

Omtankessamtal - notering #5 i Adato

Notering i förebyggande syfte innan ett rehabiliterande påbörjats.

Skapad: 2026-03-23 14:20 av Max Klamkin

Datum	2025-10-10
Ansvarig	Max Klamkin
1. Hur ser du själv på din sjukfrånvaro?	Väldigt låg energi och trött hela tiden
2. Hur bedömer du att dina fysiska, psykiska och sociala förutsättningar är för ditt arbete?	jag känner inte att jag har energi att utföra mina arbetsuppgifter
3. Hur trivs du med ditt arbete?	5
4. Hur trivs du med dina arbetskamrater?	5
5. Hur trivs du med dina arbetstider?	5
6. Har du fått genomgång/utbildning i hur du ska arbeta korrekt ergonomiskt?	Ja
7. Har du kunskap i hur du ska agera i en situation med hot och våld?	Ja
9. Har du anställning hos andra arbetsgivare?	Nej
10. Studerar du?	Nej
11. Kan det finnas orsaker utanför arbetet som påverkar din hälsa? (ex boende, ekonomi, familjesituation eller annat)	Ja
Om du svarat ja: Ange vad	Jag har nyligen blivit glutenallergisk.

Begreppet **Hälsokorset** är en vedertagen modell inom hälsovetenskapen. Den introducerades av professor Gösta Tibblin och illustrerar förhållandet mellan objektiv hälsa (frisk-sjuk) och subjektivt välbefinnande (mår bra-mår dåligt). Modellen visar att en person kan vara medicinskt sjuk men ändå uppleva att hen mår bra, och vice versa. Detta perspektiv betonar att hälsa inte enbart handlar om frånvaro av sjukdom, utan också om individens egen upplevelse av välbefinnande.