

# PSYKOLOGHUSET

## Organisatorisk och social arbetsmiljö

Utbildning om AFS 2015:4

Den sista mars 2016 trädde en ny arbetsmiljöföreskrift i kraft. Arbetsgivarens ansvar för att förebygga psykisk ohälsa och utmattning tydliggörs.

Psykologhusets utbildning ger chefer och arbetsledare den kunskap som föreskriften kräver och är tänkt att användas som ett komplement till organisationens eget arbete med att implementera den nya föreskriften. Utöver föreskriftens innehåll får deltagarna konkreta tips om hur man långsiktigt arbetar för att uppfylla kraven i föreskriften.



## Föreskriften i korthet

Syftet är att främja en god arbetsmiljö och förebygga ohälsa.

### Kunskap

Arbetsgivaren ska säkerställa att chefer och arbetsledare har kunskaper kring hur man förebygger och hanterar ohälsosam arbetsbelastning samt kränkande särbehandling.

### Arbetsbelastning

Arbetsgivaren ska säkerställa att resurserna anpassas till kraven i arbetet så att ohälsosam arbetsbelastning inte uppstår.

### Arbetstid

Arbetsgivaren ska vidta åtgärder för att motverka att arbetstidens förläggning leder till ohälsa hos arbetstagna.

### Kränkande särbehandling

Det ska vara klargjort att kränkande särbehandling inte accepteras i verksamheten.

## Utbildning

### 1. Genomgång av AFS 2015:4

Genomgång av innehållet och innebörden av arbetsmiljöföreskriften.

### 2. Att förebygga psykisk ohälsa

Genomgång av fakta kring stresshantering, utmattning och om hur man förebygger ohälsosam arbetsbelastning och andra risker förknippade med psykisk ohälsa på arbete. Att motverka kränkande särbehandling och skapa god psykosocial arbetsmiljö ingår.

### 3. Att rehabilitera efter utmattning

Senaste forskningsrön kring behandling av arbetsrelaterad ohälsa med fokus på utmattningssyndrom.

### 4. Diskussion

Vad innebär detta för er organisation? Hur ser situationen ut på arbetsplatsen?

### 5. Nästa steg

Diskussion kring vilka åtgärder som behöver vidtas inklusive målformulering.

Det finns goda möjligheter att förebygga utmattning. Rehabilitering är mer tids- och resurskrävande. Riskfaktorer för utmattning är diskrepans mellan förväntad prestation och resurser, bristande stöd samt långvarig stress kring arbetet och bristande känsla av kontroll. Stöd från chefer samt stöd från kollegor har visat sig vara skyddande faktorer för att förebygga utmattning.

**Psykologhuset** är en mottagning på Stortorget, i centrala Malmö. Vi erbjuder psykologisk kompetens för organisationer på individ-, grupp- och organisationsnivå.

Vi är även verksamma inom klinisk psykologi och kan erbjuda behandling som en del av rehabilitering av medarbetare som lider av psykisk ohälsa.

### Kontakta oss gärna för mer information:

Psykolog Lina Sjöholm, verksamhetschef, senior konsult

Telefon: 0702-26 25 23

[lina.psykologhuset@gmail.com](mailto:lina.psykologhuset@gmail.com)



[www.psykologhusetmalmo.se](http://www.psykologhusetmalmo.se)