

Så bygger vi en arbetsmiljö som främjar psykisk hälsa

Det här dialogmaterialet riktar sig till dig/er som chef och baseras på föreläsningen "Så bygger vi en arbetsmiljö som främjar psykisk hälsa" av Christina Björklund, docent och senior forskare vid Karolinska Institutet. Syftet med materialet är att bidra till reflektion och insikter i arbetet för att främja psykisk hälsa inom din/er organisation, att det kan hjälpa till att fördjupa samtalet om arbetsmiljöfrågor och ledarskap samt dess betydelse för den psykiska hälsan.

Materialet ska betraktas som ett stöd för dialogen utifrån de behov/utmaningar som din/er verksamhet har. Nedan dialogområden har en tidshänvisning till föreläsningen för att underlätta om du/ni vill arbeta med delar av materialet.

Dialogmaterial

Vad väcker föreläsningen för tankar hos dig?

- De första tankarna som dyker upp är ofta de som är viktigast eller har störst betydelse just nu – dela dina tankar med dina kollegor och reflektera över vad det beror på att de dyker upp?

Friskfaktorer/främjande och förebyggande arbete (02:36-10:46)

- Hur arbetar du/ni med konkreta åtgärder/aktiviteter kopplat till friskfaktorer/främjande arbete? Vad fungerar bra?
- Vilka konkreta åtgärder/aktiviteter saknar du/ni idag?
- Hur ser du/ni på mandat, kostnader och investeringar samt andra förutsättningar för att som krävs för att arbeta med friskfaktorer och det främjande arbetet?
- Känner du/ni igen beskrivningen av sjuknärvaro och sjukfrånvaro i din/er organisation?

Chefers roll och ledarskap (10:47-25:18)

- Vad gör du/ni idag för att hantera psykisk ohälsa i arbetsmiljön? Vad fungerar bra?
- Vad finns det för attityder till psykisk ohälsa i din/er organisation?
- Hur kan du/ni bidra till en öppen dialog om psykisk ohälsa?
- Hur ser balansen mellan krav och resurser ut för dig/er som chef i organisationen?
- Vad behöver du/ni för att kunna arbeta mer proaktivt för att främja psykisk hälsa i din/er organisation?
- Hur kan du/ni som chef bli bättre på att upptäcka psykisk ohälsa hos dina/era medarbetare?
- Hur tänker du/ni kring tidiga och sena signaler?

Systematiskt arbetsmiljöarbete och chefers arbetsmiljö (25:19-32:09)

- Hur säkerställer du/ni att arbetsmiljö är en prioriterad fråga oavsett arbetsläge?
- Vad fungerar bra och vad behöver utvecklas?
- Hur ser förutsättningarna och arbetsmiljön för dig/er som chef ut?
- Vad fungerar bra idag och vad behöver utvecklas?

Vidare arbete

- Använd gärna flödesschemat och checklistan som Christina presenterar i föreläsningen som stöd i ert fortsatta arbete.