

## Návrh

### VYHLÁŠKA Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky

zo ..... 2023

#### **o podrobnostiach o ochrane zdravia pred psychickou pracovnou záťažou**

Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky podľa § 62 ods. 1 písm. x) zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov ustanovuje:

#### **§ 1 Predmet úpravy**

Táto vyhláška ustanovuje

- a) požiadavky na posúdenie psychickej pracovnej záťaže,
- b) kritérium zvýšenej psychickej pracovnej záťaže,
- c) posúdenie zdravotného rizika,
- d) opatrenia, ktoré vylúčia alebo znížia na najnižšiu možnú a dosiahnuteľnú mieru zvýšenú psychickú pracovnú záťaž.

#### **§ 2 Základné pojmy**

Na účely tejto vyhlášky v oblasti psychickej pracovnej záťaže

- a) psychická pracovná záťaž je faktor, ktorý predstavuje súhrn všetkých hodnotiteľných vplyvov práce, pracovných podmienok a pracovného prostredia pôsobiacich na kognitívne, senzorické a emocionálne procesy človeka, ktoré ho ovplyvňujú a vyvolávajú stavy zvýšeného psychického napätia a zaťaženia psychofyzologických funkcií,
- b) psychická záťaž je faktor pôsobiaci zaťažujúco na organizmus a vyžadujúci psychickú aktivitu, psychické spracovávanie a vyrovnávanie sa s požiadavkami a vplyvmi životného prostredia, pričom
  1. prostredím sa rozumie všetko, čo človeka obklopuje, vrátane pracovného prostredia, spoločenských väzieb, udalostí a požiadaviek na správanie,
  2. nároky prostredia aj práce sú väčšie ako psychická zdatnosť jednotlivca, jeho pracovná potencia,
  3. rozlišujú sa tri formy psychickej záťaže: senzorická, mentálna a emocionálna,
- c) senzorická záťaž vyplýva z požiadaviek na činnosť periférnych zmyslových orgánov a im zodpovedajúcich štruktúr centrálného nervového systému,
- d) mentálna záťaž vyplýva z požiadaviek na spracúvanie informácií kladúcich nároky na psychické funkcie a psychické procesy, ktorými sú pozornosť, predstavivosť, pamäť, myslenie a rozhodovanie,
- e) emocionálna záťaž vyplýva z požiadaviek vyvolávajúcich afektívnu odozvu,
- f) psychosociálna záťaž je faktor pôsobiaci zaťažujúco na organizmus a vyžadujúci psychickú aktivitu, psychické spracúvanie a vyrovnávanie sa s

požiadavkami a vplyvmi životného prostredia, ktoré vyplývajú najmä zo sociálnych procesov a spoločenských väzieb, z interakcií medzi jednotlivcami v skupine a v dave a podobne,

- g) pracovné podmienky predstavujú súhrn faktorov priamo alebo nepriamo pôsobiacich na zdravie a pracovnú výkonnosť človeka, priamo alebo nepriamo podmieňujúcich priebeh a výsledky pracovného procesu; sú ovplyvňované režimom práce, odpočinkom a stavom pracovného prostredia,
- h) pracovné prostredie je súbor priestorových, materiálnych, fyzikálnych, chemických, mikroklimatických, fyziologických, psychologických, sociálnych a iných podmienok, v ktorých sa realizuje pracovný proces a ktoré ovplyvňujú výsledky výroby, resp. práce, motiváciu, výkon, psychiku, bezpečnosť a zdravie zamestnancov; neštandardné pracovné prostredie je napríklad na pracovisku bez denného osvetlenia, pri práci v podzemí, vo výškach, pod vodou a podobne,
- i) práca vo vnútenom pracovnom tempe je taký spôsob práce, pri ktorom si zamestnanec nemôže voliť pracovné tempo a jeho činnosť je podriadená rytmu pracovného procesu, technologického procesu alebo rytmu iných osôb,
- j) monotónna práca je práca spojená s trvalo sa opakujúcimi rovnakými úkonmi v trvaní viac ako polovicu pracovnej zmeny s obmedzenou možnosťou zásahu zamestnanca do priebehu tejto činnosti, pričom
  1. pohybová alebo úkonová monotónnosť je stereotypná manuálna činnosť s vysokým výskytom rovnakých pracovných úkonov alebo operácií,
  2. výkonová monotónnosť je činnosť s prevahou perцепčných zložiek a s malou účasťou myšlienkových či rozhodovacích procesov,
- k) operácia je časovo súvislá a pracovne vymedzená časť pracovného procesu pridelená zamestnancovi ako samostatná pracovná úloha, pričom
  1. operácie rôzneho druhu sa líšia svojím základným obsahom, vyžadujú používanie rôznych zariadení, nástrojov či pomôcok,
  2. operácie rovnakého druhu sú také, ktorých výsledkom je iba zmena vlastností pracovného predmetu, napr. tvaru, rozmeru alebo druhu materiálu,
- l) úkon je samostatná časť v pracovnej operácii, ktorá predstavuje jednoduchú súvislú pohybovú činnosť rovnakého typu a účelového zamerania,
- m) práca pod časovým tlakom je práca vo vysokom pracovnom tempe s obmedzenými možnosťami prestávok a odpočinku, resp. práca spojená s plnením termínovaných úloh pod časovým tlakom, spojená s preťažením kapacity spracovania informácií, čo je príčinou rýchleho nástupu únavy,
- n) vplyvy narúšajúce sústredenie sú vplyvy, ktoré narúšajú nutné sústredenie pri práci a vedú k zvýšenému úsiliu pri koncentrácii alebo k častému prerušovaniu práce na úlohách, napr. hluk na pracovisku, vyrušovanie, časté zvonenie telefónu a iné,
- o) sociálna interakcia je vzájomná súčinnosť, vzájomné ovplyvňovanie sa, vzájomné slovné aj mimoslovné dorozumievanie sa alebo vzájomné pôsobenie rečou, správaním a konaním medzi dvoma alebo viacerými jednotlivcami, alebo medzi skupinami; je determinovaná kvalitou medziľudských vzťahov a komunikácie a môže byť závažným stresogénnym činiteľom,
- p) zodpovednosť je uvedomelý postoj k spoločenským hodnotám, povinnostiam, záväzkom a činnostiam, charakterizuje ju zložitosť rozhodovania, miera určitosti (istoty) v rozhodovacích situáciách a miera osobných rizík; ako vlastnosť osobnosti sa prejavuje v práci opatrnosťou a svedomitosťou pri plnení povinností a dôslednosťou pri zabezpečovaní pridelených úloh či zverených hodnôt,

- q) riziko ohrozenia života a zdravia vlastného alebo iných osôb pri práci je vyššia pravdepodobnosť výskytu nepriaznivého variantu konečného efektu konania jednotlivca v dôsledku účinku rizikového faktora a môže sa vyjadriť pomerom všetkých možných prípadov (udalostí) a neúspešných (nepriaznivých) udalostí; v pracovnom procese pôsobí ako záťažový faktor vyžadujúci vysokú mieru odborných znalostí, pracovnú disciplínu, dodržovanie zásad bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, nevyhnutné sústredenie, starostlivosť, nevyhnutnú mieru uvedomovania si rizika a sebakontrolované vykonávanie činnosti,
- r) fyzická nepohoda je na účely tejto vyhlášky pocit fyzického obmedzenia a záťaže pri práci, ktoré sťažujú pracovný výkon, môže byť spôsobená fyzickou námahou, hypokinézou, nevhodnou pracovnou polohou, nepriaznivými mikroklimatickými podmienkami alebo osobnými ochrannými pracovnými prostriedkami, ktoré obmedzujú pohyb, dýchanie, termoreguláciu, videnie alebo sluch.

### § 3

#### Posúdenie psychickej pracovnej záťaže

(1) Pred posúdením psychickej pracovnej záťaže treba zhromaždiť všetky dostupné informácie o pracovnej činnosti a o pracovisku.

(2) Psychická pracovná záťaž sa posudzuje nepriamo prostredníctvom charakteristík práce a pracovného prostredia z hľadiska psychickej pracovnej záťaže.

(3) Charakteristiky práce a pracovného prostredia hodnotené z hľadiska psychickej pracovnej záťaže sú

- a) nárazová práca alebo práca pod časovým tlakom,
- b) vnútené pracovné tempo,
- c) monotónnosť práce,
- d) hluk alebo iné vplyvy narúšajúce sústredenie pri prácach skupiny I a II,<sup>1)</sup>
- e) sociálne interakcie,
- f) hmotná a organizačná zodpovednosť,
- g) riziko ohrozenia života a zdravia vlastného alebo iných osôb,
- h) práca na zmeny, práca nadčas alebo nočná práca,
- i) neštandardné pracovné prostredie,<sup>2)</sup>
- j) fyzická nepohoda.

(4) Pri posudzovaní psychickej pracovnej záťaže sa prihliada aj na senzorickú záťaž pri práci a na ďalšie charakteristiky práce a pracovného prostredia, ktoré môžu zvyšovať psychickú pracovnú záťaž.

---

<sup>1)</sup> Tabuľka č. 1 prílohy č. 2 k nariadeniu vlády Slovenskej republiky č. 115/2006 Z. z. o minimálnych zdravotných a bezpečnostných požiadavkách na ochranu zamestnancov pred rizikami súvisiacimi s expozíciou hluku v znení nariadenia vlády Slovenskej republiky č. 555/2006 Z. z.

<sup>2)</sup> Napríklad vyhláška Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky č. 541/2007 Z. z. o podrobnostiach o požiadavkách na osvetlenie pri práci, nariadenie vlády Slovenskej republiky č. 117/2002 Z. z. o minimálnych požiadavkách na bezpečnosť a ochranu zdravia zamestnancov pri banskej činnosti a pri dobývaní ložísk nevyhradených nerastov.

(5) Požiadavky na posúdenie psychickej pracovnej záťaže sú uvedené v prílohe.

(6) Postup a podrobnosti posúdenia psychickej pracovnej záťaže usmerní Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky.

(7) V osobitných prípadoch, vzhľadom na špecifické charakteristiky práce a pracovného prostredia, sa hodnotia aj ďalšie ukazovatele psychickej pracovnej záťaže, ktoré nie sú uvedené v odsekoch 3 a 4, s použitím metód podľa aktuálnych odborných poznatkov.

## § 6

### **Kritérium zvýšenej psychickej pracovnej záťaže**

Minimálnym kritériom na určenie psychickej pracovnej záťaže ako zvýšenej je dosiahnutie tretieho stupňa podľa metódy hodnotiacej psychickú pracovnú záťaž z hľadiska charakteristík práce a pracovného prostredia uvedenej v prílohe alebo nepriaznivé skóre podľa špecifických metód podľa aktuálnych odborných poznatkov.

## § 7

### **Posúdenie zdravotného rizika**

(1) Zamestnávateľ zabezpečí v spolupráci s pracovnou zdravotnou službou posúdenie zdravotného rizika z psychickej pracovnej záťaže pri práci a vypracovanie posudku o riziku pri zvýšenej psychickej pracovnej záťaži.

(2) Súčasťou posúdenia zdravotného rizika je najmä

- a) popis posudzovanej činnosti so zohľadnením pracovných podmienok na jednotlivých pracovných miestach,
- b) výsledky hodnotenia jednotlivých charakteristík práce a pracovného prostredia z hľadiska psychickej pracovnej záťaže,
- c) určenie miery zdravotného rizika,<sup>3)</sup>
- d) plán riadenia rizika, vykonané a plánované technické, organizačné a iné opatrenia na zníženie zdravotného rizika.

## § 8

### **Opatrenia, ktoré vylúčia alebo znížia na najnižšiu možnú a dosiahnuteľnú mieru zvýšenú psychickú pracovnú záťaž**

(1) Na predchádzanie zvýšenej psychickej pracovnej záťaži sa vykonávajú technické, organizačné a iné opatrenia.<sup>4)</sup>

(2) Technické opatrenia na predchádzanie zvýšenej psychickej pracovnej záťaži sú

- a) ergonomická úprava pracoviska,
- b) obmedzenie senzorickej záťaže,

---

<sup>3)</sup> § 31 zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov.

<sup>4)</sup> § 38a ods. 2 zákona č. 355/2007 Z. z.

c) kvalitné pracovné prostredie a pracovné prostriedky.

(3) Organizačné opatrenia na predchádzanie zvýšenej psychickej pracovnej záťaži sú

- a) organizácia práce vrátane zlepšenia a zefektívnenia spôsobov činnosti zamestnancov, striedanie rôznych činností pri veľmi monotónnych prácach, rotácia zamestnancov, odstraňovanie rušivých faktorov pri práci, jasné formulovanie úloh,
- b) režim práce a odpočinku vrátane primeraného striedania pracovných zmien a primeraného zaradenia prestávok.

(4) Iné opatrenia na predchádzanie zvýšenej psychickej pracovnej záťaži sú

- a) systém riadenia a spôsob jeho realizácie zohľadňujúci pozitívnu motiváciu zamestnancov na plnení pracovných úloh v rozsahu a spôsobom zodpovedajúcim ich schopnostiam, zručnostiam, skúsenostiam a predpokladom,
- b) systém výberu zamestnancov na exponované pracovné miesta a pre náročné pracovné činnosti s prihliadnutím na odolnosť voči psychickej záťaži, osobnostné a kvalifikačné predpoklady a ďalšie psychologické kritériá podľa konkrétnych požiadaviek pracovného miesta a charakteru práce, primerané rozmiestňovanie zamestnancov a ich zaškolenie,
- c) vykonávanie lekárskeho preventívneho prehliadok vo vzťahu k práci.<sup>5)</sup>

## **§ 10** **Účinnosť**

Táto vyhláška nadobúda účinnosť 1. mája 2023.

---

<sup>5)</sup> § 30e zákona č. 355/2007 Z. z.

**Príloha**  
**k vyhláške MZ SR č. /2023 Z. z.**

**POŽIADAVKY NA POSÚDENIE PSYCHICKEJ PRACOVNEJ ZÁŤAŽE**