

Arbeid foran dataskjerm

PUBLISERT 1. januar 2004

KNUT INGE FOSTERVOLD



forsvarte 22. mai 2003 sin avhandling *Health consequences and behavioural changes associated with work with visual display units (VDU) - an empirical investigation*, for dr.psychol.-graden ved Universitetet i Oslo.

Formålet med avhandlingen har vært å studere enkelte faktorer som har blitt antatt å ha negativ betydning for helse og produktivitet hos personer som arbeider med dataskjermer. Det har også vært et mål å øke den generelle kunnskapen om årsakene til helseproblemer knyttet til skjermarbeid.

Temaet er belyst ved hjelp av fire vitenskapelige arbeider. Resultatene fra det første arbeidet viser at full underarmstøtte reduserer belastningen på muskelskjelettsystemet både ved bruk av mus og ved bruk av tastatur. Studien gir også holdepunkter for positive effekter av å skifte mellom å arbeide sittende og stående. Det andre arbeidet har studert effekten av å benytte skjermfilter for å redusere elektriske felt og bedre lesbarheten på skjermen. Det var ikke mulig å påvise noen klar effekt av filtrene som ble benyttet. Resultatene demonstrerer effekter som et resultat av reaktivitet (Hawthorne-effekter), noe som også kan være en sannsynlig forklaring på tidligere positive funn.

Effekten av vertikal skjermplassering er studert i det tredje arbeidet. Studien viser positive effekter av å senke skjermen delvis ned i bordplaten sammenlignet med dagens relativt høye plassering. Det fjerde arbeidet har studert effekten av ulike mengder direkte og indirekte belysning på kontoret. Resultatene viser at typen belysning ikke har noen effekt så lenge problemer med blinding har blitt eliminert. Studien viser i tillegg en generell positiv effekt av å bedre belysningen.

Resultatene er tolket i lys av en evolusjonsteoretisk stressmodell. Modellen vektlegger betydningen av å utvikle et arbeidsmiljø som korresponderer med menneskets evolusjonsmessige tilpasninger. Sett i sammenheng ser resultatene ut til å stemme ganske godt overens med antakelser gjort på bakgrunn av denne modellen. Av den grunn synes det riktig å anbefale evolusjonsteoretisk stressmodell brukt som et teoretisk rammeverk i forskning innenfor ergonomi og human factors.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 41, nummer 1, 2004, side