



ARBETSMILJÖ – FÖRDJUPNING

I den här övningen fördjupar vi oss inom begreppet *arbetsmiljö* och samtalar om vad det ordet egentligen innebär. Förmodligen lägger var och en sin egen innebörd i begreppet *arbetsmiljö* och detta är bra att få insikt i för att förstå varandra i det framtida arbetsmiljöarbetet på arbetsplatsen.

-
- Forskaren Anton Antonovsky har utvecklat en teori som han sammanfattat i begreppet KASAM (**K**änsla **A**v **SAM**manhang). Enligt denna teori ökar hälsan och välbefinnandet när man förstår sin arbetsuppgift, upplever att den är meningsfull och att den är hanterbar, d v s att man har kunskaper, färdighet, tid och resurser att kunna utföra den.
 - Hur uppfattar vi varandras uppgifter i arbetsgruppen?
 - Har vi kunskap och resurser för att kunna utföra våra arbetsuppgifter?
 - Vilken är meningen/syftet med vårt arbete och hur ser vi var och en på meningen/syftet?

 - ”Arbetsmiljön är allas ansvar ...”
”Vi är varandras arbetsmiljö ...”
 - Använder vi dessa fraser?
 - Menar vi det eller är det tomma ord?
 - Om vi menar det, hur märks det i det dagliga arbetet?

 - Arbetsmiljö handlar om alla faktorer i och kring arbetet som påverkar hur vi mår.
 - Vilka faktorer påverkar oss mest?
 - Hur påverkar dessa faktorer oss?

 - Den psykosociala arbetsmiljön handlar exempelvis om sådant som att ha en trygg anställning, möjlighet till personlig utveckling i jobbet eller hur kollegor samarbetar. En bra psykosocial arbetsmiljö ger möjligheter att utveckla kompetens, resurser att utföra arbetsuppgifter på ett bra sätt, eget utrymme för beslut samt innefattar goda relationer med ledning och arbetskamrater.
 - Vad görs för att utveckla den psykosociala arbetsmiljön hos oss?

 - Fysisk arbetsmiljö kan handla om lyft, obekväma eller statiska arbetsställningar eller ensidigt upprepat arbete. Men också skrivbord och stolar, värme, utrymme, buller med mera. Målet är att alla ska kunna jobba ett helt arbetsliv utan att kroppen mår dåligt.
 - Vad görs för att utveckla den fysiska arbetsmiljön hos oss?
-