

Hvorfor skal vi være opptatt av arbeidstageres sin psykiske helse?



Forebygging av psykisk uhelse

Hvorfor skal vi bry oss om det som skjer på arbeidsplassen?

Er det ikke slik at problemer med den psykiske helsen hovedsakelig skyldes (annen) sykdom, livsstil, gener og livshendelser?



Arbeidsplassen er en viktig arena i folks liv

Det er mulig å gjøre noe med det!



Hva er psykososialt arbeidsmiljø?

Hva gir godt psykososialt arbeidsmiljø?



Psykososialt arbeidsmiljø



Arbeidssituasjon, arbeidsinnhold og samhandling på jobb

- Psykologiske arbeidsfaktorer: Opplevelse av arbeidssituasjon og arbeidsinnhold
- Sosiale arbeidsfaktorer: Det mellommenneskelige samspillet på jobb
- Samlebetegnelsen psykososialt arbeidsmiljø viser til disse to aspektene ved arbeidet

Rollekonflikt

Uoverensstemmelse (konflikt) mellom forskjellige forventninger til roller du innehar



Hvilke psykososiale arbeidsmiljøfaktorer påvirker arbeidstakeres psykiske helse?

Jobbkrav (arbeidsmengde og tidspress)

Rollekonflikt (motstridende krav mellom ulike mål, oppgaver, informasjon eller verdier)

Ubalanse mellom innsats og belønning

Ubalanse mellom arbeid og privatliv

Jobbusikkerhet (kvantitativ; usikkerhet knyttet til å miste jobben, kvalitativ; usikkerhet om innholdet i jobben)

Emosjonelle krav og belastninger (følelsesmessige krav arbeidstakere opplever i møte med andre mennesker i en arbeidssituasjon)

Trakassering (mobbing, uønsket seksuell oppmerksomhet)

Vold og trusler

Jobbkontroll (selvbestemmelse, eller: mulighet til å påvirke egen arbeidssituasjon)

Positive utfordringer (mestring, mening, riktig kompetanse)

Rolleklarhet (mål og oppgaver, ansvarsområde og forventninger)

Ledelse (bemyndigende, rettferdig og støttende)

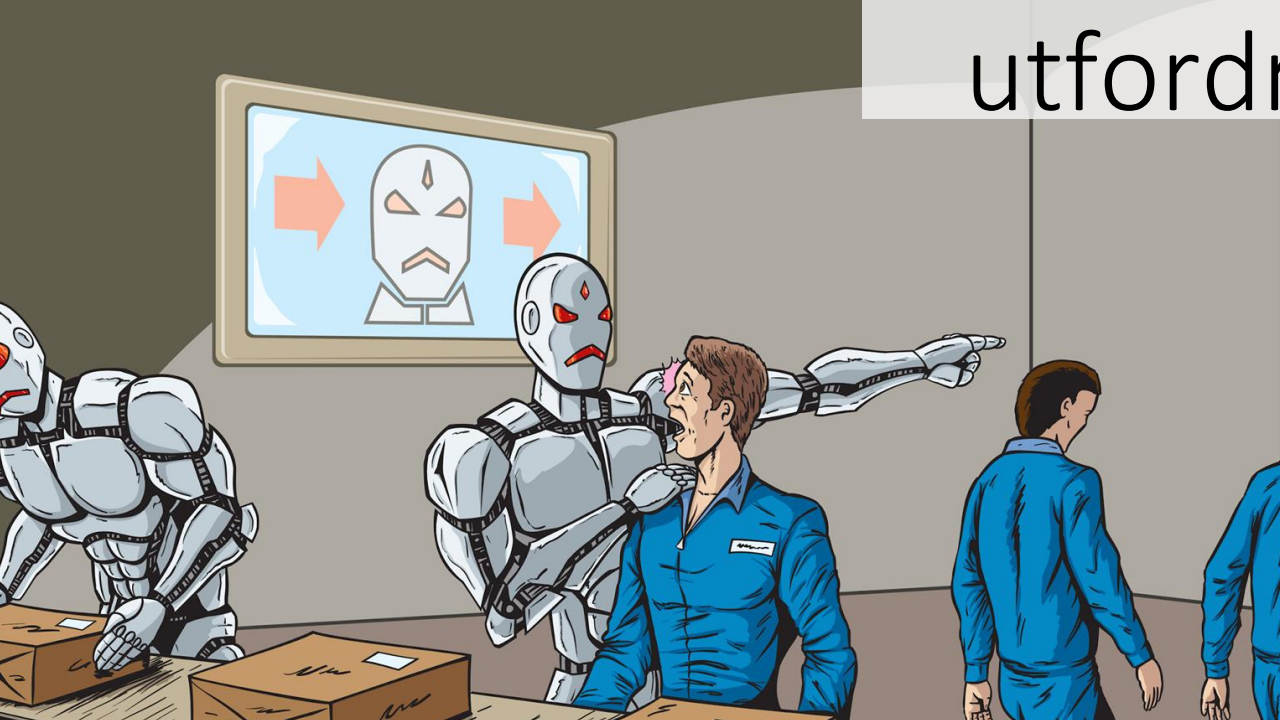
Sosial støtte

Organisatorisk rettferdighet (rettferdige avgjørelser, rettferdige prosedyrer, rettferdig behandling av medarbeidere)

Organisasjonskultur og –klima: sosialt klima, vektlegging av menneskelige ressurser



Nye
utfordringer



Til slutt...noen nyttige (og kostnadsfrie)
kunnskapsbaserte verktøy til bruk i det
forebyggende arbeidsmiljøarbeidet

EN BRA DAG PÅ JOB



- Verktøy som skal hjelpe virksomhetene til å skape et bedre arbeidsmiljø
- Spesialtilpasset ulike bransjer
- Basert på forskning og erfaring
- Styrker det lokale partssamarbeidet

www.enbradagpajobb.no

Godt arbeidsmiljø forebygger sykefravær

Det lønner seg å investere i arbeidsmiljøet. I gode arbeidsmiljø øker produktiviteten, trivselen og motivasjonen for arbeidet. Sykefraværet går også ned.



Scroll ned for mer

Her finnes kunnskap og verktøy for din bransje

- Barnehage
- Bygg
- Anlegg
- Næringsmiddelindustri
- Rutebuss og persontrafikk
- Sykehjem
- Sykehus
- Petroleumsvirksomhet
- Kommende bransjer

TAKK FOR OPPMERKSOMHETEN!

