

Ohälsosam arbetsbelastning

Ohälsosam arbetsbelastning kan leda inte bara till sjukdomar utan även till oönskade händelser i form av olyckor och tillbud. Sådana händelser skylls ofta på mänskliga misstag, trots att misstagen sällan är den grundläggande orsaken. Misstagen är istället ofta en följd av arbetsförhållandena och arbetssituationen. I besvärliga situationer kan vem som helst göra misstag, oavsett utbildning och erfarenhet. T ex störningar och tidspress gör det svårt att uppfatta viktiga detaljer och stör förmågan att koncentrera

sig på arbetsuppgiften. Trötthet och bristande koncentration försämrar ens förmåga att bedöma situationen och sitt eget agerande, vilket ökar risken för felbedömningar. Därför är det viktigt att planera arbetsmiljöer, förhållanden, system och arbetsrutiner så att det svarar mot människornas förutsättningar. I den här foldern finns exempel på vad man bör tänka på för att skapa hälsosammare arbetsplatser som är både sunda och säkra.

Vi på Byggföretagen uppmanar alla medlemsföretag att på Säkerhetsdagen stanna upp och tänka över hur riskerna för belastningsskador kan förebyggas på de egna arbetsplatserna.

Samla alla medarbetare och avsätt en stund för att utifrån bl a nedanstående frågor diskutera hur var och en kan bidra till en sundare och friskare arbetsplats. Gör gärna detta i samband med t ex ett byggmöte eller en skyddsronde eller en arbetsplatsträff.

Bestäm vilka åtgärder ni behöver vidta på era arbetsplatser eller i er organisation om ni ser brister eller förbättringsområden i era nuvarande arbetssätt och arbetsmetoder.

Hur ser det ut på era arbetsplatser? Diskutera med varandra!	Svar
• Hur ser följande krav ut i vår verksamhet?	
# arbetsmängd	
# tidsramar	
# typ av arbetsuppgifter (rutinartade eller ständigt olika)	
# arbetsuppgifternas svårighetsgrad	
# komplexa IT/tekniksystem (IT-stress)	
# kontakter med kunder, anhängiga, hyresgäster etc (emotionell påfrestning)	
# förändringar i verksamheten	
• Hur ser resurserna ut i vår verksamhet?	
# arbetsmetoder (nya eller gamla)	
# arbetsredskap (nya eller gamla)	
# kunskaper och kompetens	
# bemanning	
# socialt stöd från chefer och kollegor	
# tydliga mål, förväntningar och arbetsuppgifter	
# återkoppling på arbetsinsats	
# möjligheter till kontroll över arbetssituationen	
# möjligheter till återhämtning	
• Upplever vi att ovanstående krav och resurser är i balans med varandra i vår verksamhet? Diskutera och ge förslag på åtgärder.	
• Har vi upplevt att en obalans mellan ovanstående krav och resurser har ökat risken för mänskliga misstag som lett till olyckor eller tillbud? Diskutera och ge förslag på åtgärder.	
• Förekommer mobbing eller kränkande särbehandling hos oss i vår verksamhet? Vet du vem/vilka du ska prata med om det förekommer mobbing/kränkande särbehandling?	
• Vet du vem/vilka du ska prata med på din arbetsplats om du upplever en ohälsosam belastning?	