




6.17.10.4. Psychická zátěž

<http://www.guard7.cz/nabidka/lexikon-bozp/kategorizace-praci/psychicka-zatez>

Dle Vyhlášky č. 432/2003 Sb. zařazujeme do 3 kategorií. Podmínky ochrany zdraví při práci s psychickou zátěží stanovuje Nařízení vlády č. 361/2007 Sb.

Prací s psychickou zátěží se rozumí práce:

- spojená s monotonií ,
- ve vnuceném pracovním tempu ,
- v třisměnném nebo nepřetržitém pracovním procesu,
- vykonávaná pouze v noční době .

Kategorie druhá


Do druhé kategorie se zařazuje práce vykonávaná po dobu delší než 4 hodiny za směnu,

- ve vnuceném pracovním tempu,
- spojená s monotonií, nebo
- vykonávaná v třisměnném a nepřetržitém pracovním režimu.

Kategorie třetí

Do třetí kategorie se zařazuje práce vykonávaná po dobu delší než 4 hodiny za směnu,

- při níž je osoba zároveň souběžně exponována všem faktorům uvedených pro druhou kategorii, nebo
- pouze v noční směně.

 Hodnocení zdravotního rizika

 Minimální opatření k ochraně při práci

Prací spojenou s monotonií se rozumí práce, při níž je charakteristické opakování stejných pohybových nebo úkolových úkonů s omezenou možností zásahu zaměstnance do jejich průběhu. Monotonie se člení na:

- pohybovou, kterou se rozumí taková činnost, při které se opakují jednoduché pohybové manuální úkony stejného typu,
- úkolovou, kterou se rozumí taková činnost, při které se vyskytuje nízký počet a malá proměnlivost úkolů.

Prací ve vnuceném pracovním tempu se rozumí práce, při níž si zaměstnanec nemůže volit její tempo sám a musí se podřídit rytmu strojového mechanismu, úkolu nebo rytmu jiného zaměstnance.

Za práci v noční době se považuje práce vykonávaná po dobu alespoň 3 hodin mezi 22. a 6. hodinou.

Délka směny zaměstnance pracujícího v noci nesmí překročit 8 hodin v rámci 24 hodin po sobě jdoucích. Není-li to z provozních důvodů možné, je zaměstnavatel povinen rozvrhnout stanovenou týdenní pracovní dobu tak, aby průměrná délka směny nepřekročila 8 hodin v období nejdéle 26 týdnů po sobě jdoucích.

Při hodnocení zdravotního rizika psychické zátěže se zjišťuje zdroj jejího vzniku a hodnotí se ostatní okolnosti a vlivy, které vedou k jejímu vzniku.

- prioritní je, je-li to možné, snížit zátěž technickými úpravami pracovních prostředků, pracovišť či pracovních metod,
- ergonomická úprava pracovního místa,
- dobrá organizace práce – zejména jde o zlepšení způsobu

činnosti pracovníků např. střídáním různých činností a rotací pracovníků,

- režim práce a odpočinku – zařazování vhodných oddechových přestávek, které mohou zamezit nárůstu únavy a poklesu pracovní výkonnosti, vhodná rotace směn,
- omezení přesčasové práce a práce v dlouhých směnách,
- zvýšení počtu pracovníků v případě, že není možné jiným způsobem nepřiměřené zátěži zabránit,
- výběr pracovníků na exponovaná pracovní místa podle psychologických kritérií,
- zvýšená lékařská péče o pracující,
- dostatečný zácvik nových pracovníků nebo při zařazování nových úkolů,
- vzájemná poskytování informací mezi zaměstnavatelem a zaměstnancem,
- práce spojené s monotonií, jakož i práce ve vnuceném pracovním tempu, musí být k omezení jejich nepříznivého vlivu na zdraví přerušovány bezpečnostními přestávkami v trvání 5 až 10 minut po každých 2 hodinách od započetí výkonu práce nebo musí být zajištěno střídání činností nebo zaměstnanců.