



Sammanfattning av leveranser – Fas 1 och koppling till Fas2

Projekt: Hållbart arbetsliv – Balans i livet

Datum: Maj 2025

Exekutiv sammanfattning

Projektet 'Hållbart arbetsliv – Balans i livet' har nu avslutat Fas 1, vilken syftade till att skapa en gedigen grund för vidare utveckling av verktyg och arbetssätt som stödjer ett hållbart arbetsliv. Fas 1 har genomförts i enlighet med projektdirektivet och har levererat alla utlovade delar. Leveranserna utgör en stark bas för det fortsatta arbetet i Fas 2, där metoderna konkretiseras och testas vidare.

För mer ingående information, kontakta Centralfonden.

Leveranser i enlighet med direktivet

1. Fördjupad nulägesanalys:

- Intervjuer, observationer och statistik har analyserats och sammanställts i en nulägesbild som belyser centrala utmaningar och möjligheter kopplade till balans i livet.
- Analysen har konkretiserats i tre så kallade personas – kollektivanställd, tjänsteman och chef – som tydliggör skillnader i upplevelser, behov och förutsättningar mellan grupperna. Dessa personas lyfter fram både fungerande arbetssätt och identifierade utvecklingsområden.
- Resultaten har validerats i flera forum – både internt i Metsä Husum och externt i bransch- och partsdialoger – och har visat hög igenkänning och relevans.

2. Mätetal och mätmetoder:

- En översyn av befintliga nyckeltal (t.ex. sjukfrånvaro, eNPS och riskbedömningar) identifierade relevanta mätetal baserade på befintliga system och ny metodik.
- En ny enkät har tagits fram för att mäta balans i livet. Enkäten kan användas både lokalt i enskilda organisationer och som branschgemensamt verktyg.



- Enkäten är anpassad för tre målgrupper: kollektivanställda, tjänstemän och chefer. Den möjliggör såväl uppföljning av målbilder som analys av kopplingen till prestation, kvalitet och närvaro.

3. Kunskapsspridning:

- Projektet har producerat tre PowerPoint-presentationer med tillhörande talmanus har producerats enligt Centralfondens format. Dessa kan nu användas för intern kunskapsspridning inom branschen. Presentationerna tillgängliggörs som digitala paket för nedladdning via Centralfondens hemsida.
- Dessa lyfter viktiga insikter om såväl individ som organisatoriska faktorer som påverkar balans i livet.

4. Förankrade åtgärdsförslag inför Fas 2:

- Tre metodpaket har definierats:
- **Prioritera!** – Stöd för prioriteringsarbete på individ-, grupp- och organisationsnivå.
- **Balansdialog!** – Strukturerat samtalsstöd för dialog om arbetsbelastning, återhämtning och gränssättning.
- **Dilemman!** – Samtalsunderlag för att hantera vardagliga utmaningar och gränsdragningssituationer.
- Dessa utvecklas vidare i Fas 2 och syftar till att möjliggöra beteendeförändring och dialog kring prioritering, återhämtning och gränsdragning inom hela Skogsindustrin. Metodpaketen tas fram med Husum som utvecklingsarena, samt 2-3 ytterligare branschföretag.
- Utöver detta initieras även insatser inom möteskultur, chefers arbetsmiljö och intern kommunikation som del av Husums interna utvecklingsarbete.

Detta kan branschen använda redan nu

Flera delar av Fas 1:s resultat är tillgängliga och användbara för andra bolag i branschen redan idag. Delarna **tillgängliggörs** som digitala paket för **nedladdning via Centralfondens hemsida**.



- **Presentationsmaterial** – för att inspirera och sprida kunskap om arbetsbelastning, återhämtning och tillgänglighet.
- **Intervjuguide** – för egen nulägesanalys med stöd av vår intervjumetodik – frågemallar finns att tillgå.
- **Enkätfrågor** – för att mäta balans i livet och arbetshälsoekonomiska faktorer samt för att identifiera utvecklingsområden i den egna organisationen.
- **Målbilder** – för att formulera och följa upp önskvärda nivåer av balans i livet.

Koppling till Fas 2

Projektplanen för Fas 2 bygger direkt vidare på resultaten från Fas 1. De identifierade behoven, mätetalen och prioriterade utvecklingsområdena ligger till grund för utvecklingen och pilottestningen av tre metodpaket. Dessa verktygslådor kommer att testas i Husum och paketeras för tillgängliggörande via Centralfonden, med målet att skapa spridning inom hela skogsindustrin.

Fas 2 – utveckling av tre metodpaket för användning inom Skogsindustrin

De tre metodpaket som föreslås för vidareutveckling i Fas 2 är direkt förankrade i de behov som identifierades under Fas 1. De svarar på tydliga organisatoriska utmaningar som framkommit i nulägesanalys, intervjuer och statistik – bland annat bristande prioriteringsförmåga, otydlighet i återhämtningsgränser och svårigheter att prata om gränser i vardagen. Metodpaketen är designade för att skapa både insikt och handling:

1. Prioritera!

Beskrivning av arbetssätt och träning av chefer och medarbetare i att arbeta med att tydliggöra prioriteringar utifrån ett organisations-, grupp och individperspektiv.

Framtagande av modeller och arbetssätt för prioritering.

Testade mallar, matriser och workshopmaterial, för att tydliggöra prioriteringar på;

- Organisationsnivå - tydlighet i vad som ska göras och vad som inte ska göras
- Grupp - gemensam anpassning baserat på strukturell och individuell prioritering



- Individnivå - "här och nu" (i samråd med chef, uppdragsgivare och kollegor) kunna beskriva vad som hindrar mig att göra det jag upplever att jag borde göra
- Chef - kunna föra prioriteringsdialog med medarbetare

2. Balansdialog!

Ett paket med material som stödjer systematiska samtal om balans i livet – både i medarbetarsamtal och i vardagsdialoger. Materialet inkluderar:

- självskattning och reflektionsfrågor
- visualiseringar (t.ex. spindeldiagram) för att synliggöra nuläge
- samtalsmallar och utbildningsupplägg

Syftet är att normalisera samtal om återhämtning, gränser och helhetsbelastning, och ge verktyg för att följa upp det över tid.

3. Dilemman!

En serie samtalsunderlag och diskussionsmaterial som gör det möjligt att prata om verkliga situationer som skapar obalans. Dilemman hämtas från vardagen hos kollektivanställda, tjänstemän och chefer.

Materialet innehåller:

- konkreta dilemman med reflektionsfrågor
- stödmaterial för samtalsledare
- anpassningar för olika typer av grupper och roller

Syftet är att möjliggöra kollegialt lärande och ökad förståelse för varandras utmaningar.

Inbjudan till pilottest

I Fas 2 ingår pilottestning av metodpaketen 'Dilemman!' och 'Balansdialog!'. Vi välkomnar 2–3 branschföretag att delta i detta testarbete.



Deltagande innebär tillgång till material och stöd från projektledningen samt möjlighet att påverka det färdiga verktygets utformning. Tid och stöd för pilottester är inkluderade i budgeten för Fas 2.