ĮMONIŲ DARBUOTOJAMS
VEIKLOS SUVESTINĖS ATASKAITA**

1. Visuomenės sveikatos biuro pavadinimas:

2. Ataskaitinis laikotarpis: nuo _____ iki _____

3. Per ataskaitinį laikotarpį veikla įgyvendinta įmonėse (*langeliuose įrašyti įmonių skaičiai*):

Darbuotojų skaičius Ekonominės veiklos rūšis	Iki 10	11–50	51–100	101–200	201 ir daugiau	Iš viso
A. Žemės ūkis, miškininkystė ir žuvininkystė						
B. Kasyba ir karjerų eksploatavimas						
C. Apdirbamoji gamyba						
D. Elektros, dujų, garo tiekimas ir oro kondicionavimas						
E. Vandens tiekimas, nuotekų valymas, atliekų tvarkymas ir regeneravimas						
F. Statyba						
G. Didmeninė ir mažmeninė prekyba; variklinių transporto priemonių ir motociklų remontas						
H. Transportas ir saugojimas						
I. Apgyvadinimo ir maitinimo paslaugų veikla						
J. Informacija ir ryšiai						
K. Finansinė ir draudimo veikla						
L. Nekilnojamojo						

turto operacijos						
M. Profesinė, mokslinė ir techninė veikla						
N. Administracinė ir aptarnavimo veikla						
O. Viešasis valdymas ir gynyba; privalomasis socialinis draudimas						
P. Švietimas						
R. Žmonių sveikatos priežiūra ir socialinis darbas						
S. Meninė, pramoginė ir poilsio organizavimo veikla						
T. Kita aptarnavimo veikla						
U. Namų ūkių, samdančių darbininkų, veikla; namų ūkių veikla, susijusi su savoms reikmėms tenkinti skirtų nediferencijuojamų gaminių gamyba ir paslaugų teikimu						
V. Ekstrateritorinių organizacijų ir įstaigų veikla						
Iš viso						

4. Per ataskaitinį laikotarpį veikloje dalyvavusių darbuotojų skaičius: iš viso _____, iš jų:

4.1. pagal pareigas:

_____ darbuotojų
 _____ įmonės ar padalinio vadovų
 _____ profesinės sveikatos specialistų, darbuotojų saugos ir sveikatos specialistų ar žmogiškųjų išteklių specialistų

4.2. pagal lytį:

_____ vyrų
 _____ moterų

5. Bendras darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo pokytis (*aprašyti tendenciją*):

6. Veiklos vertinimo apibendrinimas (*langeliuose įrašykite suminių veiklų dalyvių, pasirinkusių*

atsakymo variantą, skaičių):

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
6.1. Mokymai / užsiėmimai suteikė naujų žinių					
6.2. Mokymai / užsiėmimai suteikė naudingų įgūdžių					
6.3. Įgytas žinias ir įgūdžius galėsiu pritaikyti savo darbo vietoje					
6.4. Įgytas žinias ir įgūdžius galėsiu pritaikyti asmeniniame gyvenime					
6.5. Veiklos padėjo pagerinti psichosocialinę aplinką mano darbe					
6.6. Veiklos buvo naudingos, nes dabar žinau būdus, kaip išvengti ar sumažinti stresą, įtampą darbe					
6.7. Veiklos buvo naudingos, nes pagerėjo mano darbingumas					
6.8. Veiklas vedęs psichologas buvo kompetentingas savo srities specialistas					
6.9. Veiklas vedęs profesinės sveikatos specialistas buvo kompetentingas savo srities specialistas					
6.10. Veiklą vykdydantys specialistai teikė grįžtamąjį ryšį (siekiant aptarti įmonės psichosocialinio vertinimo rezultatus, išsiaiškinti pagrindines problemas ir galimus praktinius sprendimo būdus)					

7. Veiklos vykdytojai:

7.1. paslaugų teikėjų, su kuriais buvo sudarytos sutartys, skaičius: _____

7.2. visuomenės sveikatos biuro specialistų, kurie patys dalyvavo įgyvendinant veiklas, skaičius: _____

8. Įgyvendinant veiklą taikytos metodikos, įrankiai:

9. Taikytos veiklos viešinimo formos:

7. Informacija interneto svetainėje
8. Informacija socialiniuose tinkluose
9. Naujienlaiškiai, tiksliniai el. laiškai
10. Lankstinukai, skrajutės
11. Leidiniai, straipsniai

12. Kita _____

(Darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo įvertinimo klausimyno forma)

DARBUOTOJŲ PSICHIKOS SVEIKATOS RAŠTINGUMO ĮVERTINIMO KLAUSIMYNAS

Gerbiamasis dalyvi,

Šiuo klausimynu siekiama įvertinti Jūsų žinias apie psichikos sveikatą darbo vietoje.

Prie kiekvieno teiginio skalėje nuo 1 iki 10 pažymėkite geriausiai Jūsų žinias apibūdinantį balą, kai „1“ – turiu labai mažai žinių, „10“ – turiu labai daug žinių.

Apklausa yra anoniminė, vardo ir pavardės nurodyti nereikia. Duomenys bus naudojami tik veiklų vertinimo tikslais.

1. Žinau svarbiausius veiksnius, kurie kelia didžiausią stresą darbe	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Žinau bent 3 būdus, kaip stresas gali paveikti mano sveikatą	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Žinau daugiau nei 2 efektyvius būdus, kaip išvengti ir sumažinti stresą, įtampą darbe	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. Žinau, kaip atpažinti profesinį perdegimą ir kur kreiptis pagalbos	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. Žinau bent 3 profesinio perdegimo priežastis	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. Gebu atpažinti psichologinį smurtą, persekiojimą, žeminimą, ujimą darbe savo arba kolegos atžvilgiu	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Žinau mažiausiai 3 būdus, kaip išvengti psichologinio smurto darbe	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. Žinau, koks darbe optimalus darbo krūvis, darbo laiko trukmė ir tempas, siekiant išlaikyti gerą psichinę sveikatą	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. Aš žinau, psichologinio kapitalo sudedamąsias dalis	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10. Žinau, kas yra emocinė parama darbe, ir galiu padėti kolegai, kuriam šiuo metu tokios pagalbos reikia	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

11. Zinau bent 3 būdus, kurie man padeda stiprinti psichikos sveikatą darbe ir asmeniniame gyvenime

☐
1

☐
2

☐
3

☐
4

☐
5

☐
6

☐
7

☐
8

☐
9

☐
10

Dėkojame už užpildytą klausimyną.

PSIHIKOS SVEIKATOS RAŠTINGUMO DARBO VIETOJE KLAUSIMYNO REZULTATŲ VERTINIMO METODIKOS PAVYZDYS

Šis klausimynas skirtas darbuotojų psichikos sveikatos raštingumui darbo vietoje įvertinti, kuris apskaičiuojamas remiantis darbuotojų atsakymais. Atsakymų balai svyruoja nuo 1 (turiu labai mažai žinių) iki 10 (turiu labai daug žinių).

Rezultatams analizuoti naudojami dviejų apklausų duomenys (viena, atlikta prieš pradedant psichikos sveikatos kompetencijų didinimo intervenciją (toliau – intervencija), ir kita – intervencijai pasibaigus). Duomenys naudojami įvertinti intervencijos veiksmingumą kiekvienoje įmonėje atskirai.

I etapas. Apklausus dalyvius prieš intervenciją, įvertinamas individualus ir bendras veiklos dalyvių rezultatas (proc.).

Vertinant individualų veiklos dalyvio rezultatą, įvedami visų anketos 11 klausimų balai, išvedamas jų vidurkis (proc.). Pavyzdys:

Klausimo Nr.	Balai
1.	5
2.	4
3.	4
4.	3
5.	2
6.	3
7.	4
8.	2
9.	3
10.	2
11.	1
Vidurkis 3	

Gautas balas išreiškiamas procentais: **Procentai (proc.)** = $X \times 100 : 10$ (X – balų vidurkis), šiuo atveju: $3 \times 100 : 10 = 30$ (proc.)

Norint apskaičiuoti bendrą darbuotojų rezultatą, sudedami visų veiklos dalyvių anketų balai ir išvedamas vidurkis, kuris išreiškiamas procentais.

II etapas. Pakartotinai apklausus veiklos dalyvius po intervencijos, įvertinamas individualus ir bendras veiklos dalyvių rezultatas (proc.).

Atliekami tokie pat veiksmai kaip ir I etape. Vertinant individualų veiklos dalyvio rezultatą, įvedami visų anketos 11 klausimų balai, išvedamas jų vidurkis (proc.). Pavyzdys:

Klausimo Nr.	Balai
--------------	-------

1.	7
2.	6
3.	8
4.	10
5.	6
6.	6
7.	7
8.	8
9.	5
10.	6
11.	8
Vidurkis 7	

Gautas balas išreiškiamas procentais: **Procentai (proc.)** = $X \times 100 : 10$ (X – balų vidurkis), šiuo atveju: $7 \times 100 : 10 = 70$ (**proc.**)

Norint apskaičiuoti bendrą darbuotojų rezultatą, sudedami visų veiklos dalyvių anketų balai ir išvedamas vidurkis, kuris išreiškiamas procentais.

III etapas. Apskaičiuojamas individualus ir bendras rezultatų pokytis (proc. punktais)

Siekiant apskaičiuoti individualų veiklos dalyvio rezultato pokytį, reikalingi I ir II etapo rezultatai.

Pavyzdys:

$X_2 - X_1 =$ pokytis (proc. punktais),

čia X_2 yra II etapo rezultatas (proc.);

X_1 yra I etapo rezultatas (proc.).

Šiuo atveju: $70 \text{ (proc.)} - 30 \text{ (proc.)} = 40 \text{ (proc.)}$, vadinasi, veiklos dalyvio rezultatas po intervencijos padidėjo 40 (proc. punktų).

Norint apskaičiuoti bendrą darbuotojų rezultatų pokytį, visa tai apskaičiuojama su bendrais I ir II etapo veiklos dalyvių rezultatais.
