

## **K O K K U L E P E**

### **VAIMSE TERVISE HOIDMISE KOHTA TÖÖKESKKONNAS**

Rahandusministeerium, keda esindab riigihalduse minister Jaak Aab ühelt poolt ning

Riigi- ja Omavalitsusasutuste Töötajate Ametiühingute Liit (edaspidi ROTAL), keda esindab Kalle Liivamägi teiselt poolt

lepivad kokku soovituslikes põhimõtetes vaimse tervise hoidmise kohta töökeskkonnas, millest Rahandusministeerium avaliku teenistuse arendamise juhtimisel ja ROTAL oma põhikirjalises tegevuses juhindub:

#### **1. SISSEJUHATUS**

1.1 Tõdeme, et suur osa riigi teenistujatest puutub oma igapäevases töös kokku intellektuaalseid ja psühholoogilisi väljakutseid esitavate töödega, mistõttu on vaimse tervise hoidmine töökeskkonnas olulisemaid tööohutusega seotud teemasid.

1.2 Vaimse tervise hoidmisega, sealhulgas tööstressiga tegelemine töökeskkonnas aitab ennetada teenistujate töölt puudumist, haigena töötamist ja varajast pensionile jäämist, tõstab teenistujate motiveeritust ja efektiivsust ning parandab asutuse teenuste kvaliteeti ja mainet. Kõik see mõjutab omakorda kogu ühiskonda.

1.3 Tõdeme, et tervislik ja meeldiv töökeskkond on eelduseks teenistusülesannete kvaliteetsele ja tõhusale täitmisele.

#### **2. EESMÄRK**

Käesoleva kokkuleppe eesmärgiks on suurendada ametiasutuste teadlikkust tööga seotud psühhosotsiaalsetest riskidest nende varajaseks ennetamiseks ja töökeskkonnast tulenevate vaimse tervise probleemide ohjamiseks.

#### **3. VAIMNE TERVIS TÖÖKESKKONNAS**

3.1 Tasakaalus vaimne tervis on heaolu seisund, mis võimaldab inimesel maksimaalselt realiseerida enda võimeid, tulla toime igapäevaelu pingetega, tegutseda tulemuslikult ja anda oma panus ühiskondlikku ellu.

3.2 Töökeskkonnas esinevad psühhosotsiaalsed ohutegurid võivad olla vaimse tervise häire algpõhjuseks, soodustades psüühika ja käitumishäirete väljakujunemist ja seeläbi töövõime vähenemist. Psühhosotsiaalsed ohutegurid võivad põhjustada teenistuja tööstressi, suurendada

ärevuse, depressiooni ja läbipõlemise riski. Lisaks võivad psühhosotsiaalsed ohutegurid mõjutada ka füüsilist tervist.

4.3 Hea töökeskkond aitab töötaja vaimset tervist hoida ja terviseprobleemide teket ennetada. Olulised faktorid töökeskkonna kujundamisel on kolleegide ja juhi toetus, tunnustus ja motiveeritus.

#### **4. VAIMSE TERVISE HOIDMISE MEETMED TÖÖKESKKONNAS**

4.1 Tööandja saab maandada eelkõige selliseid psühhosotsiaalseid ohutegureid, mis on otseselt seotud töökeskkonna või töökorraldusega ning mis alluvad tööandja kontrollile. Nendeks maandavateks tegevusteks võivad olla nt töökorralduse ja töökoha töötajale sobivaks muutmine, töötaja töökoormuse optimeerimine, puhkepauside võimaldamine, infoliikumise tõhustamine, koostöö arendamine, otsese juhi toetus, kaasamine otsuste tegemisse, ahistamise/kiusamise mittetolereerimine jms. Lisaks saab tööandja toetada töötajate üldist vaimset tervist tervisearenduslike tegevustega, mis on näiteks: ühisüritused, teemapäevad, lõõgastumiseks ja sportimiseks sobiva keskkonna pakkumine, psühholoogi/nõustaja teenuse võimaldamine, tööaja paindlikkuse võimaldamine jpm.

4.2 Parima tulemuse saavutamiseks kaasatakse riskide hindamise ja tegevuste planeerimisse ka töötajaid. Töötajad ja nende esindajad mõistavad töökoha võimalikke probleeme kõige paremini. Nende kaasamine tagab, et võetavad meetmed on sobivad ja tõhusad.

4.3 Ohutu töökeskkonna loomisel osaleb ka töötaja, järgides töötervishoiu ja tööohutuse nõudeid ja tööandja kehtestatud töö- ja puhkeaja korraldust, läbides tervisekontrolli vastavalt kehtestatud korrale, tagades vastavalt väljaõppele ja tööandja antud juhistele, et tema töö ei ohustaks tema enda ega teiste elu ja tervist ega saastaks keskkonda.

#### **5. PSÜHHOSOTSIAALSETE RISKIDEGA TEGELEMINE**

5.1 Psühhosotsiaalsete riskide haldamisel tegutsetakse ennetavalt ja süstemaatiliselt. Esmane preventioon töökohal hõlmab eelkõige psühhosotsiaalsete ohutegurite tuvastamist, hindamist ja maandamist.

5.2 Töötervishoiu ja tööohutuse seadusest (*edaspidi TTOS*) tulenevalt teeb Tööinspektsioon vaimse tervise alast teavitustööd, nõustab ja teeb järelevalvet töötervishoiu ja tööohutusealaste nõuete täitmise, sh psühhosotsiaalsete riskide haldamise üle asutuses.

5.3 TTOS-ist tulenevalt on kõigil tööandjatel juriidiline kohustus tagada töötajate töötervishoid ja – ohutus. See kohustus hõlmab ka tööstressi probleeme kuni need kujutavad endast riski tervisele ja ohutusele. Samuti on kõigil töötajatel üldine kohustus rakendada tööandja poolt kindlaks määratud kaitsemeetmeid.

5.4 Tööstressi ennetamine ja maandamine võib toimuda läbi ohutegurite hindamise üldise protsessi, eraldiseisva stressipoliitika abil ja või/või kindlaks määratud ohuteguritele suunatud meetmeid rakendades.

## 6. RAKENDAMINE

Riigi- ja Omavalitsusasutuste Töötajate Ametiühingute Liit ja Rahandusministeerium käivitavad nende volitustele vastavad meetmed, et toetada kokkuleppe eesmärki suurendada ametiasutuste teadlikkust tööga seotud psühhosotsiaalsetest riskidest nende varajaseks ennetamiseks ja töökeskkonnast tulenevate vaimse tervise probleemide ohjamiseks.

Taustainfo: Tervise Arengu Instituut on koostanud vaimse tervise edendamise käsiraamatu töötajatele ja tööandjatele (*Tervise Arengu Instituut. Vaimne tervis töökohal. Käsiraamat tööandjale ja töötajale.*

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/143817521369\\_vaimne\\_tervis\\_tookohal.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/143817521369_vaimne_tervis_tookohal.pdf)

(allkirjastatud digitaalselt)

Riigihalduse minister

Jaak Aab

(allkirjastatud digitaalselt)

Riigi- ja Omavalitsusasutuste

Töötajate Ametiühingute Liidu  
esimees Kalle Liivamägi