

## **ARBETSBELASTNING – Riskbedömning och handlingsplan för arbetsbelastning**

I en hälsosam arbetsmiljö balanseras kraven med resurserna, så att arbetsbelastningen blir lagom. En ohälsosam arbetsbelastning uppstår däremot när kraven överstiger resurserna under en längre tid, och möjligheten till återhämtning inte är tillräcklig.

Kraven kan handla om arbetsmängd, tidspress eller hur svåra och ansvarsfyllda uppgifterna är. De kan också vara fysiska (exempelvis tunga lyft, repetitiva uppgifter), kognitiva (lösa komplexa uppgifter eller hantera många arbetsuppgifter parallellt) eller emotionella (exempelvis hantera svårt sjuka eller krävande patienter/brukare/elever eller ha ett serviceyrke med krav på att alltid vara trevlig).

Att minska arbetsmängd, ändra prioriteringsordning, variera arbetsuppgifter, ge möjlighet till återhämtning, andra arbetssätt, öka bemanning eller tillföra kunskap är exempel på åtgärder som kan förebygga en ohälsosam arbetsbelastning.

För mer information se arbetsmiljölagen, föreskriften om systematiskt arbetsmiljöarbete (AFS:2001:1) och föreskriften om organisatorisk och social arbetsmiljö (AFS: 2015:4).

**GENOMFÖRANDE**

1. Börja med att göra en beskrivning av arbetsbelastningen i nuläget. Hämta information från sådant som framkommit på arbetsplatsträffar, i skyddskommitté/ samverkansgrupp, tidigare kartläggningar av arbetsmiljön, tidigare och nuvarande scheman, tillbudsrapportering, arbetsskadeanmälningar och sjukskrivningar.
2. Gå igenom checklistan nedan, lägg till faktorer att bedöma som är relevanta inom er verksamhet om de saknas i checklistan.
3. Kom överens om vilka åtgärder som behövs för att förbättra situationen inom de områden där ni funnit risker, börja att åtgärda de områden där ni bedömt att högst risk för ohälsa eller olycksfall förekommer. Risker som bedömts som höga (röd) ska åtgärdas snarast. För de risker som inte åtgärdas direkt ska en handlingsplan upprättas.
4. Gör en handlingsplan. För varje åtgärd ska det finnas en ansvarig, en tidpunkt för när åtgärden ska vara genomförd och när uppföljning ska göras och av vem.
5. Den ansvariga chefen och skyddsombudet skriver slutligen under checklistan.
6. Fundera över vilka åtgärder som behöver förankras och på vilket sätt det ska göras innan de genomförs. Om åtgärderna innebär större förändringar i verksamheten måste en riskbedömning först göras.
7. Genomför åtgärderna.
8. I samverkan med medarbetarna följer den ansvariga chefen upp, utvärderar. Syftet med uppföljning är att kontrollera om åtgärderna varit tillräckliga och haft rätt effekt. Kom ihåg att återkoppla till de medarbetare som berörs, liksom till de som är ansvariga högre upp i organisationen och skyddsombud.

**Riskbedömning och handlingsplan för arbetsbelastning**

<b>Datum: 22-03-29</b>	<b>Ansvarig chef: Annika Rambell-Moro och Anna Wallström Corvalán</b>
<b>Arbetsplats: Förskolan Fröjden</b>	<b>Skyddsombud: Therese Friis</b>
<b>Grupp/Yrkeskategori: Samtliga medarbetare på Fröjden</b>	<b>Övriga deltagare:</b>

Identifierade riskfaktorer att bedöma utifrån arbetsbelastning och dess påverkan på hälsan	Låg	Medel	Hög	Konsekvensbeskrivning – vad kan den identifierade risken få för konsekvenser för hälsan	Åtgärd – vad ska göras för att minimera risken för ohälsa och olycksfall utifrån arbetstidens förläggning	Ansvarig och datum för när åtgärd ska vara genomförd	Uppföljning av åtgärd Datum och namn på ansvarig
Prioriteringsordning till viss del okänd bland medarbetare		X		Att medarbetare inte känner till hur de ska prioritera när arbetsbelastningen är hög och/eller tiden inte räcker till skapar stress och kan långsiktigt leda till konflikter inom eller mellan medarbetare/grupper.	Ta fram skriftlig rutin för prioritering av arbetsuppgifter samt informera alla medarbetare om den på APT.  Tydliggöra prioriteringar utifrån uppdragen som förskollärare respektive barnskötare.	Anna Wallström Corvalán 22-05-17	Annika Rambell-Moro 22-06-21

## Kungsholmens stadsdelsförvaltning

Identifierade riskfaktorer att bedöma utifrån arbetsbelastning och dess påverkan på hälsan	Låg	Medel	Hög	Konsekvensbeskrivning – vad kan den identifierade risken få för konsekvenser för hälsan	Åtgärd – vad ska göras för att minimera risken för ohälsa och olycksfall utifrån arbetstidens förläggning	Ansvarig och datum för när åtgärd ska vara genomförd	Uppföljning av åtgärd Datum och namn på ansvarig
				Stress och konflikter kan leda till stressrelaterade symtom och sjukdom.			
Fysiskt krävande arbete			x	Medarbetare känner inte till hur de ska arbeta när arbetet är fysiskt krävande. Att arbeta med fysiskt krävande arbetsuppgifter på fel sätt riskerar att leda till akuta skador men även förslitningsskador på sikt.	Anlita ergonom från företagshälsovården för utbildning på plats gällande fysiskt krävande arbetsuppgifter.	Anna Wallström Corvalán 22-06-14 (APT)	Annika Ramell-Moro 22-09-06 (APT)
Kognitivt krävande arbete		x		Medarbetare upplever att de saknar de resurser som krävs för att hantera kognitivt tunga arbetsuppgifter. Upplevelsen kan skapa stress och leda till ohälsosam arbetsbelastning och stress.	En fördjupad diskussion med förskollärarna ska genomföras för att se vilka resurser som saknas.  Prioriteringsrutin upprättas. Se punkt om prioriteringsordning.	Anna Wallström Corvalán 22-04-26 Förskollärargrupp  22-05-17	Annika Rambell-Moro 22-06-21  22-06-21
Saknas arbetsredskap	x			Främst förskollärare upplever att de saknar de arbetsredskap de behöver.	Fördjupad diskussion gällande vilka arbetsredskap som saknas.	Anna Wallström Corvalán 22-04-26 (Förskollärargrupp)	Annika Rambell-Moro 22-06-21

## Kungsholmens stadsdelsförvaltning

Identifierade riskfaktorer att bedöma utifrån arbetsbelastning och dess påverkan på hälsan	Låg	Medel	Hög	Konsekvensbeskrivning – vad kan den identifierade risken få för konsekvenser för hälsan	Åtgärd – vad ska göras för att minimera risken för ohälsa och olycksfall utifrån arbetstidens förläggning	Ansvarig och datum för när åtgärd ska vara genomförd	Uppföljning av åtgärd Datum och namn på ansvarig
Otillräckligt med personal för utföra arbetsuppgifterna		x		Merparten av medarbetarna upplever att de är otillräckligt med personal. Under de senaste pandemiåren har sjukfrånvaron varit hög. Vilket har inneburit vikarier och sämre kontinuitet i verksamheten. Det skapar stress och hög arbetsbelastning hos medarbetarna.	Ta fram tydlig skriftlig prioriteringsordning vid hög arbetsbelastning eller då sjukfrånvaron är hög.  Informera om prioriteringsordningen på APT.	Anna Wallström Corvalán 22-05-17 (Studiedag)	Annika Rambell-Moro 22-06-21
Hinner inte med arbetsuppgifter			x	Svårt att hinna med arbetsuppgifterna vilket kan leda till stress och stressrelaterade besvär och riskerar att leda till konflikter i eller mellan arbetsgrupper.	Fördjupad dialog med medarbetargruppen (förskollärare och barnskötare för sig till att börja med) om arbetsuppgifter samt arbetssätt för att hitta vilka arbetsuppgifter man inte hinner, plocka bort arbetsuppgifter, hitta andra arbetssätt samt tydliggöra prioriteringsordningen.	Anna Wallström Corvalán  22-05-17 (studiedag)	Annika Rambell-Moro  22-06-21

## Kungsholmens stadsdelsförvaltning

Identifierade riskfaktorer att bedöma utifrån arbetsbelastning och dess påverkan på hälsan	Låg	Medel	Hög	Konsekvensbeskrivning – vad kan den identifierade risken få för konsekvenser för hälsan	Åtgärd – vad ska göras för att minimera risken för ohälsa och olycksfall utifrån arbetstidens förläggning	Ansvarig och datum för när åtgärd ska vara genomförd	Uppföljning av åtgärd Datum och namn på ansvarig
					Studiedag i maj		
Arbetsbelastning			X	Arbetsbelastningen upplevs högre än rimlig av ca hälften av medarbetarna. Under pandemiperioden har sjukfrånvaron varit hög och många vikarier har arbetat, det ökar kraven både i form av introduktion och antalet arbetsuppgifter som ordinarie medarbetare ska göra. Hög belastning kan ge stressrelaterade besvär och skapa konflikter.	Fördjupad dialog med medarbetargruppen (förskollärare och barnskötare för sig till att börja med) om arbetsuppgifter samt arbetssätt för att hitta vilka arbetsuppgifter man inte hinner, plocka bort arbetsuppgifter, hitta andra arbetssätt samt tydliggöra prioriteringsordningen.	Anna Wallström Corvalán 22-05-17 (studiedag)	Annika Rambell-Moro 22-06-21
Resurser för att klara arbetet		X		Resurser som flest medarbetare ser brister i är bemanning och möjligheten till återhämtning. Brist på återhämtning kan övertid ge stressrelaterade problem och sjukdomar.	Se över organisation och arbetssätt för att möjliggöra återhämtning under arbetsdagen men även efter perioder av hög arbetsbelastning.	Anna Wallström Corvalán  22-04-19 APT	Annika Rambell-Moro  22-06-07

Identifierade riskfaktorer att bedöma utifrån arbetsbelastning och dess påverkan på hälsan	Låg	Medel	Hög	Konsekvensbeskrivning – vad kan den identifierade risken få för konsekvenser för hälsan	Åtgärd – vad ska göras för att minimera risken för ohälsa och olycksfall utifrån arbetstidens förläggning	Ansvarig och datum för när åtgärd ska vara genomförd	Uppföljning av åtgärd Datum och namn på ansvarig
Brist på tid för återhämtning		X		Medarbetare har svårt att hitta tid för återhämtning under arbetspasset och efter intensiva arbetsperioder. För lite återhämtning ökar risken för stressrelaterade symtom.	Se över hur arbetet är organiserat och möjliggör återhämtning under arbetsdagen genom att rast och paus kan tas. Se över schema.	Anna Wallström Corvalán  APT augusti	Annika Rambell-Moro  APT oktober
Forum för dialog om arbetsbelastning	X			Medarbetare känner inte till befintliga rutiner och i vilka forum arbetsbelastning lyfts och undersöks. Risk att för hög arbetsbelastning kvarstår och leder till stressrelaterade symtom och konflikter.	Tydliggöra befintliga rutiner så alla medarbetare känner till dessa. Arbetsbelastning undersöks och följs upp kontinuerligt genom medarbetarsamtal, Medarbetarenkät, APT och avdelningssamtal	Anna Wallström Corvalán  22-04-19	Annika Rambell-Moro  22-06-07
Kunskap om rapportering av ohälsosam arbetsbelastning	X			Några medarbetare känner inte alls till rutinen för rapportering av hög arbetsbelastning.	Genomgång av vad, när och hur man rapporterar arbetsmiljöhändelser på APT	Anna Wallström Corvalán 22-04-19	Annika Rambell-Moro 22-06-07

Identifierade riskfaktorer att bedöma utifrån arbetsbelastning och dess påverkan på hälsan	Låg	Medel	Hög	Konsekvensbeskrivning – vad kan den identifierade risken få för konsekvenser för hälsan	Åtgärd – vad ska göras för att minimera risken för ohälsa och olycksfall utifrån arbetstidens förläggning	Ansvarig och datum för när åtgärd ska vara genomförd	Uppföljning av åtgärd Datum och namn på ansvarig
Arbetsskador/Tillbud		X		Flertalet inrapporteringar gällande låg bemanning på grund av sjukdom.	Kontinuerlig uppföljning med medarbetare som har återkommande frånvaro.  Ser över organisation och tar in vikarier efter behov.	Anna Wallström Corvalán	Annika rambell-Moro

**Riskbedömning ska behandlas i samverkansgrupp/skyddskommitté. Följande chefer och skyddsombud har deltagit.**

Namn	Arbetsplats	Titel/funktion
Annika Rambell-Moro	Hornsbergs förskolor	Rektor
Anna Wallström Corvalán	Fröjdens förskola	Biträdande rektor
Therese Friis	Fröjden förskola	Skyddsombud lärarförbundet



--	--	--