



Foto Colourbox

ALLA KAN BLI LEDARE, men alla kan inte bli en bra ledare!

Lena Göstasson, VD och chefscoach på Arbetslivspartner Företagshälsa och Vickie Peolin, hälsostateg på Vitalkompetens samarbetar **kring utbildningar inom hållbar ledarhälsa**. Tillsammans har de skapat en utbildning för att ge ledare verktyg i sin roll att utveckla en god och hållbar ledarhälsa. Här kan ni läsa de viktiga delarna i deras arbete i målet att skapa ett hållbart arbetsliv.

TEXT **Lena Göstasson & Vickie Peolin**

DET ÄR SKILLNAD på att vara en ledare och att vara en chef eftersom det krävs olika kompetenser från dig som människa. Att kombinera chefskompetenser med ledarkompetenser gör att ledning och styrning sammanfaller och skapar en helhet.

Att vara en bra ledare handlar till stor del om kompetens och individuella förmågor, men även livsåskådning och dina egna fysiska och psykiska förutsättningar kommer spela roll.

Dessutom är det helt avgörande att du har rimliga organisatoriska förutsättningar för att hantera alla delar i ditt uppdrag. Det räcker sällan med att arbeta med sig själv och sin

egen utveckling. De yttre förutsättningarna i organisationen är avgörande för ett hållbart uppdrag.

För att du i din ledarroll ska kunna vara både högpresterande och välmående behöver en del saker finnas på plats;

1. God självinsikt.
2. Kommunikation
3. Balans mellan arbete och privatliv.
4. Tydlighet i uppgift, roll och organisation.
5. Samband mellan ansvar och befogenheter.
6. Stöd i organisationen, bland annat från egen chef.
7. Organisationskultur.

DET ÄR INTE TANKEN SOM RÄKNAS NÄR VI PRATAR HÅLLBAR LEDARHÄLSA UTAN DET ÄR VAD VI DAGLIGEN GÖR I VÅRT LEDARSKAP FÖR ATT FRÄMJA HÄLSA SOM RÄKNAS!

VÅR AMBITION & PASSION

Vår ambition när vi skapade utbildningen *Hållbar ledarhälsa* var att få ihop ett utvecklande ledarskap med ett hälsofrämjande synsätt. Vi vill genom att erbjuda vår utbildning vara en del i att skapa ett hållbart arbetsliv för såväl chefer som medarbetare.

I HÅLLBAR LEDARHÄLSA fokuserar vi på att stärka ledarna via ledorden: *Kunna – orka – vilja*.

Att hålla över tid samt skapa förutsättningar för hållbar hälsa ut i organisationen är det övergripande perspektivet i vår utbildning.

Hälsa är en förutsättning för ett välfungerande arbetsliv och kan inte drivas i projektform vid sidan om verksamheten. Tyvärr är det just det vi ofta ser ute i organisationer idag. Hälsa är tvärtom ett ständigt pågående dynamiskt arbete som behöver få vara ett naturligt inslag i den dagliga driften och produktionen. I allting vi dagligdags gör på vårt arbete.

Ledningen är inkörsporten för ett sådant synsätt och arbete. Vi vet att ägare, styrelse och ledning är starten för en hälsosam organisation eftersom styrningen kommer påverka vad som prioriteras ute i verksamheterna.

FORSKNINGSBASERAT VIKTIGT FÖR OSS

Statistik från bland annat Försäkringskassan och Arbetsmiljöverket visar att ohälsan ökat markant bland chefer. Detta är oroväckande med tanke på att ledaren är den viktigaste faktorn för att skapa friska och produktiva arbetsplatser.

Ett utvecklande ledarskap handlar därför om hur man som ledare medvetet och strategiskt arbetar med alla delar som påverkar vår hälsa och får den att vara hållbar över tid.

Det handlar för individen om att långsiktigt främja välmående och förebygga ohälsa i arbetslivet. Både för sig själv i sin ledarroll, för medarbetare och organisation.

SÅ HUR JOBBAR VI?

Vi arbetar utifrån fyra perspektiv – individen, ledarskapet, gruppen och organisationen.

Utbildningen delas in i fyra block:

- Jag i mitt ledarskap
- Det hälsofrämjande ledarskapet
- Ledaren och gruppen
- Ledaren och verksamheten

Mellan varje utbildningstillfälle individanpassar och verksamhetsanpassar deltagarna och gör det till sitt eget. Ett arbete som behöver få ta tid.

Att implementera ny kunskap och ges goda förutsättningar att göra det är en framgångsfaktor för att utbildningen ska kunna omsättas till verklighet och leva kvar ute i organisationen.

Vi arbetar med OBM (Organisational Behavior Management) som grundläggande verktyg där vi i alla lägen förankrar teori i konkret handling. Det är våra dagliga beteenden som kommer ge resultat!

Det är inte tanken som räknas när vi pratar hållbar ledarhälsa utan det är vad vi dagligen gör i vårt ledarskap för att främja hälsa som räknas!

Goda förutsättningar, gedigen kunskap och ökad medvetenhet är det bästa sättet att säkerställa en hållbar ledarhälsa.

MÅL MED UTBILDNINGEN

Arbeta aktivt med ökad medvetenhet och kunskap om vad som skapar god hållbar hälsa för medarbetare och ledare.

- Identifiera ledarens mål, behov, resurser och strategier för ett hållbart ledarskap
- Få kunskap om ledarskapets betydelse för att skapa en hållbar och lönsam arbetsplats
- Gå från att veta till att göra – implementering, effekt och resultat. ●



Foto: Fredrik Persson

Lena Göstasson.



Foto: Fredrik Persson

Vickie Peolin.