

PRÁCTICAS DE PSICOLOGÍA DEL TRABAJO

Diplomatura de Relaciones Laborales
Curso 2010 -2011

Prof. Gladys Rolo González



Instrumento para la Evaluación y Prevención de Riesgos Psicosociales en el Trabajo

Desarrollado por:

Kristensen, T.S. y col. (2000), Cuestionario Psicosocial de Copenhague. Instituto Nacional de Salud Laboral de Dinamarca.

Traducido por:

Ll. Armangué, C. Jorgensen y M. Schaltz (2002),
Fundación ISTAS (CCOO)



EN EL TRABAJO UTILIZARÁN:

Istas21 = Versión Corta (para autoevaluación y/o empresas de 25 trabajadores o menos). Actualizado en diciembre de 2010. Buscar en la web:

<http://www.istas.net/copsoq/>

+

El **apartado 7: Dimensión de Salud y Estrés Laboral**, de la Versión media. <http://webpages.ull.es/users/ldiazvi/rrll.htm>

Dimensiones Psicosociales del istas²¹

Versión Corta

- Exigencias Psicológicas
- Trabajo activo y posibilidades de desarrollo/Control sobre el trabajo
- Inseguridad sobre el futuro
- Apoyo social y calidad de liderazgo
- Doble Presencia
- Estima

Puntuaciones de Referencia

Istas21 Versión Corta

Dimensión Psicosocial	Favorable	Intermedia	Desfavorable
1. Exigencias psicológicas	De 0 a 7	De 8 a 11	De 12 a 24
2. Control sobre el trabajo	De 26 a 40	De 19 a 25	De 0 a 18
3. Inseguridad sobre el futuro	De 0 a 4	De 5 a 9	De 10 a 16
4. Apoyo social y calidad de liderazgo	De 32 a 40	De 25 a 31	De 0 a 24
5. Doble presencia	De 0 a 2	De 3 a 6	De 7 a 16
6. Estima	De 13 a 16	De 10 a 12	De 0 a 9

Istas21: Dimensión de salud y estrés (Versión Media)

1. Salud general (*percepción*)
2. Salud mental (p.e., tristeza, felicidad, ...) y vitalidad (p.e. cansancio,...)
3. Síntomas de estrés:
 - 3.1. Síntomas conductuales (p.e.: ansiedad)
 - 3.2. Síntomas somáticos (p.e.: dolor de cabeza)
 - 3.3. Síntomas cognitivos (p.e.: falta de concentración)

Puntuaciones de Referencia

Dimensión de Salud y Estrés Laboral = Iistas21

(Versión Media)

Dimensión Salud Laboral	Favorable	Intermedia	Desfavorable
1. Salud General: (Items 1 y 2)	De 14 a 20	De 9 a 13	De 0 a 8
2. Salud Mental y Vitalidad (Item 3: preguntas 1 a 9)	De 0 a 16	De 17 a 25	De 26 a 36
3. Síntomas de Estrés (Item 4: preguntas 1 a 12)	De 0 a 12	De 13 a 35	De 36 a 48

¿Ustedes qué deben hacer?

- ❖ Complimentar la versión corta ISTAS²¹ para pequeñas empresas y autoevaluación.
- ❖ Complimentar la Dimensión de Salud y Estrés Laboral (versión media).
- ❖ Analizar e interpretar los resultados

BIBLIOGRAFÍA

Cuestionario para la autoevaluación de riesgos psicosociales en el trabajo. Disponible online en:
www.istas.net/copsoq/

NTP 703: El método COPSQQ (ISTAS21, PSQCAT21) de evaluación de riesgos psicosociales. Disponible online en:
[www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/
FichasTecnicas/NTP/](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/) Consultado el 28 de enero de 2011