

V6. Skapa ett hållbart arbetsliv från junior till senior

Nathalie Robert Edgar



prevent

ARBETSMILJÖ | SAMVERKAN
SVENSKT NÄRINGSLIV, LO & PTK

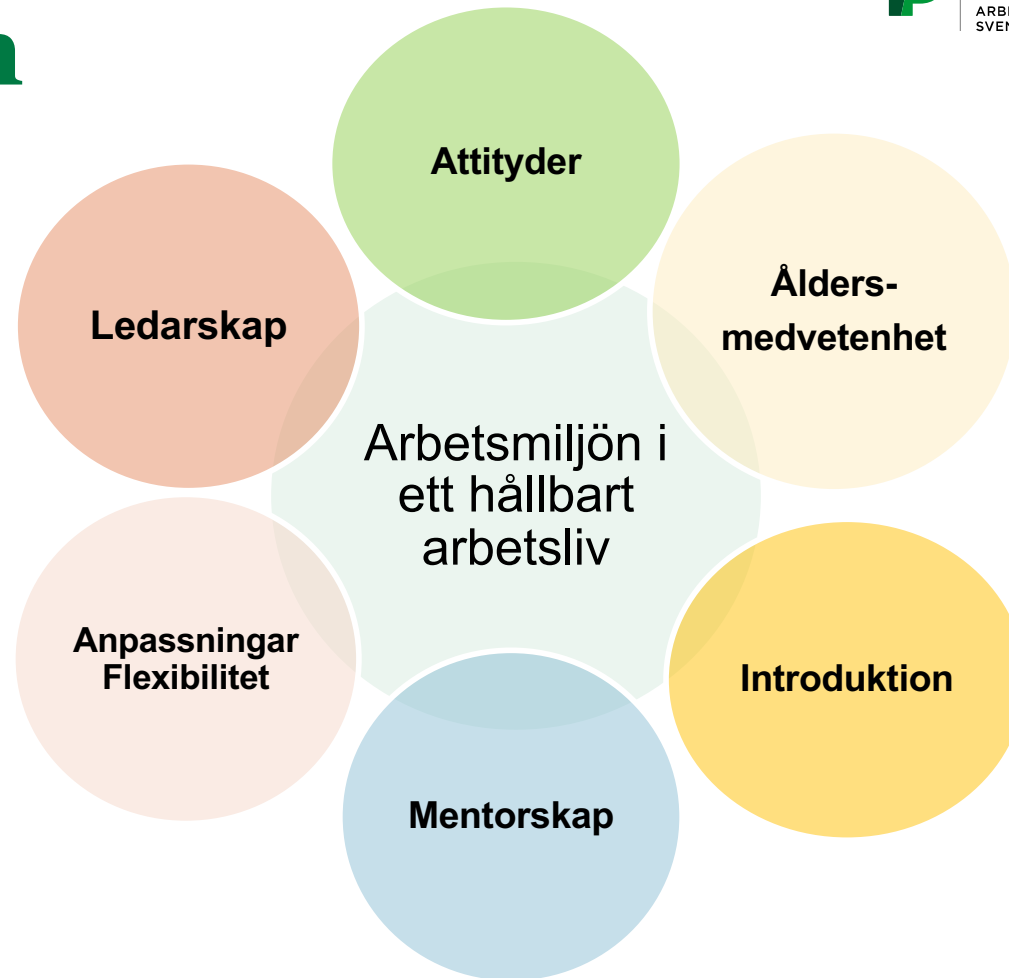
Arbetsmiljön

*i ett hållbart
arbetsliv - från
junior till senior*



Arbetsmiljön

*i ett hållbart arbetsliv
- från junior till senior*



Introduktion

Introduktion

Forskarna Petter Gustavsson och Elin Frögeli beskriver vad som är viktigt för att lyckas med introduktion/onboarding

- Bidrar till god arbetsmiljö
- Struktur/planering
- Handledarens roll
- Stödjande lärklimat

Introduktion Sök

Skapa bra förutsättningar

- 1 Ge så schyssta förutsättningar som möjligt för den som är nyanställd.
- 2 Sätt dig in i de utmaningar som den nyanställda ställs inför.
- 3 Hur välkomnar ni nya kollegor?
- 4 Hur ser den första dagen och veckan ut?
- 5 Vilket stöd finns att få?



Handledarens roll

- 1 Den som får uppdraget att introducera är mycket viktig för en lyckad introduktion.
- 2 Ta hand om, värdesätt och belöna era handledare.
- 3 Se till att det finns en tydlig strategi för introduktionen.
- 4 Låt handledaren vara den som bjuder in till den sociala gemenskapen.





Ledarskap

Ledarskap

Unga chefer

- Webinarium
- Kampanjsida
- LinkedInkampanj – Ung och Chef
- Kampanjfilmer med forskarna och till Guiden Ung och Chef

Kampanjsida:

<https://www.prevent.se/jobba-med-arbetsmiljo/osa/ledarskap/unga-chefer/>

Unga chefer

Sök

Stöd till unga chefer

Hur kan organisationen ta hand om och utveckla sina unga chefer så att de känner sig uppskattade och stärkta i sin roll, och vill stanna kvar? För att lyckas med det behövs en organisationskultur, strukturer och rutiner som inte dömer efter ålder, utan är tillåtande och öppen för alla.

Här finns konkreta tips på vad man kan göra för att underlätta för unga chefer. Se också det inspelade webinariet där forskare och chefer med olika lång erfarenhet ger råd. Presentationen från webinariet hittar du här.



Webinarium: Unga chefers arbetsmiljö

Titta senare Dela

Titta på YouTube



Unga chefers arbetsmiljö - Chefer i samtal

Titta senare Dela

Titta på YouTube

Tips till dig som är ung chef

- 1 Se till att din chefsroll blir så tydlig som möjligt när det gäller ansvar, befogenheter och förväntningar.
- 2 Undersök möjligheten att få en mentor i eller utanför organisationen.
- 3 Jobba med att hitta en balans mellan att vilja framåt och att stanna upp och lära dig.
- 4 Kom ihåg att återhämtning är livsviktigt.

Mentorskap



prevent

ARBETSMILJÖ | SAMVERKAN
SVENSKT NÄRINGSLIV, LO & PTK

Åldersmedvetenhet & attityder

Attityder och olika faser i livet

- 5 case-filmer
- Olika livsfaser och situationer
- Diskussionsfrågor



Anpassningar & Flexibilitet

Arbetsplatsdialogen

- Balans i arbetet
- Kognitiv ergonomi
- Belastningsergonomi

*”Upptäcka tidiga tecken på ohälsa
– och anpassa arbetet”*

ARBETSPLATSDIALOGEN

1. Tidiga tecken > 2. Dialogsamtal > 3. Anpassa > 4. Följa upp



Anpassa arbetet om det behövs

När du och medarbetaren har gått igenom frågorna i Frågeguiden bör ni ha fått en klarare helhetsbild av situationen. Utifrån medarbetarens behov och förutsättningar kan ni avgöra om ni behöver anpassa arbetet, och i så fall hur. För att få en lugn process kan ni göra den bedömningen i ett separat möte efter dialogsamtalet. Då får både du som chef och medarbetaren tid på er att fundera och förbereda er.

För ett långt och lyckligt arbetsliv

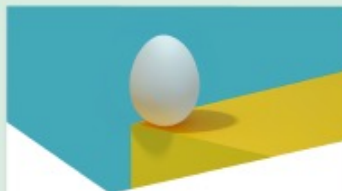
Här hittar du stöd och verktyg som bidrar till att fler kan utvecklas, vara friska och må bra – från den första arbetsdagen till den sista.



Mentorskap – att lära tillsammans.

Alla ställs någon gång inför utmaningar som ett nytt jobb eller nya arbetsuppgifter. Med en mentor kan det gå lättare att skaffa nödvändiga kunskaper, komma in i arbetet och lägga tid på rätt saker.

Läs mer 



Råd och stöd för unga chefer

Stress, otydlighet och höga förväntningar, att vara ung och chef kan vara förknippat med en del utmaningar. Men med rätt vägledning och en flexibel arbetsmiljö kan vi få fler att vilja stanna i chefsrollen.

Läs mer 



En trygg start på jobbet.

För den som är ny på en arbetsplats kan den första tiden upplevas stressig och full av nya intryck. Med en genomtänkt introduktion blir det lättare att känna sig välkommen, förstå sin roll och använda sin kompetens på ett bra sätt.

Läs mer 



Webbinarium – 21 oktober

Arbetsmiljön i ett hållbart arbetsliv – så drar företagen nytta av både junior och senior



**Eva Vingård, professor
emeritus, Uppsala
universitet**



**Viktoria Wahlström,
Med dr
Umeå universitet**



**Per Halldorf, Tender
Manager
Hitachi Energy.**



**Angelica Ekholm, vd
Dalarna Science
park**

Arbetsmiljön

*i ett hållbart arbetsliv
- från junior till senior*





prevent
ARBETSMILJÖ | SAMVERKAN
SVENSKT NÄRINGSLIV, LO & PTK

Skanna QR-koden för att komma
till sidan Hållbart arbetsliv

prevent.se/hallbartarbetsliv

