

“suntarbetsliv

Håll i och håll ut – i friskfaktorarbetet

Cecilia Skeppar

Charlotte Wiberg Wikholm

Gäst: Lena Lundqvist, Processledare
Digitalisering och Service, Region
Västerbotten



Upphovsrätt

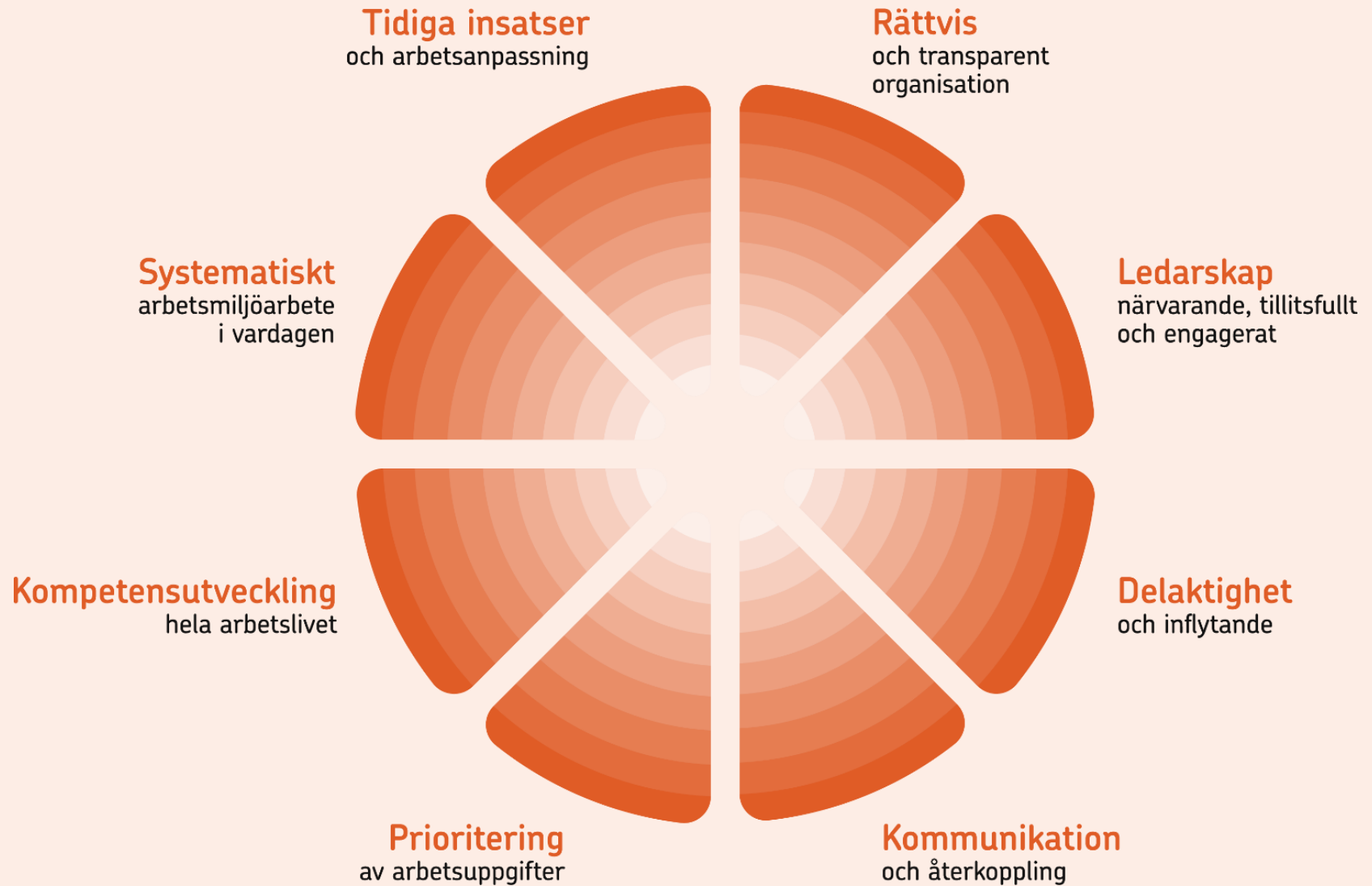
Dokumentet är framtaget av Suntarbetsliv med det syfte som framgår av titelbilden.
Powerpoint-bilderna följer Suntarbetslivs visuella identitet.

Tänk på att foton, bilder, illustrationer och filmer är Suntarbetslivs. Om du önskar använda någon bild i en egen presentation, gör då till exempel en skärmdump där Suntarbetslivs logotype syns, så att det är tydligt vem som är avsändare. Du kan också göra en egen bild enligt din organisations visuella identitet där du inspireras av Suntarbetslivs bildidéer.

Du kan alltså inte ta eller låna powerpoint-bilder, bilder, foton, illustrationer eller filmer utan att ange källa.

Kontakta gärna fraga@suntarbetsliv.se om du undrar över något!

Friskfaktorer



Ett mer främjande arbetssätt

	FRÄMJANDE	FÖREBYGGANDE	EFTERHJÄLPANDE / ÅTERSKAPANDE
ORGANISATION			
GRUPP			
INDIVID			

Organisatoriska
friskfaktorer
vägleder oss till
ett mer
främjande
arbetssätt!

Båda perspektiven behövs! Har ni balans?

F
R
Ä
M
J
A

FOKUS

- Möjligheter
- Styrkor

UNDERSÖKER

- Vad funkar bra?
- Vilka styrkor har vi?

LÖSNINGAR

- Bygger vidare på det som funkar
- Vågar prova och utvärdera
- Prioriterar det värdeskapande



EFFEKTER

- Motivation
- Helhetstänk
- Risker uppstår mer sällan
- Systematiskt arbetssätt och goda rutiner
- Samverkan
- Lösningfokuserade medarbetare
- Långsiktighet



- ✓ God arbetsmiljö
- ✓ Attraktiv arbetsplats

F
Ö
R
E
B
Y
G
G
A

FOKUS

- Risker
- Problem
- Svagheter

UNDERSÖKER

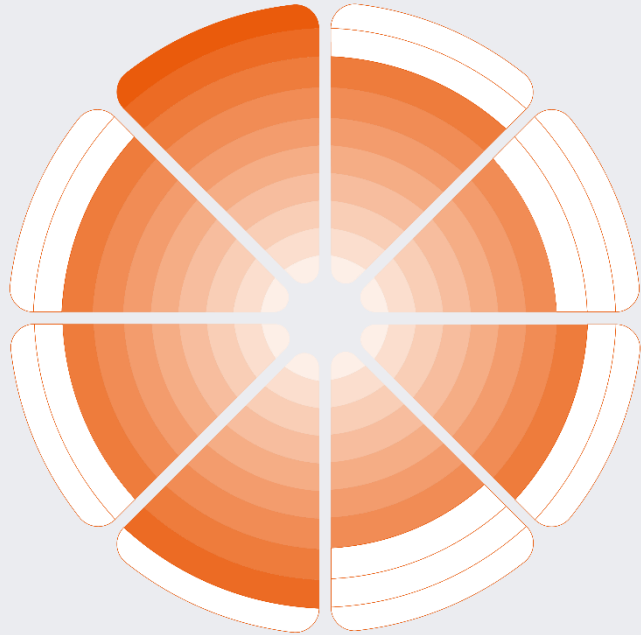
- Vad funkar dåligt?
- Vilka risker och svagheter finns här?
- Vad är rot-orsak resp. symtom?

LÖSNINGAR

- Åtgärdar rot-orsaker
- Följer upp att åtgärd fått bort risk
- Prioriterar de största riskerna



Att gå från nuläge till önskat läge



Nuläge

Vad behöver vi
fortsätta, börja och sluta göra
- för att bättre nå dit vi vill?



Önskat läge



Integrera i befintliga strukturer



Risk- och frisk-
bedömning



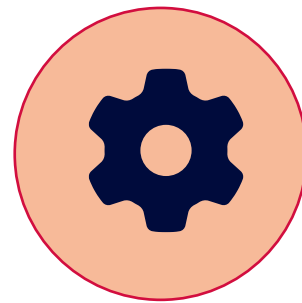
Friskfaktorer
som
mål för OSA



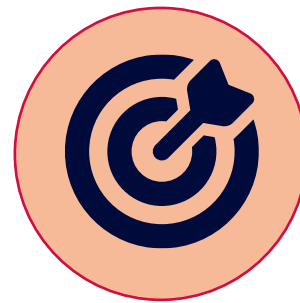
Friskfaktorerna
in i
medarbetar-
undersökningar



Regelbundna
PULS-
mätningar



Friskfaktorer i
årshjul för SAM



Friskfaktorer i
verksamhets-
planen

Framgångsfaktorer i friskfaktorarbetet

Få med ledningen



Arbeta främjande



Samverka



Gör inte mer, gör
annorlunda



Skapa gemensam
bild



Var konkreta



Stöd processledaren



Jobba på alla nivåer



Anpassa rutiner



Var uthålliga



Friskfaktorer

Digitalisering och Service

Region Västerbotten

Lena Lundqvist Processledare

Mognadstrappa (kompetenstrappa)

Kunskap:

Teori
Gemensamma begrepp

2 workshops á 3
timmar/ grupp
ledningsgrupper
chefer + skyddsombud

Praktik:

Använda i vardag
Stöd
Reflektion
Uppföljning

- Friskfaktorer för ökad medarbetartrivsel 1.
- Analys case kulvert.
- Utvärdering av strejkvarsel
- Chefers arbetsmiljö
- Material
medarbetarsamtalsmall,
kommunikationsstöd
RoK mall

Praktik:

Fler områden
Stöd
Reflektion
Uppföljning

- Arbeta med verktygen på chefsforum
- Erfarenhetsutbyte
- Friskfaktorer för ökad medarbetartrivsel 2

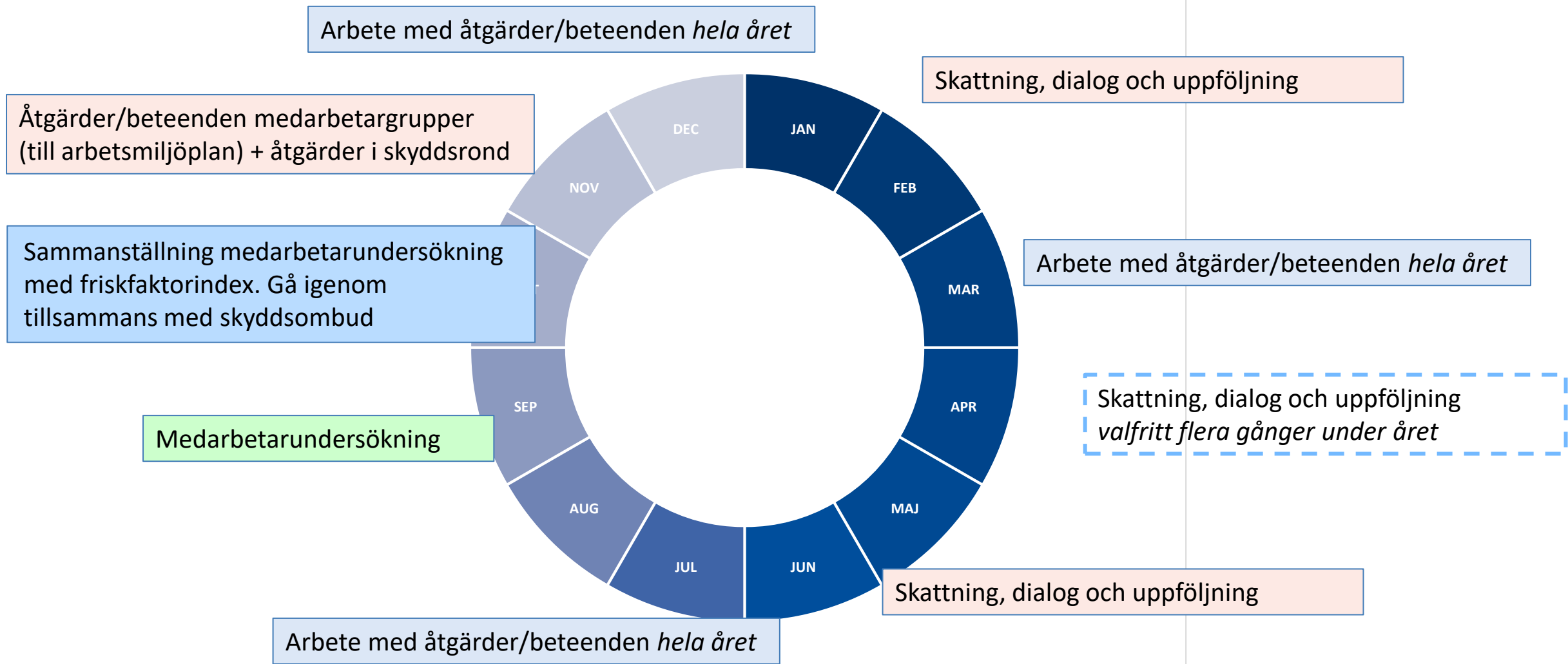
Integrerat:

Naturliga arbetssätt

- Input
- Påminnelser

Uppföljning:
Chefsforum, Basenheterna,

Friskfaktorer för ökad medarbetartrivsel 2025-26

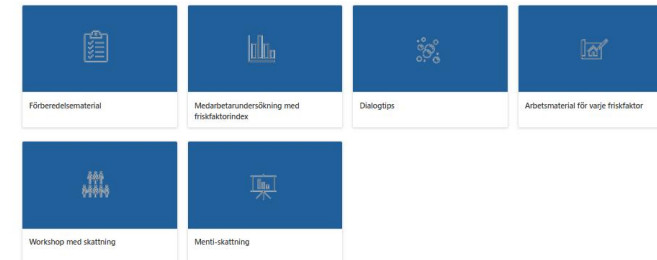


Stöd för cheferna

- **Material för arbetet i medarbetargrupperna**
Upplägg, dialogstöd, övningsbank, underlag skattningar
- **Medarbetarsamtalsmall**
Uppdelat efter friskfaktorerna
- **Kommunikationsstöd**
Friskfaktorsnurran
- **Risk och konsekvens analys mall**
Vinster – styrkor
Friskbedömning
.

Friskfaktorer för ökad medarbetartrivsel 2025-26

Material för att arbeta med friskfaktorer för att stärka arbetsmiljön och öka medarbetartrivseln.



Risk - och konsekvensanalys

Med hjälp av friskfaktorer kan du göra en balanserad risk- och konsekvensanalys.



Risk mall



Frågor

Reflektera tillsammans

Vad får ni för tankar och idéer just nu efter det ni precis har hört?

15 min





Frågor

Tack!