

# Psichosocialiniai veiksniai darbe

## KUR KREIPTIS PAGALBOS?

Psichosocialiniai veiksniai darbo vietoje:

- neužtikrintumas dėl darbo vietos;
- užimtumo garantijų nebuvimas;
- didelis darbo krūvis ir intensyvus darbas;
- emocinis krūvis;
- savarankiškumo stoka;
- prasti socialiniai santykiai;
- netinkamas vadovavimas;
- kiti veiksniai, susiję su tuo, kaip darbas planuojamas, organizuojamas ir administruojamas;
- ekonominės ir socialinės darbo aplinkybės.

Kaip save apsaugoti?

-PAPRAŠYTI

- suteikti daugiau galimybių planuoti darbą;
- leisti dalyvauti priimant sprendimus, susijusius su Jūsų darbo sritimi;
- apmokymų, jei manote, kad Jums to reikia.

-PASIKALBĖTI su vadovu ar kitu galinčiu padėti asmeniu jeigu:

- manote, kad prie Jūsų priekabijama ir registruoti, kas atsitiko;
- neaišku, ką Jums pavesta atlikti;
- pradodate jausti, kad nebegalite susidoroti su darbu.



Darbe patyrus bauginimą, smurtą, stresą ar kitus psichosocialinius veiksnius, kreipkitės į:

psichologę Loretą Kovieriene 238 kab. (B korpusas) arba el. paštu:  
[loreta.kovieriene@gilijosmokykla.lt](mailto:loreta.kovieriene@gilijosmokykla.lt)