

Praktiska råd och verktyg i Arbetsmiljöarbetet



Lasse Frisk

Lasse@lassefrisk.se
LINKEDIN



Ledarutveckling

Arbetsmiljö

Grupputveckling

Trygg Hansa – Taxi Stockholm



Systematiskt arbetsmiljöarbete, SAM



Arbetsbelastning

**Arbetstidens
förläggning**

**Kränkande
Särbehandling**

Kunskapskrav



**Mål för
OSA**

Samtala om:

Er främsta arbetsmiljöutmaning?

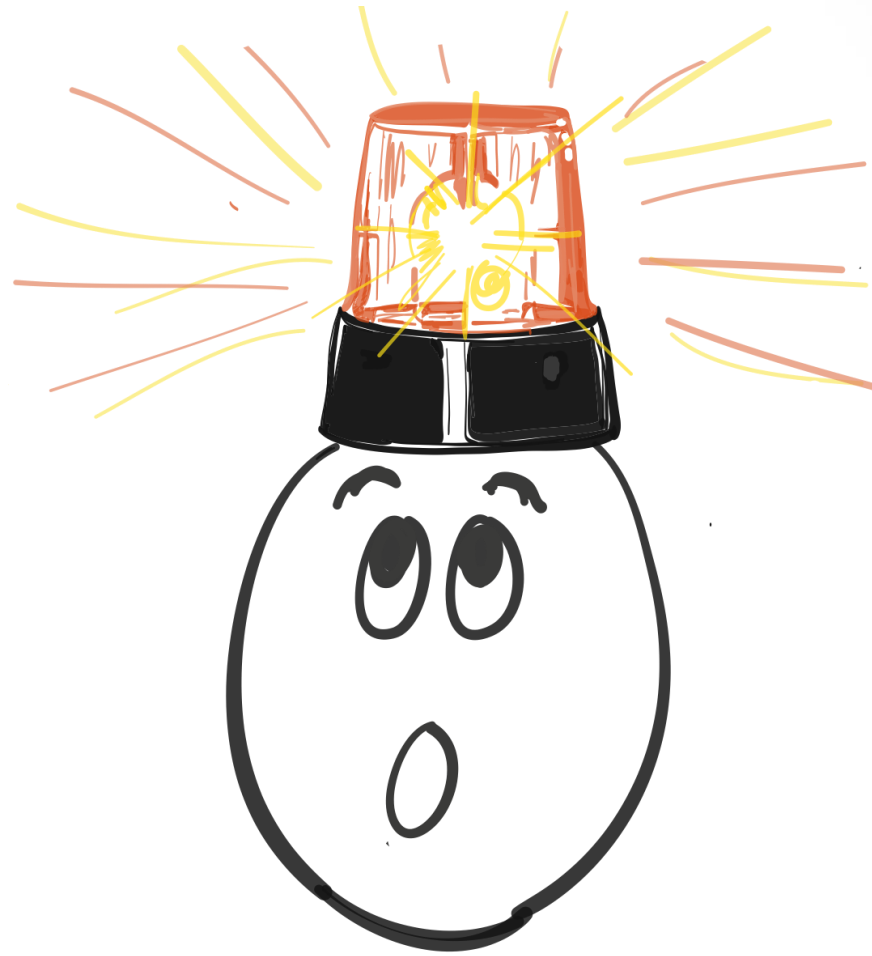


Arbetsgivare och arbetstagare samverkar i syfte att ...

... ”vidta alla åtgärder som behövs” ...

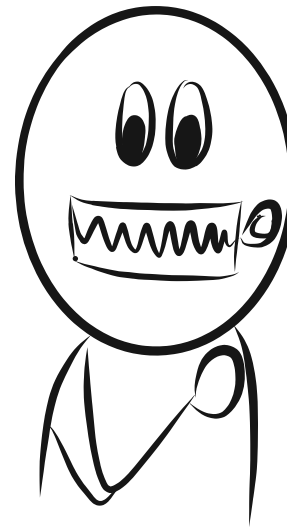
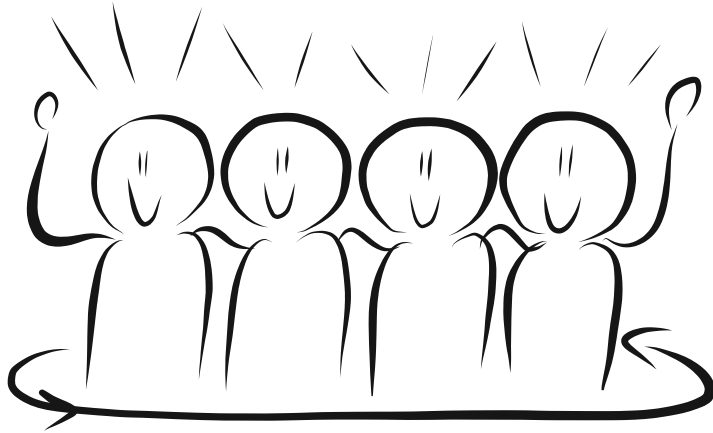
... ”förebygga ohälsa och olycksfall i arbetet samt att även i övrigt uppnå en god arbetsmiljö.”





Spelregler

- Mobiler
- Samverkan
- "Stannar i rummet"



Våra värderingar blir till vårt “sunda förnuft”

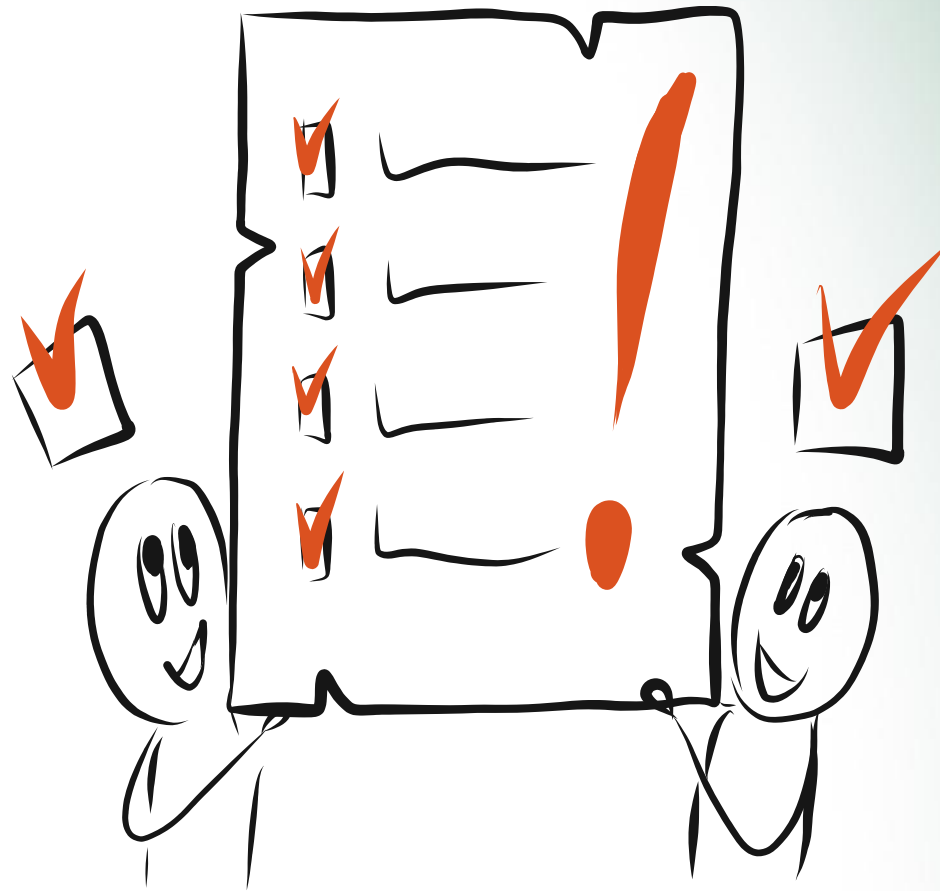
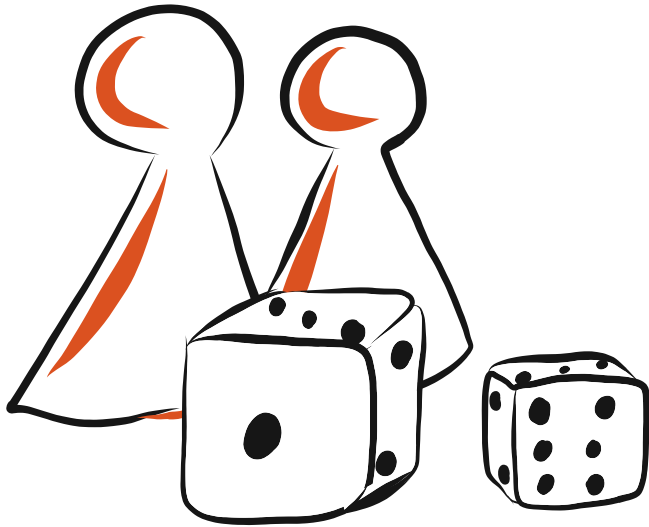


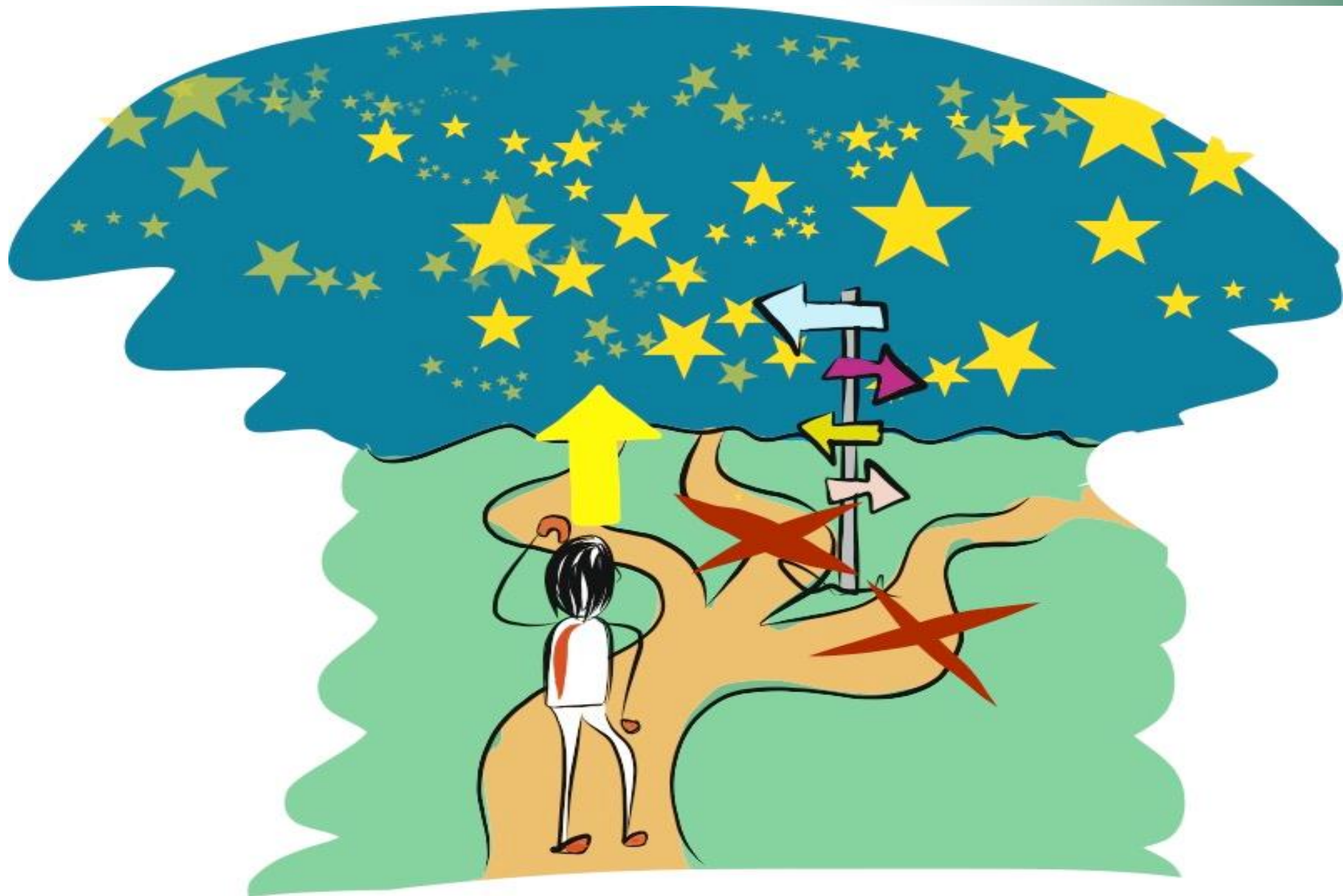
Alla har vi våra egna “sunda förnuft”





Att skapa spelregler är att hitta gemensamma
förhållningssätt i gruppen





Samtala om:

Vilka spelregler har ni/ skulle behöva ha i "din arbetsgrupp"?



Systematiskt arbetsmiljöarbete, SAM



Samtalet

Vårt viktigaste arbetsmiljöverktyg

Riskbedömning

Klassning av risk	Bedömning av risk för ohälsa eller olycksfall
Låg	Försumbar eller liten risk
Medel	Viss risk
Hög	Allvarlig eller mycket allvarlig risk

Arbetsbelastning

**Arbetstidens
förläggning**

**Kränkande
Särbehandling**

Kunskapskrav



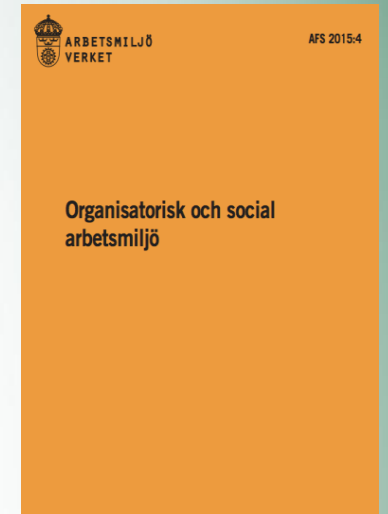
**Mål för
OSA**

Organisatorisk och Social Arbetsmiljö

Kunskaper

Chefer och arbetsledare har nedanstående kunskaper:

- Hur man förebygger och hanterar ohälsosam arbetsbelastning
- Hur man förebygger och hanterar kränkande särbehandling
- Se till att det finns förutsättningar att omsätta dessa kunskaper i praktiken
 - Befogenheter
 - Rimlig arbetsbelastning
 - Stöd i chefsrollen



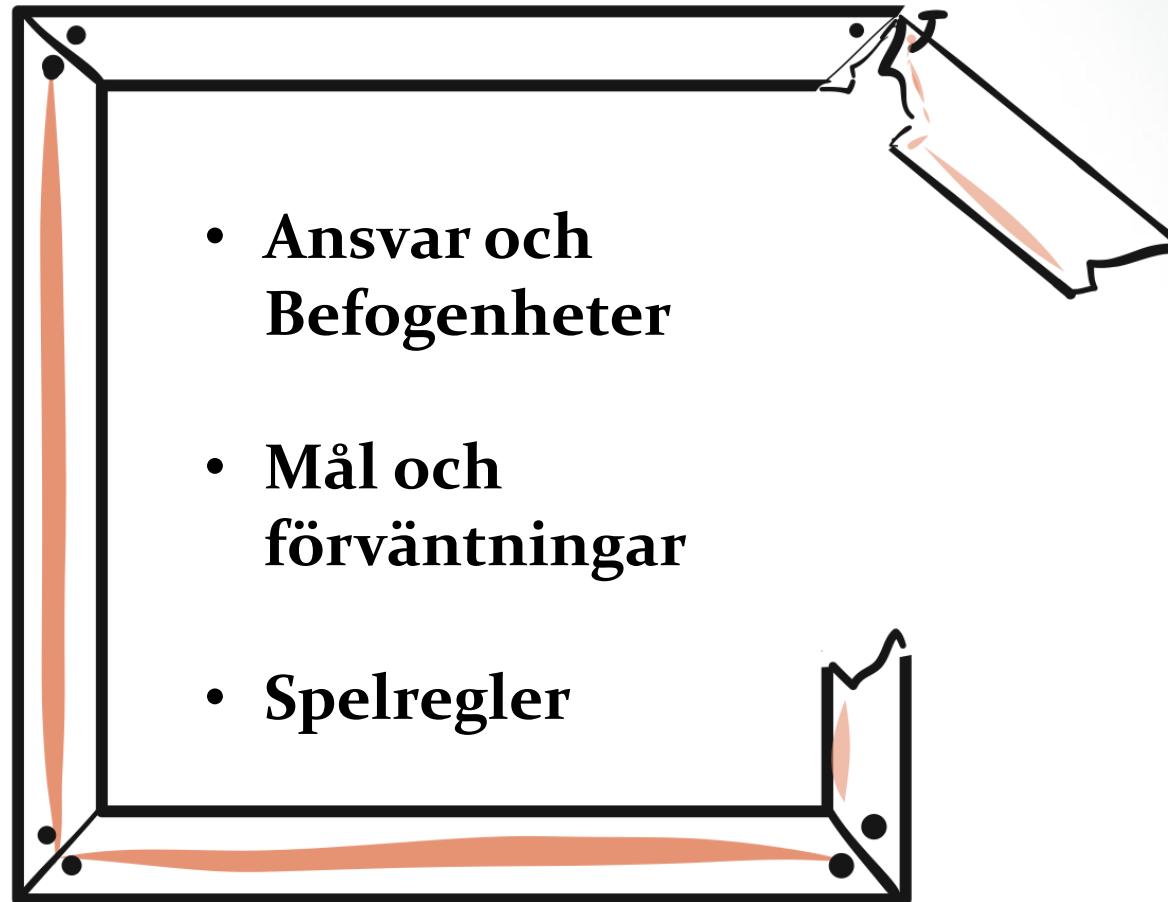
Chefens arbetsmiljö

Chef

Övrigt



Vikten av tydliga ramar:



Arbetsbelastning

**Arbetstidens
förläggning**

**Kränkande
Särbehandling**

Kunskapskrav



**Mål för
OSA**

Organisatorisk och Social Arbetsmiljö

Arbetsbelastning

Arbetstagarna ska känna till:

1. Arbetsuppgifter + befogenheter
2. Förväntat resultat
3. Arbetssätt
4. Prioritering
5. Hjälp o stöd





**»Det finns ingen omtanke
i otydlighet.«**

CARL-HENRIC SVANBERG

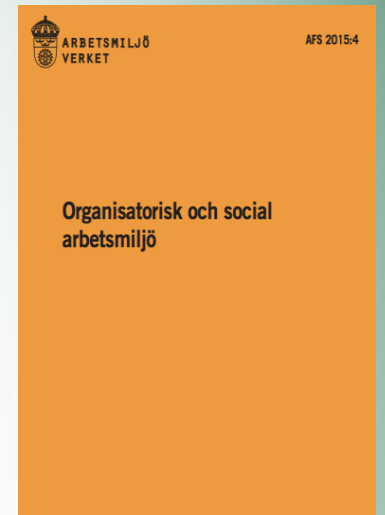
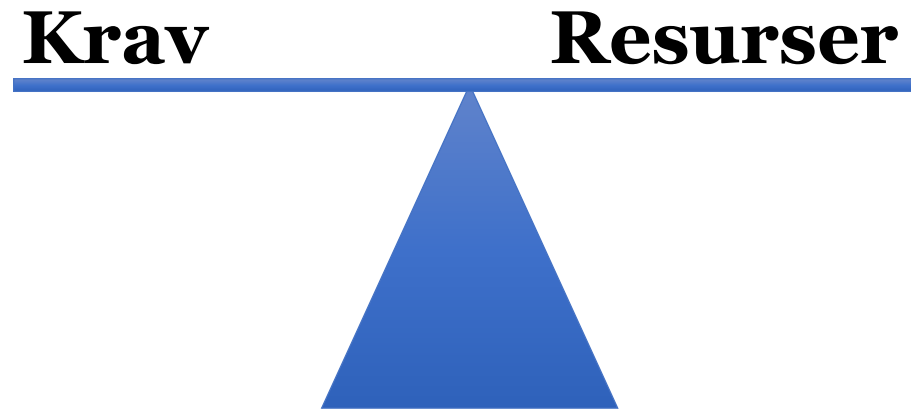
Ett tydligt uppdrag

Hur tydligt är uppdrag, befogenheter och mål för medarbetarna på din arbetsplats?



Organisatorisk och Social Arbetsmiljö

Arbetsbelastning



Krav - Resurser

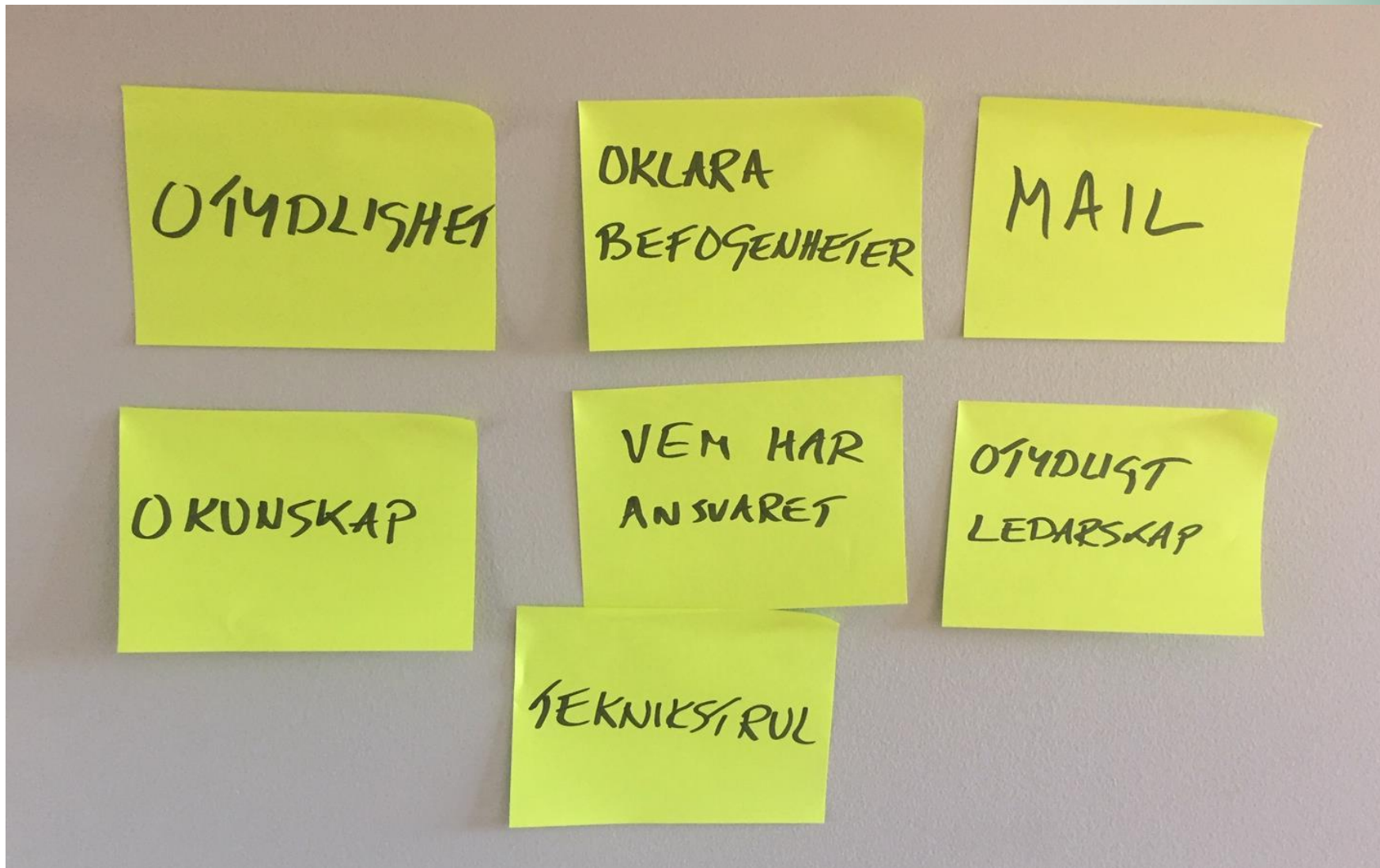
Hur ser din "våg" ut?



Vad stressar dig på jobbet?

Ett exempel på något som stressar dig på jobbet?





4 Hörn

Hur jag upplever min arbetsbelastning?

1. Väldigt lagom. Jag skulle vilja säga att arbetsbelastningen är rimlig
2. Den är OK men jag får ofta ta till kvällar och helger för att hinna med
3. Jag upplever ofta känslan av att inte hinna med. Ibland känner jag av stressen
4. Annat förslag



Enkät organisatorisk och social arbetsmiljö

[Start](#)

[Enkät](#)

[Så använder du enkäten](#)

[Nästa steg](#)

[Om enkäten](#)

[FAQ](#)



Enkäten hjälper dig att undersöka den organisatoriska och sociala arbetsmiljön, det är till exempel frågor som arbetsbelastning, ledarskap, återhämtning och kränkande särbehandling.

Enkäten ersätter stressenkäten och psykosocial enkät i pdf-format.

Tänk på:

Vikten av återhämtning



Arbetstidens förläggning

Stora möjligheter att utföra arbete på olika tider och platser med förväntningar om att vara ständigt nåbar





› Alkohol och andra droger

▼ **Arbetsorganisation**

Distansarbete

▼ **Flexibelt arbete**

Balansguiden

Introduktion på jobbet

› Ledarskap

› Psykosocial arbetsmiljö

Säkerhetskultur

› Arbetsplatsens utformning

› Arbetsskada

Balansguiden

Balansguiden – om flexibelt arbetsliv

Hjälper dig att hitta balansen i livet med jobbet.



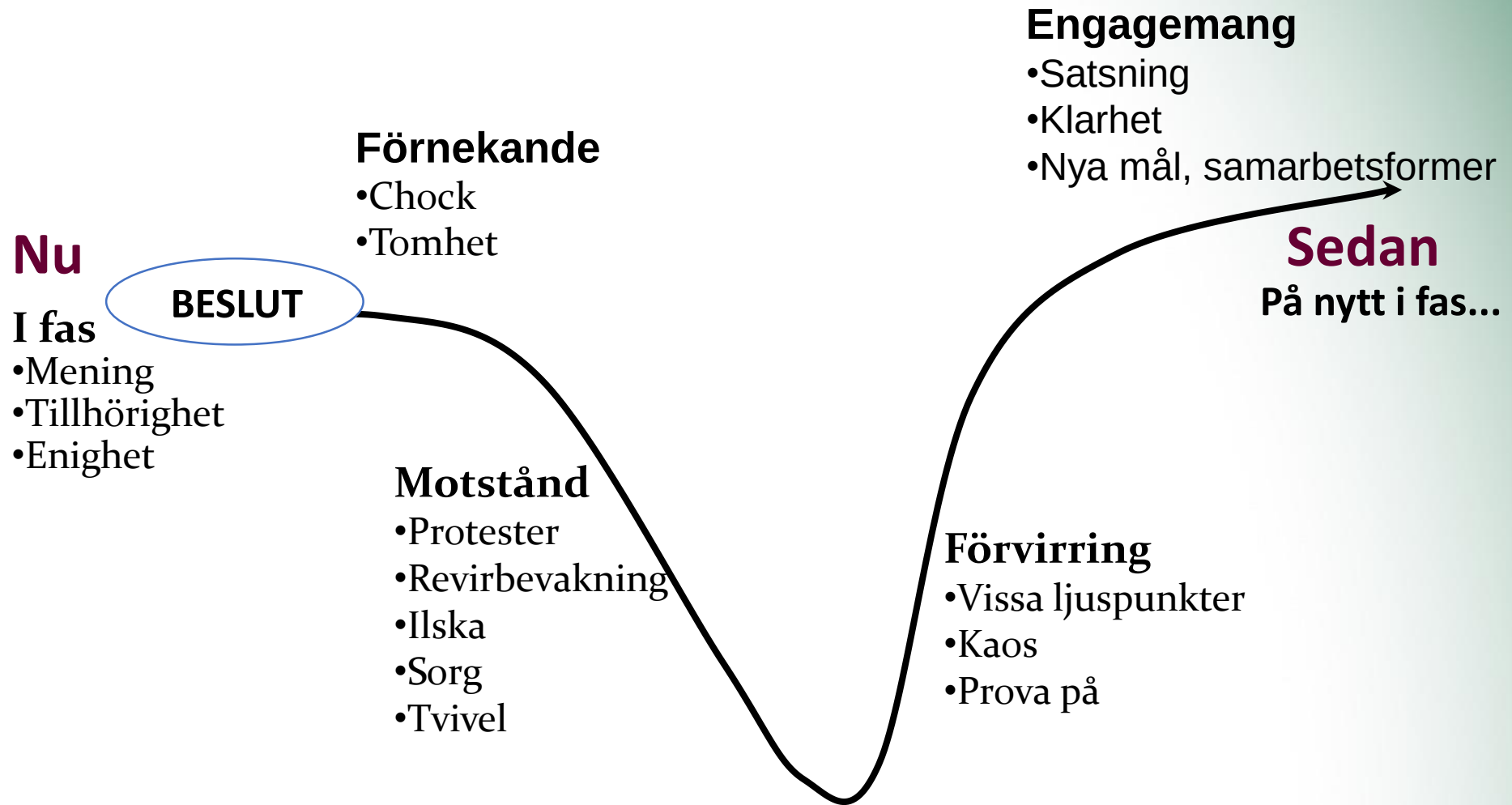
Riskbedömning vid förändringar

... allt som inte utgör en del av den dagliga löpande verksamheten, till exempel:

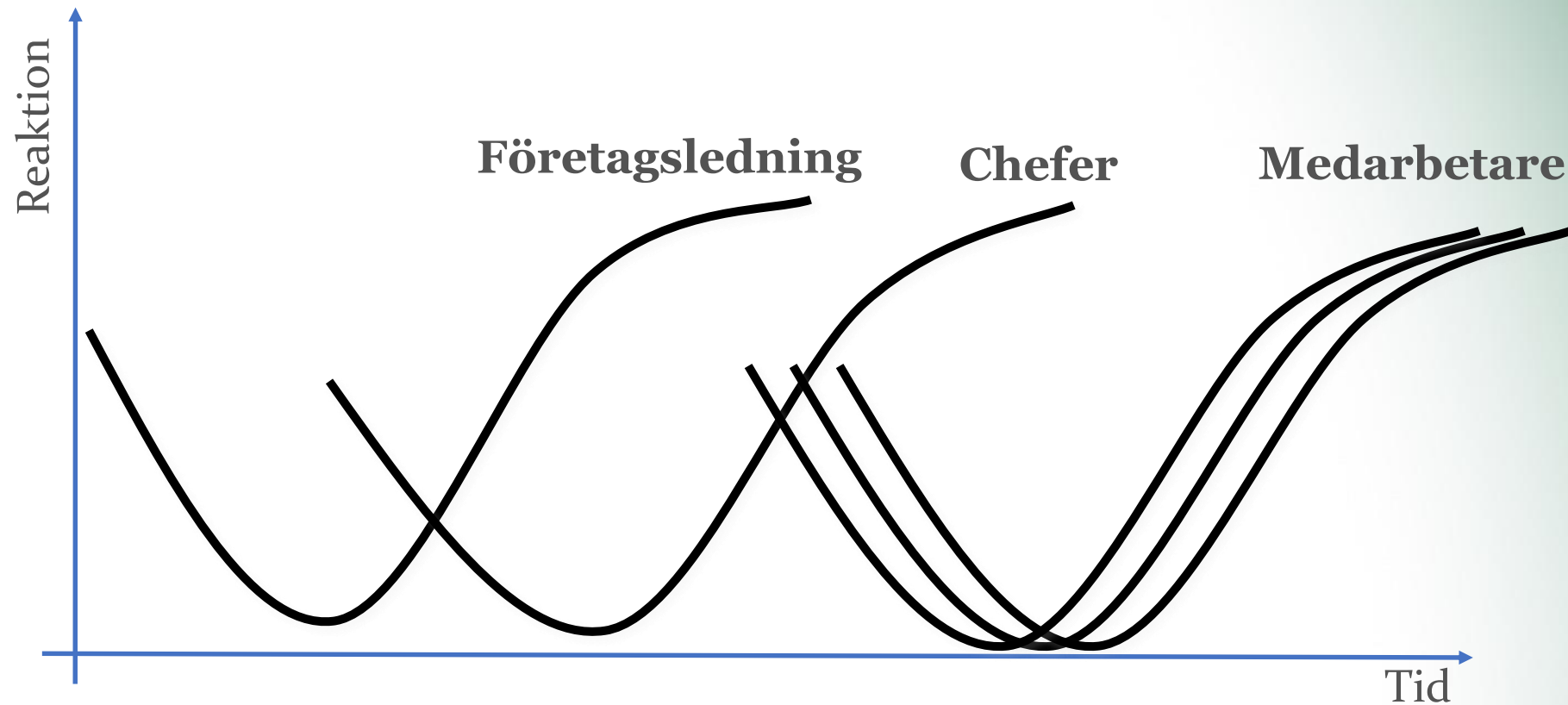
- personal
- arbetstid
- arbetsmetoder
- omflyttning / flytt



Förändringskurvan



Hur reagerar vi inom organisationen?



Riskbedömning vid förändringar

Hur skulle ni kunna involvera medarbetarna mer vid riskbedömning vid förändring?

- Frågeexempel
 - Vilka ohälsa/olycksfallsrisker medför förändringen?
 - Vilka positiva konsekvenser medför förändringen?





Signaler på ohälsa

- Beteenden du inte känner igen
- Irritation och Konflikter
- Sömnbesvär/Trötthet



Omtankesamtal

- Ta samtalet NU
- Säg det du ser – noterat - märkt
- Fråga och lyssna
- Gemensam analys och plan
- Följ upp

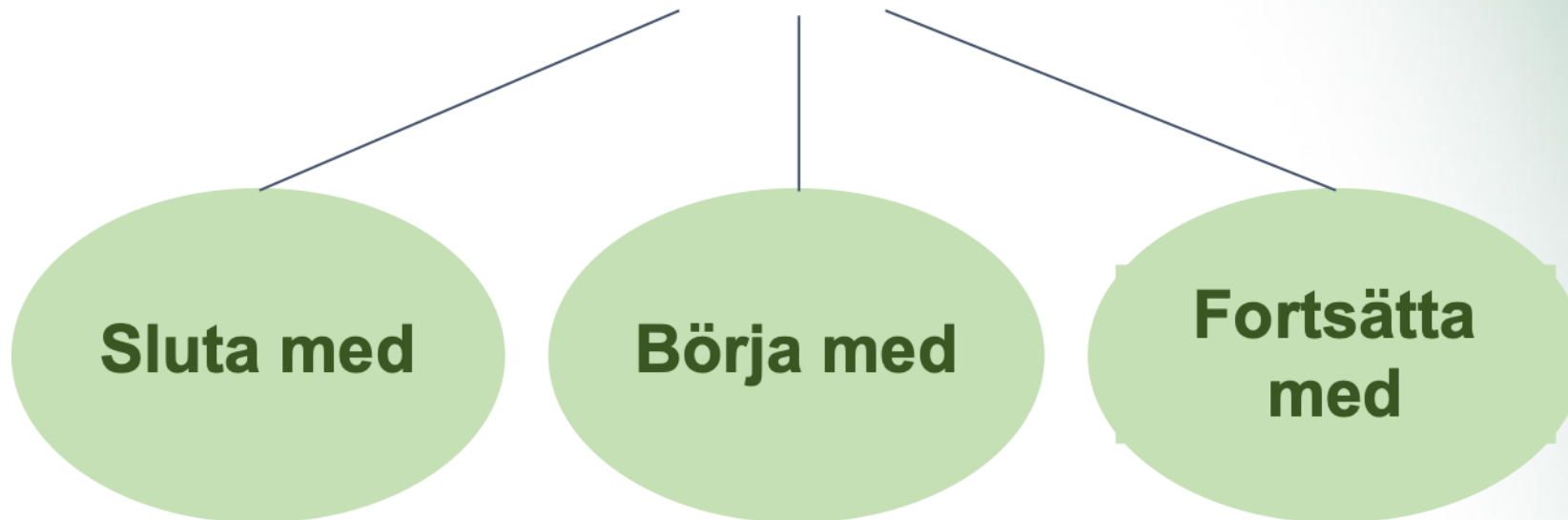


Omtankesamtal

När skulle "Omtankesamtal" behövas hos er?



SBF



S B F

Vad kan vi SLUTA med, BÖRJA med och FORTSÄTTA med för att bli en ännu bättre arbetsgrupp:





prevent

ARBETSMILJÖ I SAMVERKAN
SVENSKT NÄRINGSLIV, LO & PTK

Sök prevent.se



DIN VARUKORG
0 Artiklar 0,00 kr

Start Utbildning och produkter Arbetsmiljöarbete Bransch Ämnen Om oss

› Alkohol och andra droger

▼ **Arbetsorganisation**

Distansarbete

Flexibelt arbete

Introduktion på jobbet

› Ledarskap

▼ **Organisatorisk och social arbetsmiljö**

OSA-hjälpen

Säkerhetskultur

› Arbetsplatsens utformning

› Arbetsskada

› Arbetsutrustning

Biologiska risker

› Diskriminering

› Fysiska faktorer

› Hälsa

› Kemiska risker

OSA-hjälpen



Här har vi samlat utbildningar, böcker och verktyg som kan vara till hjälp i arbetet med att följa Arbetsmiljöverkets föreskrifter om organisatorisk och social arbetsmiljö, OSA.

DELA

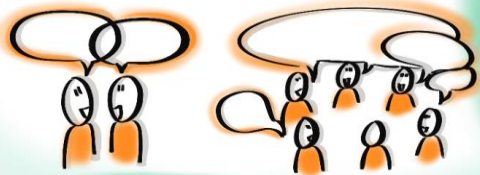


SKRIV UT



ARBETSMILJÖVERKTYG

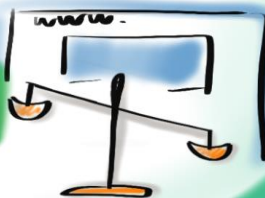
• SAMTALET



• OSA-ENKÄT



• BALANSGUIDEN



• ENKEL DOKUMENTATION



• OMTANKE-SAMTAL



• SPELREGLER



• SBF

• TILLGÄNGLIGHETS-POLICY



• SAMVERKAN



SKYDDS-OMBUD

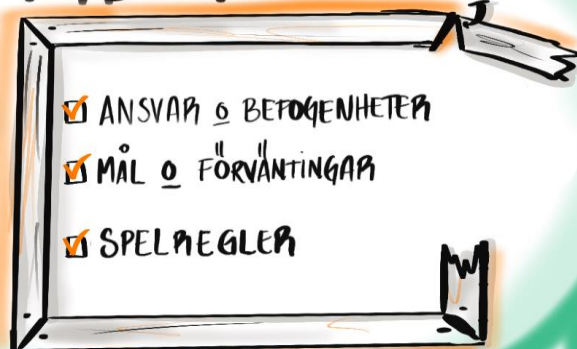


MEDARBETARE



HR

• TYDLIGA RAMAR



• KRAV

• RESURSER



• STRESSÖVNING



①

②

• 4 HÖRN

④

③



Summerring

Vilka verktyg skulle kunna vara bra för er och när skulle ni kunna använda dessa?

