

Rörlighet o lösningsfokus i rehabilitering

Malin Bergstrand Edfeldt, Personalstrateg Hälsofrämjande arbete

”Arbete är bra för hälsan, vi blir något genom att arbeta”
- Eva Vingård professor

Flytta fokus

- Proaktiv- Reaktiv
- Lösning- Problem
- Hälsa – Rehabilitering
- Hälsosfrämjande process- Rehabiliteringsprocess
- Friskfaktorer – Riskfaktorer
- Rörlighet- Inlåsningsseffekt

Sjukrollen

Vid ohälsa går medarbetaren från välfungerande och frisk till dysfunktionell och sjuk i både chefens och sina egna ögon.



Individens upplevelse:

- Dålig självkänsla
- Utanförskap
- Vantrivsel
- Ser svårigheter
- Låg smärtröskel



Chefens upplevelse:

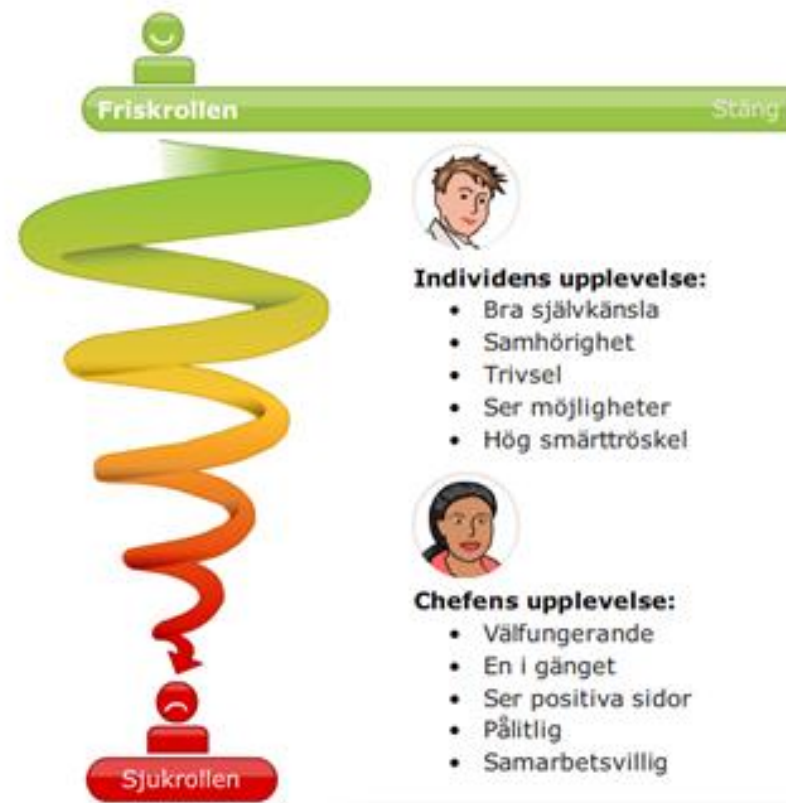
- Lågpresterande
- Utanförskap
- Ser negativa sidor
- Opålitlig
- "Krångelperson"



Sjukrollen

Vid ohälsa går medarbetaren från välfungerande och frisk till dysfunktionell och sjuk i både chefens och sina egna ögon.

- Klicka på rubrikerna i spiralen



Individens upplevelse:

- Bra självkänsla
- Samhörighet
- Trivsel
- Ser möjligheter
- Hög smärtröskel



Chefens upplevelse:

- Välfungerande
- En i gänget
- Ser positiva sidor
- Pålitlig
- Samarbetsvillig

Tidiga åtgärder tar vara på individens resurser och bygger på dennes friska bild av sig själv.

Kontrollfråga

Stäng

Sjukrollen

Lösningssfokus – så blir vi bättre

Nyfiket frågande

Öppna en dialog

Tankar om nuläget?
Vad ser du?

Vad fungerar?
Vad är bra?

Vad arbetar vi vidare med? Vart vill du?
Förslag till lösning?

Vad behöver vi göra?

Hur kan vi?
Hur gör vi ?

Fyra tankar...

1. Det finns inga logiska samband mellan lösningar och problem. Det innebär att en djupdykning i problemet sällan löser det. Tvärtom, vi blir bara trötta och orkeslösa av problemfokus.
2. Lösningar är ofta små förändringar.
3. Problem är inte konstanta, de uppkommer i specifika situationer. Det gör även lösningar.
4. Problem finns inte i människor, de ligger mellan människor, likaså lösningar.