



Vítáme Vás!

Duševní zdraví? Špatné duševní zdraví má dopad na nás na všechny. Každý čtvrtý člověk může očekávat, že bude mít během života problém s duševním zdravím. Zranitelnost vůči psychosociálnímu stresu, vyhoření a další problémy s duševním zdravím se s postupnou změnou povahy práce v Evropě stávají stále složitějšími. Pracoviště poskytuje důležité prostředí pro předcházení duševním problémům a pro podporu duševního zdraví. Podpora duševního zdraví? Podpora duševního zdraví zahrnuje všechny typy strategií zaměřených na dosažení pozitivního dopadu na duševní zdraví. Programy podpory duševního zdraví mohou obsahovat podpůrné, preventivní, udržovací a rehabilitační zásahy. Zásahy v oblasti duševního zdraví by měly zahrnovat činnosti pro snížení či eliminaci stresových faktorů v zaměstnání a měly by vytvářet takové podmínky individuální, sociální i podmínky prostředí, které umožňují dosahovat optimálního celkového psychologického rozvoje. Dotazník podpory duševního zdraví? Vyplňte Dotazník podpory duševního zdraví! Zjistíte tak, zda vaše společnost či organizace může zlepšit podporu duševního zdraví v práci. Posouzení kvality opatření pro podporu duševního zdraví ve vaší společnosti či organizaci vám bude trvat 15 minut. Každá otázka vyžaduje odpověď ANO nebo NE. Po vyplnění Dotazníku podpory duševního zdraví ve vaší společnosti obdržíte odpověď e-mailem, která bude obsahovat souhrn doporučení a praktických rad a možné náměty, jak stimulovat a zlepšovat podporu duševního zdraví ve vaší organizaci. Údaje, které zadáte, budou považovány za důvěrné a využity Národním kontaktním centrem pouze v této či v souvisejících kampaních.

Dotazník mentálního zdraví

Strana 1 z 11



Detaily o organizaci

Společnost nebo organizace

Jméno

Pozice

Adresa

E-mail

Telefonní číslo

Počet zaměstnanců

Sektor (NACE)

A Zemědělství

B Těžba a dobývání

C Výroba

D Dodávání elektřiny, plynu, páry a klimatizovaného vzduchu

E Zásobování vodou; činnosti související s odpadními vodami, odpady a sanacemi

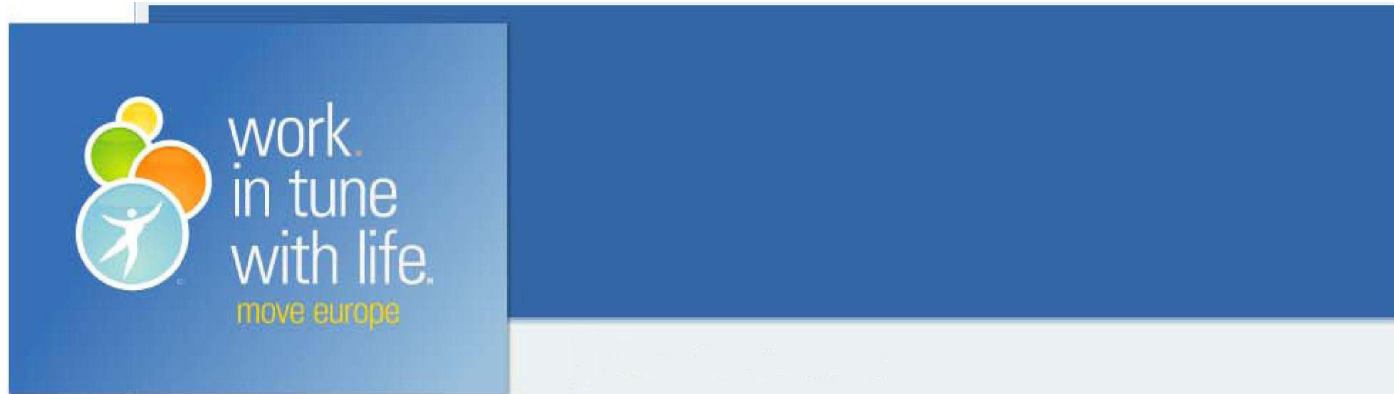
F Stavebnictví

G Velkoobchod a maloobchod; opravy motorových vozidel a motocyklů

H Doprava a skladování

I Ubytovací a pohostinské služby
J Informace a komunikace
K Finanční činnosti a pojišťovnictví
L Činnosti v oblasti nemovitostí
M Odborné, vědecké a technické činnosti
N Činnosti administrativních a podpůrných služeb
O Veřejná správa a obrana; povinné sociální zabezpečení
P Školství
Q Činnosti zdravotní a sociální péče
R Kulturní, zábavní a rekreační činnosti
S Jiné služby
T Činnosti domácností jako zaměstnavatelů; výrobky a služby blíže neurčené, produkované domácnostmi pro vlastní potřebu
U Činnosti extrateritoriálních organizací a orgánů

Strana 2 z 11



1. Podnikové zásady a kultura

1. Je zdraví zaměstnanců (pohoda v práci, duševní zdraví, zdravý životní styl / zdravé chování atd.) součástí programového prohlášení organizace nebo písemných hodnot a zásad?

ANO

NE

2. Je zdraví součástí strategií, systémů a procesů vaší organizace? (např. v případě nákupu nového vybavení, nového strojního zařízení či nastavení nových pracovních procesů jsou zvažovány zdravotní a bezpečnostní aspekty atd.)

ANO

NE

3. Má vaše organizace zdravotní zásady?

ANO

NE

Pokud ano:

4. Mají tyto zásady podobu písemného dokumentu?

ANO

NE

5. Jsou zaměstnanci informováni o zdravotních zásadách? (např. pomocí intranetu, informační schůzky atd.)

ANO

NE

6. Je problematika duševního zdraví součástí všeobecných zdravotních zásad?

ANO

NE

7. Definovala vaše organizace specifické cíle v oblasti podpory duševního zdraví? (např. méně případů násilí a šikanování, méně absencí z důvodu nemoci, uspokojení z práce, pozitivní vnímání zdraví atd.)

ANO

NE

8. Přistupuje se ve vaší organizaci k podpoře duševního zdraví důsledně? (nejenže podnikáte kroky ke snížení či eliminaci psychosociálních rizik na pracovišti, ale také vytváříte příznivé prostředí, které zlepšuje duševní zdraví pracovníků obecně)

ANO

NE

9. Mají zaměstnanci příležitost účastnit se přípravy iniciativ v oblasti duševního zdraví?

ANO

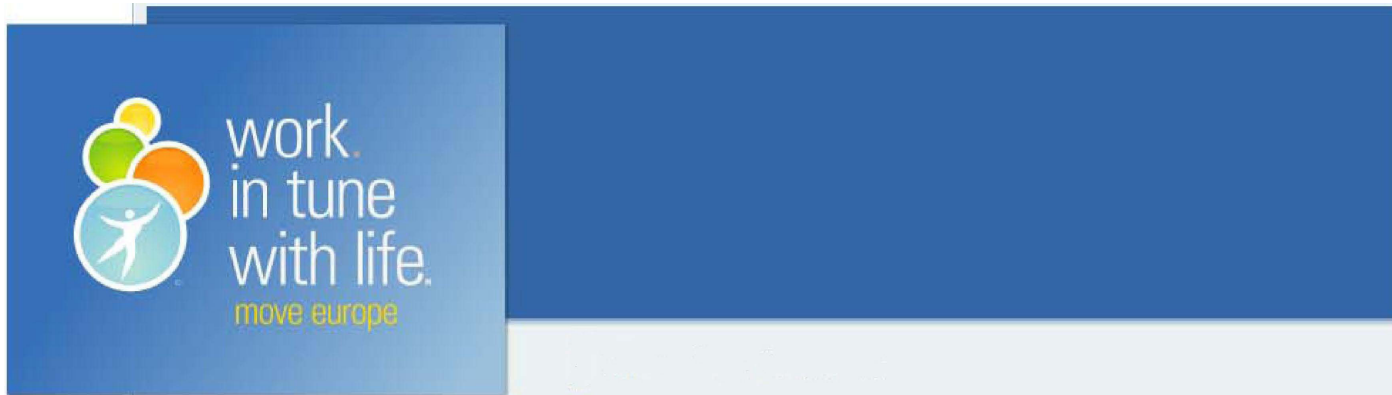
NE

10. Je do iniciativ k podpoře duševního zdraví zapojen management a poskytuje aktivní podporu?

ANO

NE

Strana 3 z 11



2. Příprava a zajištění

11. Existuje speciální pracovní skupina pro iniciativy související s podporou duševního zdraví?

ANO

NE

Pokud ano:

12. Jsou zaměstnanci zastoupeni v této pracovní skupině?

ANO

NE

13. Probíhá spolupráce s ostatními pracovními skupinami zabývajícími se podporou zdraví na pracovišti? (například: v oblasti stravy, kouření, fyzického cvičení)

ANO

NE

14. Mají členové pracovní skupiny možnost výcviku v podpoře duševního zdraví?

ANO

NE

Pokud ne:

15. Je duševní zdraví součástí agendy jiných pracovních skupin? (například: tým, který pracuje v oblasti duševní pohody či bezpečnosti a zdraví při práci)

ANO

NE

16. Jsou zaměstnanci zastoupeni v této pracovní skupině?

ANO

NE

17. Je určen koordinátor iniciativ souvisejících s podporou duševního zdraví? (v malých a středních firmách to může být sám zaměstnavatel)

ANO

NE

Pokud ano:

18. Byl takový koordinátor vyškolen v problematice duševního zdraví?

ANO

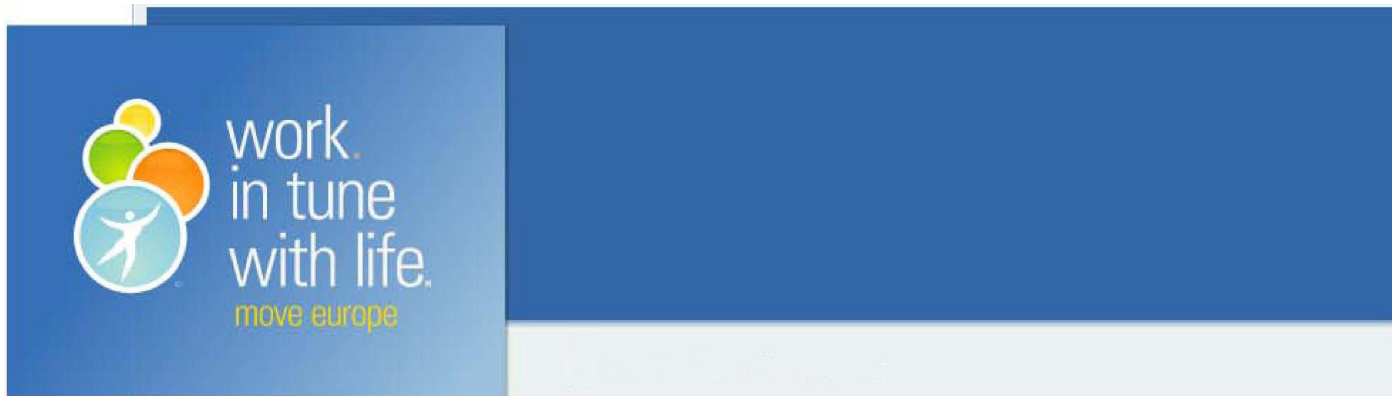
NE

19. Jsou k dispozici dostatečné finance (rozpočet) nebo materiální zdroje (infrastruktura atd.) pro rozvoj iniciativ pro podporu duševního zdraví?

ANO

NE

Strana 4 z 11



3. Realizace

20. Má vaše organizace speciální akční program pro podporu duševního zdraví?

ANO

NE

Pokud ano:

21. Jsou do přípravy a realizace zapojeni sami pracovníci?

ANO

NE

22. Vycházejí iniciativy pro podporu duševního zdraví definované v programu ze stávajících pokynů a/nebo příkladů dobré praxe?

ANO

NE

Pokud ne:

23. Je podpora duševního zdraví součástí akčního plánu/programu pro podporu zdraví na pracovišti nebo pro podporu bezpečnosti a zdraví při práci?

ANO

NE



3.1 Posouzení potřeb

24. Analyzuje vaše organizace pravidelně rizikové faktory působící na duševní zdraví? (v rámci všeobecného posuzování rizik nebo specifického posuzování v oblasti psychologických aspektů / duševního zdraví; posouzení mohou provádět – úplně nebo částečně – také externí odborníci)

ANO

NE

Pokud ano, obsahuje taková analýza...

25. organizační a sociální faktory (například: společenské klima, konfliktní role, očekávaná práce bez ohledu na pracovní dobu, komunikace, poskytování sociální podpory od kolegů a managementu atd.)

ANO

NE

26. pracovní specifické faktory (například: nejasný popis pracovní náplně, nebezpečné pracovní podmínky, přetížení prací, obsah pracovní náplně, tempo práce atd.)

ANO

NE

27. individuální faktory (například: životní styl / postoje)

ANO

NE

28. Existuje systém pro detekci včasných příznaků potíží? (například: na základě výsledků lékařských vyšetření, dotazníku zabývajícího se duševním zdravím, individuálního preventivního vyšetření atd.)

ANO

NE

29. Analyzuje vaše organizace údaje, jako je procento pracovních neschopností, aby identifikovala případné problémy s duševním zdravím?

ANO

NE



3.2 Organizační opatření: prevence problémů s duševním zdravím

30. Byla přijata opatření pro změnu pracovního zatížení tam, kde je to možné? (týká se lhůt, rychlosti práce, množství práce atd.)

ANO

NE

31. Byla přijata opatření pro zvýšení možnosti vlastního rozhodování zaměstnanců tam, kde je to možné? (např. pružná pracovní doba, pružné přestávky, spoluúčasť při rozhodování atd.)

ANO

NE

32. Přijala vaše organizace opatření, která činí práci podnětější a přispívají k vzdělávání? (příležitosti učit se, seznámit se s novými poznatky a požadavky)

ANO

NE

33. Byla přijata opatření řešící monotonní pracovní náplň tam, kde je to možné? (např. střídání pracovních činností, obohacení pracovní činnosti, rozšíření pracovních činností)

ANO

NE

34. Přijala vaše organizace opatření zajišťující adekvátní odměňování úsilí zaměstnanců? (pokud jde o mzdu, kariérní perspektivu a osobní uznání)

ANO

NE

35. Podporuje vaše organizace u pracovníků zdravý životní styl? (například: propagace fyzického cvičení, poskytnutí fitness tělocvičny atd.)

ANO

NE

36. Realizuje vaše organizace iniciativy pro zlepšení rovnováhy mezi prací a soukromým životem?

ANO

NE

37. Napomáhá vaše organizace tomu, aby se pracovní atmosféra vyznačovala důvěrou? (například: manažeři jsou při svém jednání se zaměstnanci poctiví, jsou přístupní, otevření atd.)

ANO

NE

38. Stimuluje organizace vzájemnou sociální podporu mezi zaměstnanci a sociální podporu mezi zaměstnanci a manažery? (například: poskytování zpětné informace ohledně práce, poskytování pomoci novým pracovníkům, nabídka podpory v době organizačních změn atd.)

ANO

NE

39. Přijala vaše organizace opatření pro eliminaci násilí na pracovišti? (může docházet k násilí mezi kolegy nebo mezi pracovníky a třetími osobami)

ANO

NE

40. Přijala vaše organizace opatření pro eliminaci či snížení bezpečnostních rizik? (například: eliminace či snížení chemického a fyzického nebezpečí, nebezpečí fyzického zatížení)

ANO

NE

41. Obsahují popisy pracovní náplně jasně a dobře definované povinnosti?

ANO

NE

42. Mají zaměstnanci přístup k informacím, které potřebují pro plnění své práce?

ANO

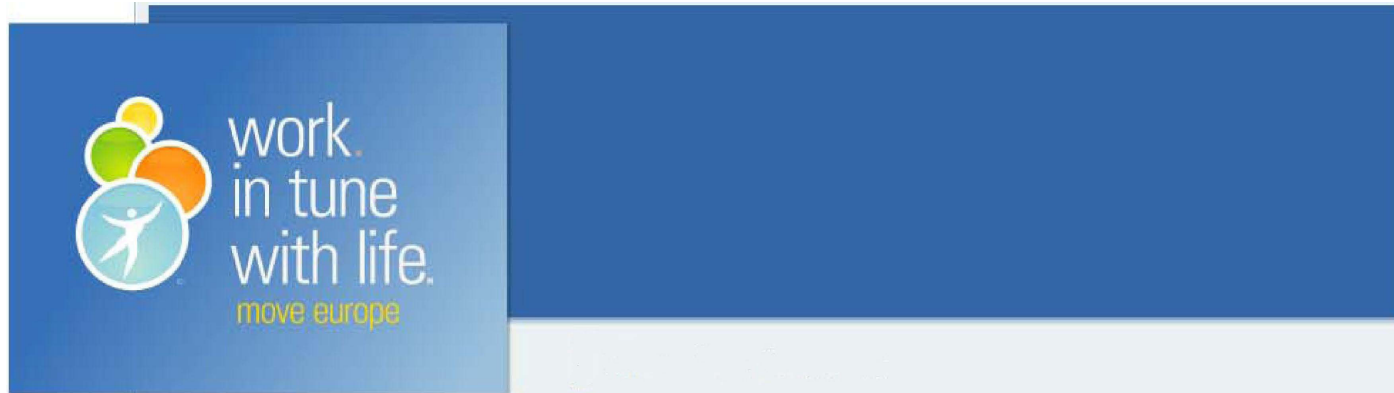
NE

43. Mají zaměstnanci příležitost účastnit se pracovních konzultací? (například: schůzek, kde se přijímají rozhodnutí, schůzek pracovních týmů atd.)

ANO

NE

Strana 7 z 11



3.3 Organizační opatření: řešení problémů s duševním zdravím

44. Jsou zavedeny spravedlivé postupy najímání nových pracovníků, a to pro všechny žadatele, včetně těch, kteří mají problémy či poruchy v oblasti duševního zdraví?

ANO

NE

45. Obsahují zásady týkající se absencí z důvodu nemoci specifický přístup a opatření pro zaměstnance s problémy s duševním zdravím?

ANO

NE

46. Vytvořila vaše organizace systém zajišťující diskrétní řešení otázek z oblasti duševního zdraví? (např. přítomnost osoby, kterou mohou zaměstnanci v případě problémů s duševním zdravím oslovit bez rizika porušení důvěrnosti; místnost, kde mohou hovořit v soukromí, atd.)

ANO

NE

47. Jsou v případě potřeby zvažována opatření uzpůsobující pracoviště pro pracovníky s problémy s duševním zdravím?

ANO

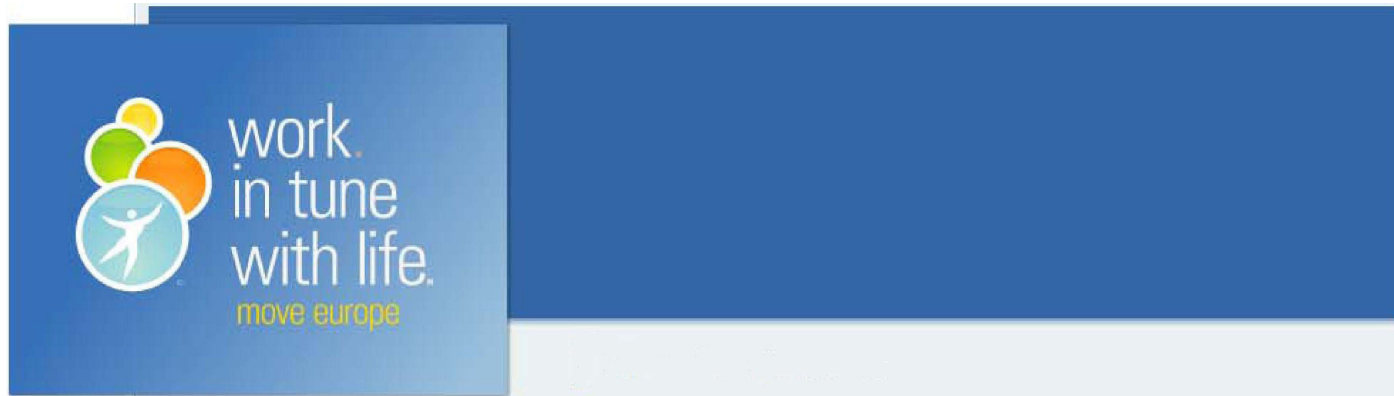
NE

48. Jsou v případě potřeby zvažována opatření uzpůsobující pracovní náplň pro pracovníky s problémy s duševním zdravím?

ANO

NE

Strana 8 z 11



3.4 Podpora zaměstnanců s problémy s duševním zdravím

49. Existuje v organizaci osoba, na kterou se mohou zaměstnanci v souvislosti s duševními problémy obrátit?

ANO

NE

50. Poskytuje organizace individuální poradenství (interní nebo externí) pro pracovníky s problémy s duševním zdravím?

ANO

NE

51. Poskytuje vaše pracoviště informace pracovníkům s problémy s duševním zdravím, na které externí organizace se mohou se svými problémy obrátit?

ANO

NE

52. Sleduje vaše organizace zaměstnance, kteří mají problémy s duševním zdravím, a zůstává s nimi v kontaktu?

ANO

NE

53. Vede organizace pohovory s pracovníky s problémy s duševním zdravím v době jejich návratu do práce?

ANO

NE

Strana 9 z 11

3.5 Výcvik, vzdělávání a informace

54. Jsou manažeři školeni ohledně podpory duševního zdraví?

ANO

NE

Pokud ano:

55. Jsou manažeři školeni, aby znali důležitost správného stylu vedení?

ANO

NE

56. Jsou manažeři školeni, aby rozpoznali rizikové faktory související s problémy s duševním zdravím?

ANO

NE

57. - Jsou manažeři školeni, aby znali opatření umožňující předcházet problémům s duševním zdravím?

ANO

NE

58. Jsou manažeři školeni, aby rozpoznávali časné příznaky potíží?

ANO

NE

59. Jsou manažeři školeni, aby věděli, jak reagovat na zaměstnance s problémy s duševním zdravím?

ANO

NE

60. Jsou zaměstnanci školeni ohledně podpory duševního zdraví?

ANO

NE

61. Poskytuje vaše organizace informace o iniciativách pro podporu duševního zdraví všem pracovníkům?

ANO

NE



4. Hodnocení

62. Hodnotíte iniciativy v oblasti duševního zdraví?

ANO

NE

Pokud ano:

63. Vychází toto hodnocení z pravidelného sledování výkonu ve srovnání s cíli stanovenými v zásadách podniku pro oblast duševního zdraví?

ANO

NE

64. Jsou na základě sledování jejich výsledků programy podpory duševního zdraví neustále zlepšovány?

ANO

NE

65. Jsou do hodnocení zapojeni zaměstnanci?

ANO

NE

Děkujeme za vyplnění dotazníku!