

Kapitel 4 – Arbetsmiljö och medicinsk studie- och yrkesvägledning

Fakta hämtat från jobbafrisk.se och arbetsmiljoforum.se och arbetsmiljoupplysningen.se

Arbetsmiljö är den miljö du befinner dig i när du är på skolan och längre fram, när du är på jobbet. Du kommer att jobba i många år och därför är det viktigt att du har koll på vad du behöver för att få ett hållbart arbetsliv.

I det här kapitlet ska du få lära dig mer om arbetsmiljö och när det kan vara viktigt att ha lite extra koll på den.

Begrepp	Förklaring
Arbetsmiljö	Arbetsmiljö handlar om miljön på jobbet, alltifrån arbetsredskap och maskiner, luft, ljud och ljus till stress, trivsel och arbetsorganisation.
Skyddsombud	Fackligt ombud som har i uppdrag att hålla koll på arbetsmiljön och diskutera med arbetsgivaren om arbetsmiljön inte är bra så att det kan bli en bra arbetsmiljö.
Ombud	En person som representerar en grupp människor i tex en fackförening. I skolan finns elevrådsombud. De är valda av andra elever i klassen för att föra fram klassens åsikter vid elevrådsmöten med rektorn.
Ohälsa	När du inte mår bra. Det kan vara både fysiskt och psykiskt. Exempel på fysisk ohälsa kan vara astma, allergi och eksem. Exempel på psykisk ohälsa kan vara att du känner dig stressad, ledsen, har svårt att sova och mår dåligt en längre tid. Alla människor kan må dåligt i kortare perioder. Om du känner dig ledsen och orolig en längre tid bör du ta kontakt med din skolsköterska eller kuratorn på skolan, eller någon annan vuxen som du har förtroende för. Det finns hjälp att få!
Behörighet	När du har tillräckligt med kunskap för att få utföra en arbetsuppgift eller börja en utbildning. Ett körkort är ett bevis på att du har tillräckligt med kunskaper för att få köra bil. Elektriker får efter sin utbildning ett certifikat att de får göra elinstallationer. En läkare måste ha en läkarlegitimation för att få jobba som läkare.

Vad är arbetsmiljö?

Arbetsmiljö handlar om miljön på jobbet, alltifrån arbetsredskap och maskiner, luft, ljud och ljus till stress, trivsel och arbetsorganisation. Det ska finnas någonstans att byta om till arbetskläder om det behövs, att det finns någonstans att ta rast och äta lunch och gå på toaletten.

Skolan är en arbetsplats där det är viktigt att hålla koll på arbetsmiljön för elever och personal. Ofta är det så att vi inte tänker så mycket på arbetsmiljön förrän vi tycker att den inte är så bra. Arbetsmiljöforum har tagit fram några punkter som är tecken på dålig, men också bra arbetsmiljö.

Tecken på dålig och bra arbetsmiljö

Tecken på dålig arbetsmiljö

När du tex. tycker:

- Att jobbet är alldeles för stressigt
- Att det luktar konstigt i lokalerna
- Att det saknas skydd på maskiner
- Att det saknas skyddsutrustning
- Att någon blir mobbad
- Att det bullrar för mycket

Kort sagt:

Det finns brister i arbetsmiljön.

Tecken på en bra arbetsmiljö

- Att uppleva trivsel, samvaro, vänskap
- Att kunna påverka och planera sitt eget arbete
- Att få möjlighet att lära sig nya saker och utvecklas
- Att kommunikationen är öppen och tydlig
- Att man respekterar varandra
- Att få variation för kropp och själ
- Att få feedback på det man gör och uppmuntras att förbättra arbetet om det behövs
- Att ha kontroll, ligga steget före och undvika negativ stress
- Att risken för ohälsa och skador på grund av arbetet är liten
- Att kunna känna trygghet
- Att veta när man har gjort ett bra jobb
- Att veta vilket ansvar och vilka befogenheter man har
- Att få göra fel
- Att få hjälp och stöd

Vem har ansvar och hur får man en bra arbetsmiljö?

Alla som finns på en arbetsplats har ansvar för att arbetsmiljön är bra, även om arbetsgivaren har ett extra stort ansvar. I skolan är det rektorn som har störst ansvar för att lärare och elever mår bra på sin arbetsplats. Nedan finns några punkter som är viktiga för att alla tillsammans får en bra arbetsmiljö.

Vad som behövs för en bra arbetsmiljö?

- | | |
|----------------------------------|--|
| • Bra stämning | • Inflytande |
| • Bra chefer | • Bra fysisk miljö |
| • Får lära nytt | • Jämställdhet och mångfald |
| • Nöjd med sin arbetsinsats | • Koll på stress |
| • Tydliga mål | • Låg frånvaro |
| • Jobb och fritid går att förena | • Det är ok att ha en annan åsikt och säga det |



På alla arbetsplatser är det viktigt att de som arbetar där undersöker sin arbetsmiljö och försöker ändra på det som inte fungerar. Så är det också för elever i skolan.

För eleverna kan det finnas elevskyddsombud och för dem som jobbar i skolan ska det finnas skyddsombud. Dessa har i uppdrag att hålla ett extra vakande öga på arbetsmiljön. Elever och anställda kan prata med sina ombud om de tycker att arbetsmiljön inte är bra.

Om det är något i arbetsmiljön som du inte tycker är bra, då kan du prata om det på klassrådet. Sedan kan elevrådsrepresentanten prata om det när elevrådet träffar rektorn.

Titta på punkterna som handlar om vad som behövs för en bra arbetsmiljö.

Hur tycker du att arbetsmiljön är på din skola?

.....

.....

.....