

Stressforskningsinstitutets temablad

Arbetsorganisation & hälsa

Två modeller för psykosocial arbetsmiljöforskning



Stressforskningsinstitutet



Stockholms
universitet

Arbetsorganisation och hälsa: Två modeller för psykosocial arbetsmiljöforskning

Med psykosocial miljö menar vi sådana faktorer i livsmiljön av social natur som har betydelse för psykiska processer. I forskningen kring psykosociala faktorer fokuserar man på sådant som man tror att man skall kunna förbättra.

För att vetenskapligt sammanfatta och begripliggöra sambanden mellan psykosocial arbetsmiljö och ohälsa måste man ha teoretiska modeller. Vi utgår här från att arbetsdemokrati och ökat inflytande befrämjar hälsa i arbetslivet. Krav-kontroll-stödmodellen (eng. Demand-Control-Support – DCS) och Ansträngnings-Belöningsmodellen (Effort-Reward Imbalance theory – ERI) har varit de mest använda teoretiska modellerna vid epidemiologisk psykosocial arbetsmiljöforskning under de senaste tio åren.

Begreppen krav och kontroll

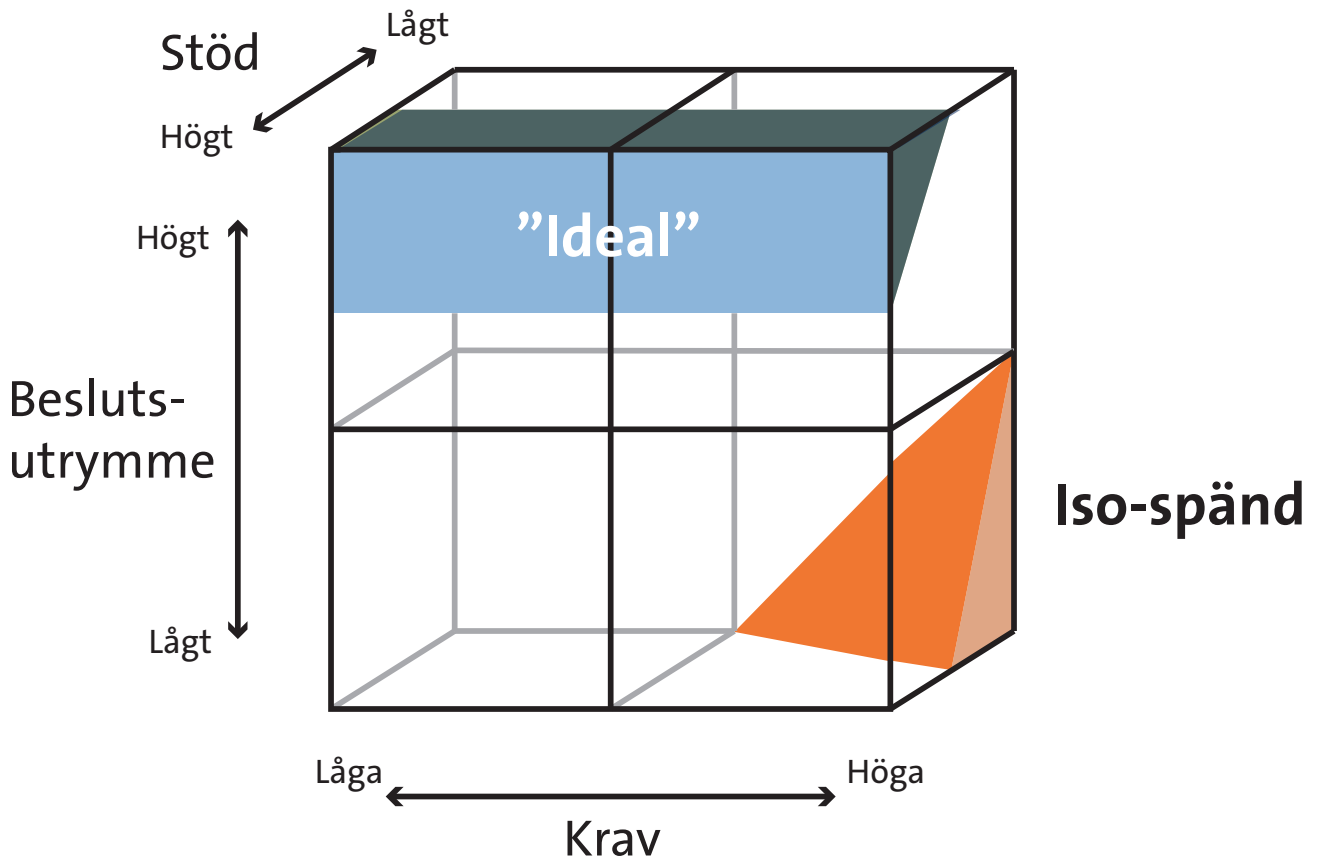
Krav-kontrollmodellen introducerades av **Robert Karasek** för mer än trettio år sedan och sambandet med hälsa har undersökts i cirka hundra studier av arbetsmiljöforskare över hela världen. **Töres Theorells** och **Jeffery Johnsons** arbeten spelade betydande roll vid utvecklandet av denna teori; Theorell därför att han översatte modellen till fysiologiska förhållanden och startade åtskilliga empiriska

studier främst vad gäller hjärt-kärlsjukdomar och Johnson därför att han utvecklade dimensionen socialt stöd.

Den bärande idén i Krav-kontroll-stödmodellen är att effekterna av psykiska krav på de anställda har att göra med hur mycket kontroll, eller med ett bättre ord beslutsutrymme, eller handlingsutrymme, de har.

Man brukar tala om fyra modellsituationer som utgör olika kombinationer av mycket, respektive litet beslutsutrymme (kontroll) och höga respektive låga krav. Effekterna av psykiska krav har att göra både med hur mycket beslutsutrymme och hur mycket stöd som organisationen ger de anställda. Den värsta situationen för hälsan skulle då bli den ”iso-spända” situationen, dvs. ett spänt arbete med avsaknad av stöd.

Den kontroll, eller det utrymme, vi talar om kan ligga nära eller långt ifrån själva arbetsuppgiften. Man brukar tala om ”kontroll i” och ”kontroll över” arbetet. Kontroll i arbetet handlar om de små sakerna, medan kontroll över arbetet i stället handlar om övergripande besluten. Globaliseringen och de tvära kasten i nationella och internationella ekonomiska processer kan göra att den enskilde blir alltmer påverkad av ”kontroll över arbetet”. Man kan också säga att beslutsutrymme för de anställda har att göra med maktfördelningen på arbetsplatsen.



Beslutsutrymme (kontroll) har två grundkomponenter. Den första svarar direkt mot vardagsdemokrati i arbetet. På engelska kallas detta ofta för authority over decisions eller ordagrant ”auktoritet över beslut”. Det har i sin tur två delkomponenter som man skulle kunna kalla för uppgiftskontroll och deltagande i beslutsfattande. Uppgiftskontroll motsvarar ”kontroll i arbetet” och handlar om kontrollen i det dagliga arbetet, det vill säga sådana saker som att man kan påverka hur arbetet ska utföras, vilka arbetsuppgifter man skall utföra, i vilken ordning dessa skall tas, när de skall utföras och när man får ta en paus. Man betonar att authority over decisions till stor del handlar om strukturer för att skapa rättvisa förhållanden i arbetet.

Den andra huvudkomponenten brukar kallas skill discretion eller intellectual discretion, vilket ordagrant betyder ”utrymme för skicklighet” eller ”intellektuell aktivitet”. Ett annat svenskt begrepp som svarar ungefär mot detta är färdighetskontroll. Underförstått är att om det finns utrymme för skicklighet och intellektuell aktivitet, och även utveckling av dessa, så finns det också utrymme för den enskilde att utöva kontroll.

Det finns i dag en samstämmighet bland forskare om att iso-strain är en riskfaktor för utvecklandet av hjärt-kärlsjukdom åtminstone bland män. Modellens tre komponenter tycks också på olika sätt bidra till kunskap om orsaker till psykisk ohälsa, muskuloskeletal och funktionella gastrointestinala sjukdomar.

Begreppen ansträngning och belöning

Ansträngnings-belöningsmodellen (ERI) introducerades av **Johannes Siegrist**. Grundtanken är att det måste finnas en ömsesidighet i arbetssituationen. En ansträngning måste belönas både materiellt, socialt och individualpsykologiskt. När det gäller ansträngning brukar de två delkomponenterna kallas intrinsic och extrinsic. Intrinsic motsvarar individens egen inre drivkraft.

Man brukar också använda begreppet overcommitment (ungefär ”övermotivering”), som betecknar i vilken grad individen har extremt höga ambitioner eller ej. Extrinsic motsvarar den ansträngning som individen för för att matcha omgivningens krav.

I belöningskomponenten finns tre delkomponenter som representerar olika grad av individuella och omgivningsmässiga aspekter, från materiell (såsom lön) över social (bland annat möjlighet till befördran) till psykologisk belöning (positiv feedback). Det vanliga är nu att man särskiljer den individuella komponenten och för in den som en egen dimension. Sedan ställer man den yttre delen av ansträngningen (extrinsic effort) mot den sammanlagda belöningsbilden (det vill säga alla tre aspekterna av belöning tillsammans). När det föreligger hög ansträngning och liten belöning talar man om obalans.

Trots att ERI-modellen är yngre har den genererat ett flertal forskningsprojekt och ett stort antal vetenskapliga artiklar är publicerade. Stressforskningsinstitutets forskare har samarbetat med Johannes Siegrist i många år och har tillgång till ERI-mätningar i vår databas. Utifrån en Stockholmsstudie (The SHEEP Study) om hjärtinfarkt risk har vi

funnit att utifrån kommande obalans (men inte overcommitment) utgör risk för hjärtinfarkt för män. Overcommitment utgör däremot en risk för kvinnor (*Peter et al., 2006*).

Dessa båda modeller utgör de teoretiska underlagen bland annat för Stressforskningsinstitutets stora longitudinella studie om arbetsmiljö och hälsa (SLOSH). Läs mer om SLOSH på www.slosh.se

Referenser

1. KARASEK R, THEORELL T (1990)
Healthy work: Stress, productivity, and the Reconstruction of working life. New York: Basic books
2. THEORELL T (2006)
I spåren på 90-talet. Stockholm: Karolinska Institutet University Press.
3. THEORELL T (2003)
Är ökat inflytande på arbetsplatsen bra för folkhälsan? Rapport nr 2003:46. Statens Folkhälsoinstitut.
4. OXENSTIERNA G, WIDMARK M, FINNHOLM K, ELOFSSON S (2008)
Psykosociala faktorer i dagens arbetsliv och hur man mäter och beskriver dem. Stressforskningsrapporter nr 320. Stressforskningsinstitutet, Stockholms universitet.
5. THEORELL T (2008)
Introduction. In: After 30 years with the demand-control-support model – how is it used today? *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health Suppl* (6):3-5.

Stressforskningsinstitutets temablad är en serie broschyrer som ger en fördjupad kunskap om institutets aktuella forskningsteman:

- Stressmekanismer
- En introduktion till sömn
- Trötthet och återhämtning
- Utbrändhet
- Arbetsorganisation och hälsa
- Skiftarbete, hälsa och säkerhet
- Stress hos barn
- Jet-lag
- Arbete och självrapporterad hälsa bland svenska kvinnor och män

Temabladen finns i tryckt format men kan även laddas ned i pdf-format på www.stressforskning.su.se

På webbplatsen finns även information om Stressforskningsinstitutets senaste forskningsresultat, nya publikationer och aktuella projekt.

Stressforskningsinstitutet är ett forskningscentrum inom området stress och hälsa. Institutet tillhör den samhällsvetenskapliga fakulteten vid Stockholms universitet och bedriver grund- och tillämpad forskning utifrån tvärvetenskapliga och tvärmotodologiska ansatser. Verksamhetsidén är att studera hur individer och grupper påverkas av olika sociala miljöer, med särskilt fokus på stressreaktioner och hälsa. Den långsiktiga målsättningen med forskningen är att bidra till en förbättrad folkhälsa.

Stressforskningsinstitutet

Postadress

Stressforskningsinstitutet,
Stockholms universitet,
SE-106 91 Stockholm

Besöksadress

Frescati hagväg 16 A,
114 19 Stockholm

Webbadress

www.stressforskning.su.se

Telefon och telefax

Växel: +468-16 20 00
Fax: +468-5537 8900

E-postadresser

info@stressforskning.su.se
laboratory@stressforskning.su.se
fornamn.efternamn@su.se