

# Banbrytare i ohälsofrågor

Iréne Ekmark har arbetat med chefsrekrytering, ledarutveckling och stresspreventionsfrågor i 27 år och var en av de första i landet som arbetade med att söka kandidater till ledarbefattningar i näringslivet. Hon bestämde sig för att bolagisera sin yrkesroll och 1986 slogs portarna upp för Human Research AB.

**IRÉNE HAR UTARBETAT** den varumärkesskyddade metoden HR-Balansen®. Det är en trestegs kognitiv samtalsmodell som ger ledare och medarbetare ett verktyg för att arbeta preventivt och främjande, ringa in orsaker till en individs ohälsa, fånga in de som är i farozonen och få tillbaka sjukskrivna till arbetslivet. Metoden löper under ett kvartal och tar fasta på ett antal steg som berör struktur, egna mönster, framtid och eget ansvar. I metoden ingår också arbetspsykologiska tester som utgår från den arbetsrelaterade stressprofilen, självkänslan, livsstilen, motivationen och drivkraften.

– Med dessa instrument får både jag som konsult och individen en bra grund att stå på för att utarbeta en realistisk individuell handlingsplan, säger Iréne. Jag är både stolt, ödmjuk och rörd av vad man kan göra för och tillsammans med människor. Det går verkligen att skapa effekter om man vågar arbeta med varje individ och de orsaker som ligger till grund för personens ohälsa.

**HR-BALANSEN®** har utvärderats vid CEOS (Centrum för miljörelaterad ohälsa och stress) som är knutet till Uppsala Universitet och Akademiska Sjukhuset. Flera års arbete med individer som varit borta från arbetsmarknaden mellan 91 dagar och fem år blev empiriskt utvärderat. Resultaten visar tydligt att HR-Balansen® är ett genomtänkt och kraftfullt instrument för att få tillbaka människor till arbetslivet och för det preventiva arbetet med ledare och medarbetare för att skapa långtidsfriska organisationer.



Iréne arbetar med offentliga organisationer och privata arbetsgivare över hela landet. Eftersom Sverige i allt högre grad blir ett tjänsteproducerande land måste alla företagsledare inse att arbetsmiljö- och hälsofrågor är A och O för organisationernas fortlevnad.

– I ett tjänstesamhälle är kunskap lika med kvalitet, och slutar en individ på företaget försvinner också kapital. Det finns nog ingen som tvivlar på att förebyggande arbete mot ohälsa är bra, men man måste våga satsa mer på detta. En fruktskål och gym i källaren räcker inte, man måste ta tag i ohälsotalen både ur ett strategiskt och operativt perspektiv, menar Iréne.

Välkommen att kontakta Iréne Ekmark på Human Research AB. ■

[www.humanresearch.stockholm.nrespons.se](http://www.humanresearch.stockholm.nrespons.se)

*”I ett tjänstesamhälle är kunskap lika med kvalitet, och slutar en individ på företaget försvinner också kapital.”*

## Iréne Ekmark

HUMAN RESEARCH AB  
Styrmansgatan 16  
114 54 Stockholm

08-24 26 24  
info@hrab.se  
www.hrab.se

