

## Què són els riscos psicosocials?

Els riscos psicosocials són aquells factors derivats de l'ambient i/o l'organització del treball que poden provocar a la persona **problemes psicofisiològics**.

Exemples d'aquests problemes són:

- Estrès
- Síndrome de “estar cremat” (Burnout)
- Assetjament laboral (Mobbing)
- Ansietat, depressió
- Cardiopatia
- Insomni

**La llei de Prevenció de Riscos Laborals obliga a totes les empreses a identificar i avaluar els riscos d'origen psicosocial, per adoptar, posteriorment, les mesures preventives adients.**



## Què no és l'avaluació de riscos psicosocials?

**No s'avalua a l'individu**, sinó l'exposició a factors de risc psicosocial del col·lectiu de treballadors/es. Per això les respostes a l'enquesta informàtica **són anònimes i totalment confidencials**.

Les dades agregades són avaluades pel Grup de Treball.

La teva col·laboració és imprescindible pel canvi.

**Els riscos psicosocials existeixen, ajudan's a fer-los visibles**



## Quin és l'objectiu de l'estudi?

Determinar els factors de risc psicosocial presents en els treballadors de la Universitat de Girona.

Planificar l'activitat preventiva que inclogui les **mesures correctores** pertinents.

Per exemple:

- Fomentar la claredat i la transparència organitzativa
- Planificar la promoció
- Canviar la cultura per gestionar el personal de forma saludable
- Possibilitar l'ajustament entre els recursos i les exigències creixents de qualitat de la docència i la recerca
- Facilitar la compatibilitat de la vida familiar i laboral
- Fomentar la socialització entre els treballadors
- Incrementar les oportunitats per a l'aprenentatge i el desenvolupament de noves habilitats
- Promocionar l'autonomia
- Garantir el respecte i el tracte just a les persones

## PSQCAT 21 versió 2

El mètode PSQCAT 21 versió 2....

Ha estat seleccionat per l'Oficina de Salut Laboral de la Universitat de Girona i aprovat pel Comitè de Seguretat i Salut Laboral.

Avalua els següents factors psicosocials:

- Les exigències psicològiques del treball
- La doble presència domèstic-familiar
- El control i autonomia sobre el treball
- El suport social i la qualitat de lideratge
- Les compensacions derivades del treball

### SOL·LICITUD D'INFORMACIÓ PSICOSOCIAL AL GRUP DE TREBALL

En qualsevol moment hom pot sol·licitar informació al Grup de Treball que està realitzant l'Avaluació dels Riscos Psicosocials, adreçant-se al telèfon 972 419 803 o enviant un mail a l'adreça [osl@udg.edu](mailto:osl@udg.edu)

Més informació a:

<https://www.udg.edu/serveis/Serveisgenerals/SalutLaboral/tabid/5213/language/ca-ES/Default.aspx>

Codi QR



*“Per la millora del benestar en el treball”*

