

# God arbetsmiljö – Friska arbetsplatser

Seminarium på Arbetsmiljöverket 27 april 2012

Per Lindberg, Uppsala universitet &  
Högskolan i Gävle

Eva Vingård, Uppsala universitet



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Uppdraget

En kunskapsöversikt över begreppet "god arbetsmiljö" som underlag för att utveckla indikatorer och identifiera och följa utvecklingen av den goda arbetsmiljön

\*

Vad kännetecknar begreppet "god arbetsmiljö" så som det beskrivs i den vetenskapliga litteraturen?

Vilka konsekvenser av god arbetsmiljö finns belysta?

Är kunskapsläget tillräckligt stabilt för att kunna identifiera lämpliga indikatorer på god arbetsmiljö?



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Nya utmaningar

”Eliminationsprocessen”, att enbart få bort riskfaktorer, är otillräcklig eller inadekvat i ett arbetsliv där nyckelfaktorerna för framåtskridande bl.a. är motivation, samarbete och kreativitet.

Att undvika exponering för negativa förhållanden är bra men leder inte alltid till en positiv situation eftersom positiva tillstånd ofta är något kvalitativt annorlunda – inte bara det omvända.

(Aronsson et al., 2009)



# I regeringens nationella handlingsplan för arbetsmiljöområdet 2010-2015:

- Systemen för att minska riskerna i arbetsmiljön ska förbättras samtidigt som arbetsmiljöns möjligheter att bidra till hälsa och välbefinnande i högre grad ska uppmärksammas och utvecklas.
- De positiva möjligheter som finns i en god arbetsmiljö, för individen, verksamheten och samhället, måste på olika sätt uppmärksammas och förstärkas genom strategiska insatser.



# Definition: Indikator

Medel eller anordning för påvisande till exempel av förekomst eller mätning av mängd

(SAOL, 2006)



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Definition: Arbetsmiljö

Miljö = yttre förhållanden som påverkar allt liv

(SAOL, 2006)

Arbetsmiljö = de förhållanden som de som arbetar på ett arbetsställe påverkas av



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Definition: God arbetsmiljö

En arbetsmiljö som vare sig akut eller på sikt påverkar hälsan negativt

God?

kanske hellre Bra/OK arbetsmiljö



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Definition: God arbetsmiljö

God = fördelaktig, gynnsam, nyttig, välmenande,  
angenäm

(SAOB 2011)

Bra - Dålig  
God - Ond



UPPSALA  
UNIVERSITET





# Definition: God arbetsmiljö

## AML 1 §

”Lagens ändamål är att förebygga ohälsa och olycksfall i arbetet samt att även **i övrigt uppnå en god arbetsmiljö**”

## Arbetsmiljöverket

”Strävan är att arbetsmiljön ska ge ett **positivt utbyte** i form av ett **rikt arbetsinnehåll, arbetstillfredsställelse, gemenskap och personlig utveckling**”

En sådan **främjande** tolkning av begreppet **god arbetsmiljö** har varit vägledande för denna kunskapsöversikt.



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Varför arbetar vi?

- **Arbetet försörjer oss**
- **Arbetet strukturerar tiden**
- **Arbetet skapar mening**
- **Arbetet ger status och identitet**
- **Arbetet uppmuntrar till aktivitet och kreativitet**





*Edvard Munch*

# Arbetsmiljöfokus



# Hälsofrämjande arbete

- ✧ Kombinerade insatser på arbetsplatsen av arbetsgivare, arbetstagare och samhälle för att förbättra hälsa och välbefinnande.
- ✧ Uppnås genom en kombination av bra arbetsorganisation och arbetsmiljö, aktiv medverkan av alla på arbetsplatsen och uppmuntran till personlig utveckling.

*(ENWHP 1997)*



UPPSALA  
UNIVERSITET

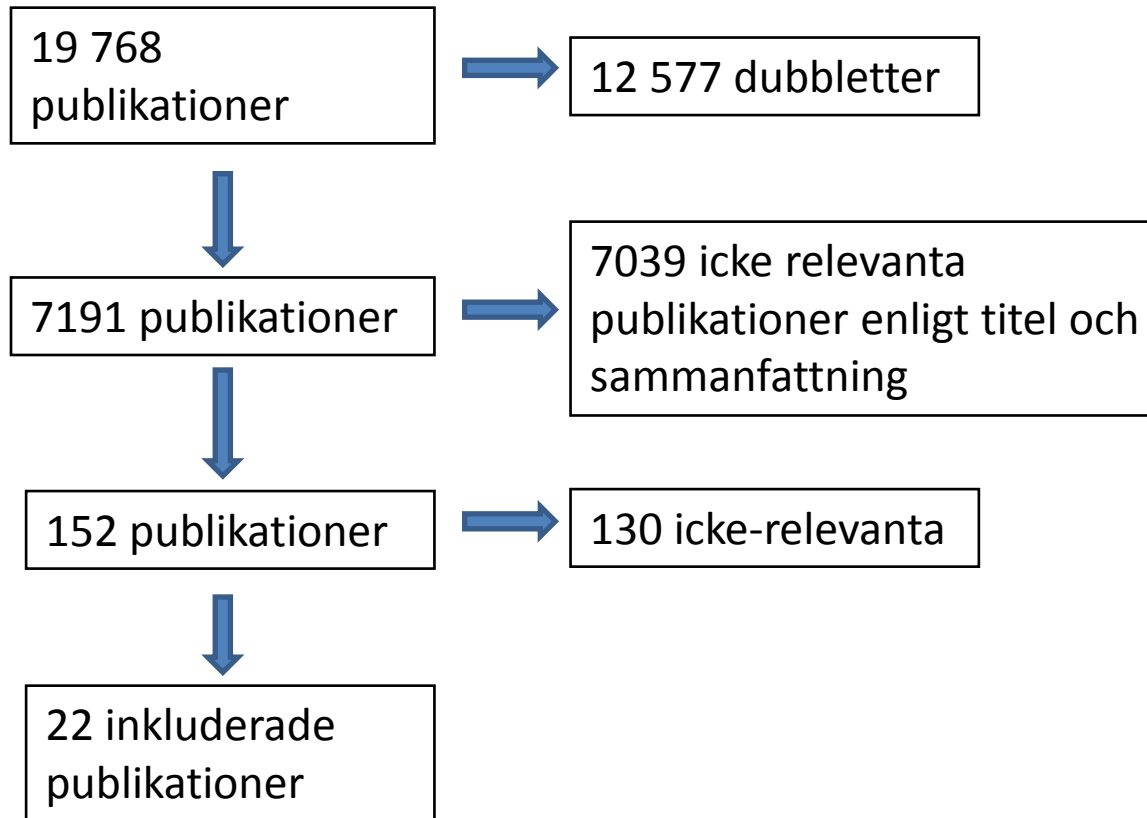


# Systematisk litteraturgenomgång

- vad kännetecknar god arbetsmiljö
- vad kan vara indikatorer på en sådan



# Resultat





# Tre kategorier

1. Indikatorer
2. Anställdas syn
3. Vägledningsdokument



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Anställda & Vägledning

Positiva, engagerade, rättvisa, tillgängliga ledare

Utvecklad kommunikation

Samarbete, teamarbete

Positivt socialt klimat

Medinflytande, delaktighet

Autonomi, empowerment

Rolltydlighet, tydliga förväntningar och mål



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Anställda & Vägledning

Erkännande, feedback

Utveckling, fortbildning

Lagom arbetstempo och arbetsbelastning

Adm. el. pers. stöd i arbetet

Bra fysisk arbetsmiljö

Bra relationer till intressenter



# Några säkra indikatorer?

- Nej, egentligen inte
- En stor studie från USA visar att företag med stress management program i högre grad främjar medarbetarnas välbefinnande, säkerhet och utveckling



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Positiv psykosocial belastning i arbetslivet



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Positiv psykologi

- Positiv psykologi är studiet av positiva erfarenheter, personliga styrkor och ett meningsfullt liv.
- Det fokuserar på aspekter av människans villkor som leder till välbefinnande, hälsa, självförverkligande och blomstrande.



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Positiv organisationspsykologi (POP)

POP kan definieras som

”det vetenskapliga studiet av positiva subjektiva erfarenheter och egenskaper på arbetsplatser och dess tillämpning för att förbättra effektiviteten och kvaliteten i företag och organisationer”.

(Ko & Donaldson, 2011)



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Nyckelkoncept inom POP

## Styrkor

Om man fokuserar och bygger på de anställdas styrkor och investerar i vad de gör bäst, kan det hjälpa organisationer att nå excellens och samtidigt medföra betydande utveckling för individen.

Svaghet ska inte ignoreras men behandlas på ett konstruktivt sätt.



UPPSALA  
UNIVERSITET





# Nyckelkoncept inom POP

## Positivt ledarskap

Det goda ledarskapet är ”limmet” som behövs för att hålla ihop en god arbetsmiljö.

Av en ledare krävs mognad, trygghet, rättvist bemötande, pålitlighet, hoppfullhet och hög moral.



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Nyckelkoncept inom POP

## Positiv organisatorisk utveckling och förändring

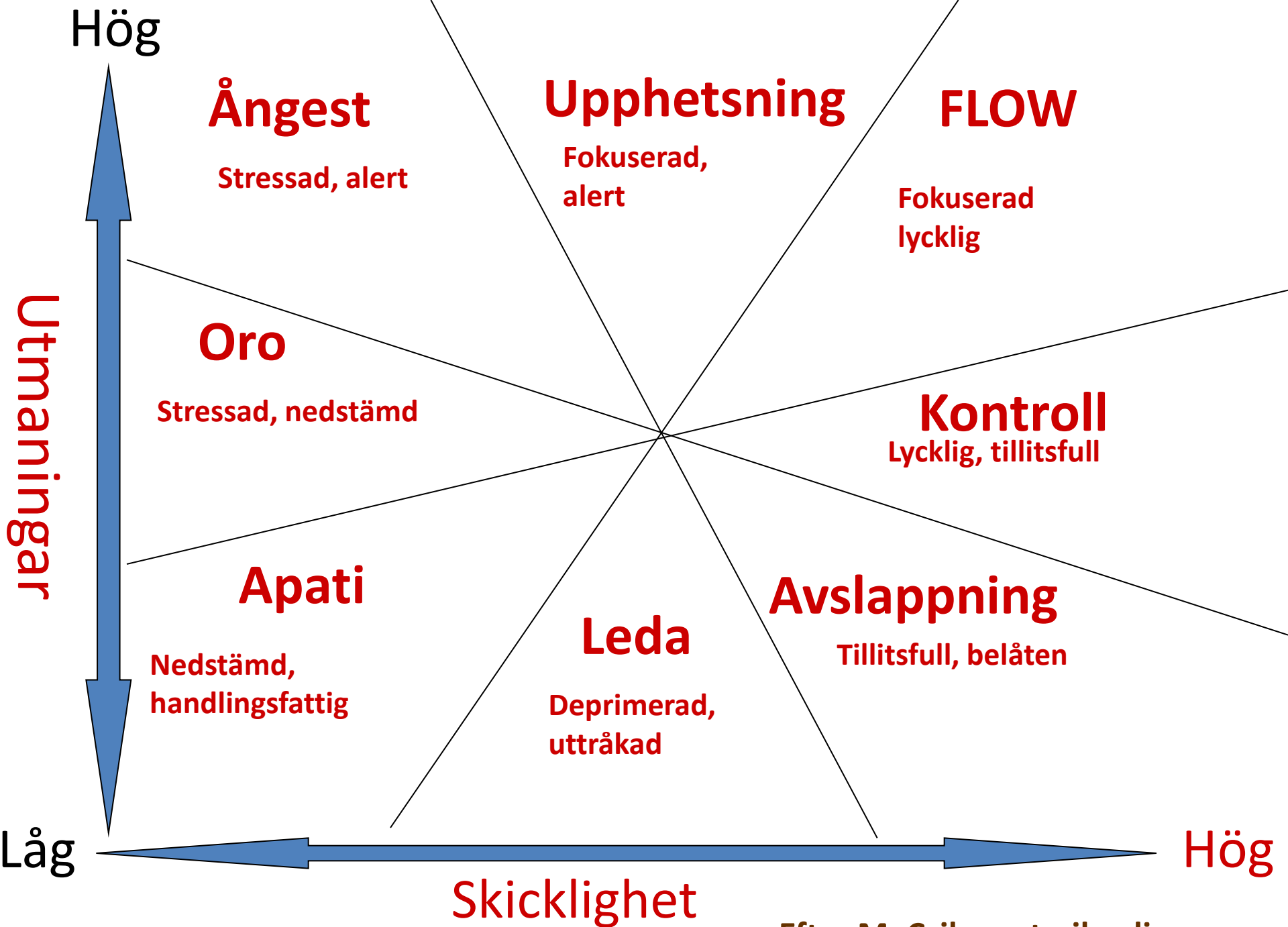
Betoning läggs på att stödja det positiva i situationer för att motverka negativa tendenser och stimulera till positiva förändringar.

Att åtgärda/eliminera det negativa kan väcka starka försvarsreaktioner, vilket kan ses som en naturlig överlevnadsstrategi.



UPPSALA  
UNIVERSITET





Efter M. Csikszentmihayli

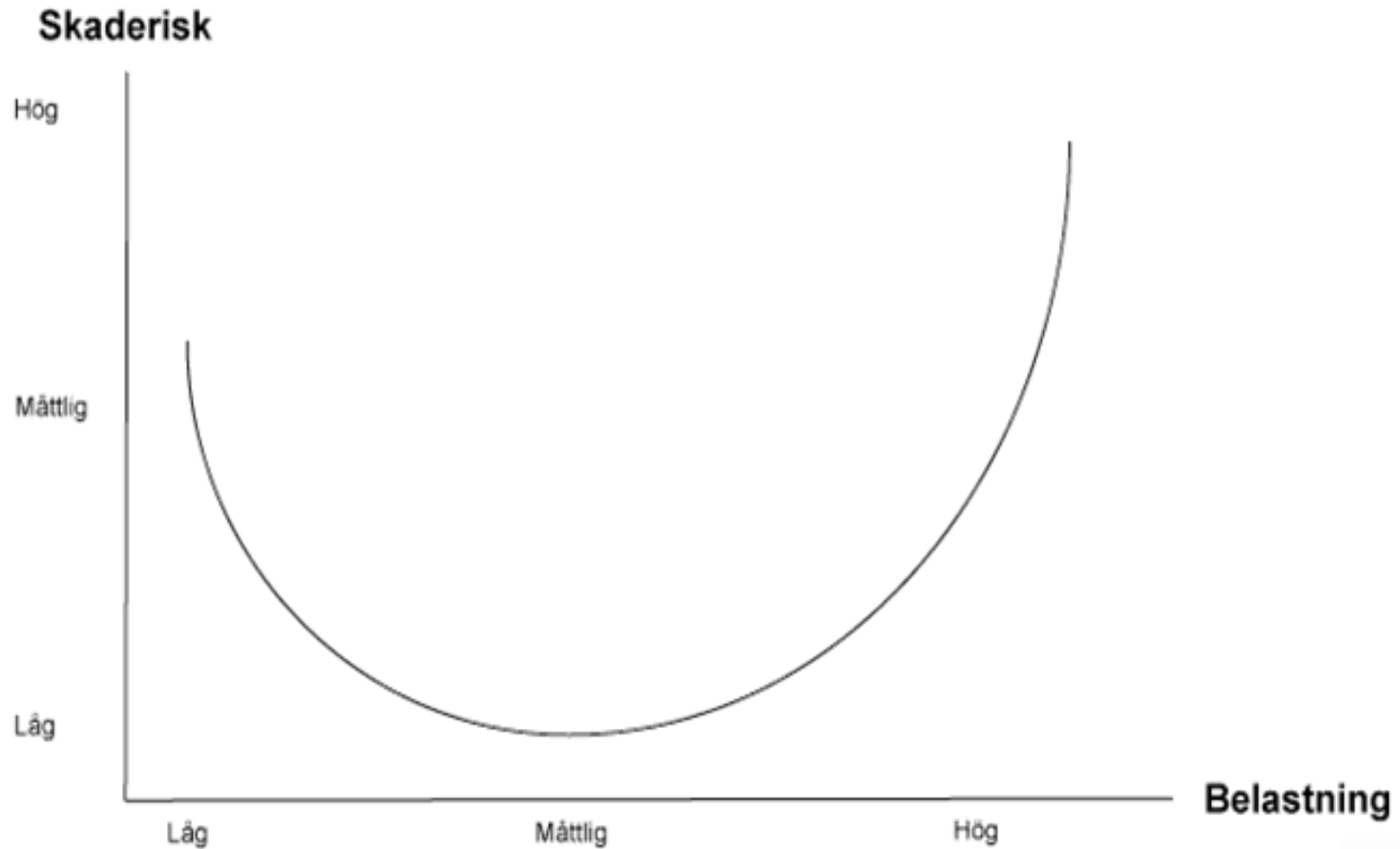
# Positiv fysisk belastning i arbetslivet



UPPSALA  
UNIVERSITET



# Belastningsdos vs. skaderisk



(Winkel 1989)



# Rörelsebrist – en utmaning



# Rörelsebrist – en utmaning

Sitter på jobbet

Sitter i bussen

Sitter hos frisören

Sitter i TV-soffan

Sitter till lunch

Sitter till frukost

Sitter och fikar

Sitter vid möten

Sitter på bio

Sitter och ammar

Sitter i bilen

Sitter och solar

Sitter och betalar räkningar

Sitter vid middagen



# En vidgad syn på arbetsmiljön

God arbetsmiljö

Healthy workplace - Frisk arbetsplats

En frisk arbetsplats maximerar integration av arbetstagarmål för välbefinnande och företagarmål för lönsamhet och produktivitet.

(Sauter et al. 1996)

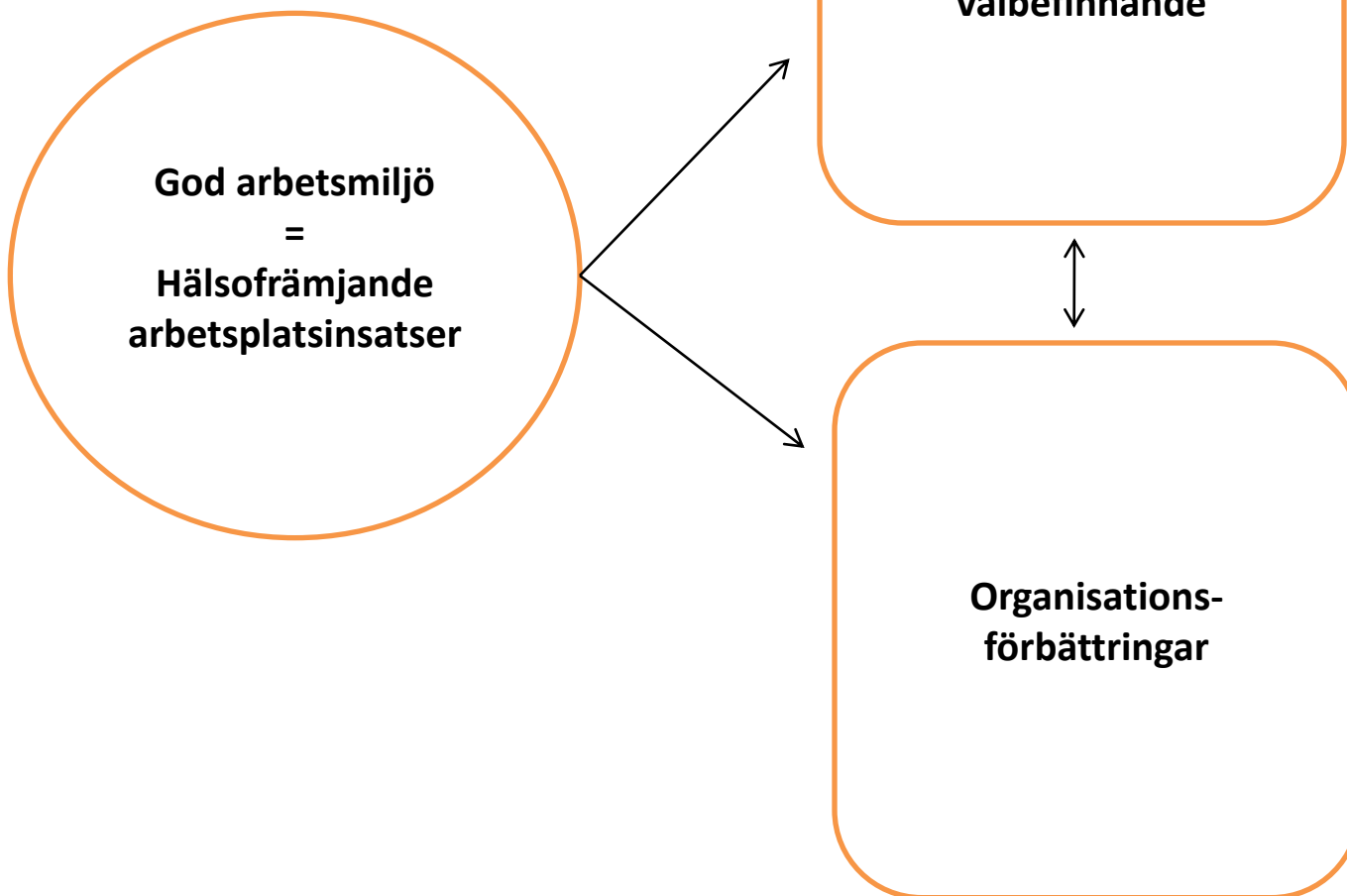


UPPSALA  
UNIVERSITET





# Friska arbetsplatser



## Practices for Achievement of Total Health (PATH) model

### Anställdas välbefinnande

- ↑ Fysisk hälsa
- ↑ Psykisk hälsa
- ↓ Stress
- ↑ Motivation

# Kommunikation

- ↑ Produktivitet
- ↓ Frånvaro
- ↓ Personalomsättning
- ↓ Arbetsolyckor och -skador
- ↓ Kostnader
- ↑ Anställningsprecision
- ↑ Kvalitet
- ↑ Kundnöjdhet

Grawitch M, Gottschalk M, Munz D. The path to a healthy workplace. A critical review linking healthy workplace practices, employee well being, and organizational improvements. Consulting Psychology Journal: Practice and Research. 2006;58(3):129-47.

# God arbetsmiljö-konklusion

- För moderna arbetsmiljöer och arbetskrav räcker inte traditionellt arbetsmiljöarbete
- Konsensus kring begreppet god arbetsmiljö behövs
- Användbara generella indikatorer saknas
- Kunskapsläget är ofärdigt – men inte instabilt
- Finns goda skäl att, som komplement, redan nu börja arbeta med ”goda arbetsmiljöfaktorer”
- God arbetsmiljö kan ge en *frisk arbetsplats* med gynnsamma effekter på individ och verksamhet



# Hur fortsätter vi?

- Fortsatt forskning kring olika aspekter på god arbetsmiljö, i synnerhet fysiskt god arbetsmiljö
- Longitudinella studier
- Kunskapsöversikt över goda arbetsmiljöer/-faktorer och lönsamhet
- Utveckling av indikatorer/mätinstrument
- Arbetsmodeller för implementering



*Healthy organizations are not  
created by accident!*

*Grawitch et al, 2006*



UPPSALA  
UNIVERSITET



HÖGSKOLAN  
I GÄVLE