

Positiv psykologi på arbeidsplassen

En bekymringsfullt stor andel av mennesker ser sin helsetilstand som uforenlig med arbeid, og det er av stor samfunnsmessig interesse å finne årsaken til den høye andelen arbeidsudyktige.

PUBLISERT 11. februar 2008

ERLING SVENSEN



forsvarte 21. august 2007 sin avhandling *Work & health. Cognitive Activation Theory of Stress applied in an organisational setting* for ph.d.-graden ved Universitetet i Bergen.

Mesteparten av sykefraværet er relatert til plager uten klare medisinske årsaker, noe som ofte gir opphav til forklaringer av typen «stress». Begrepet stress kan forstås på mange måter, ofte i form av en belastning. Denne avhandlingen tar for seg tre ulike typer belastning som ofte påstås å være opphav til uhelse: nedbemanning, dårlig arbeidsmiljø og dårlig ledelse.

Positiv psykologi er en trend innenfor psykologien som legger vekt på vanlige menneskers mestringsevne i møte med belastninger, i motsetning til et mer tradisjonelt syn, der risikofaktorer er i fokus. Cognitive Activation Theory of Stress (CATS) forklarer sammenhengen mellom belastning og uhelse med den enkeltes individuelle fortolkning av belastningen. Denne avhandling presenterer studier av ca. 4000 ansatte i 7 organisasjoner der det bl.a. ble funnet at det er like mange som er positive til omstilling som det er ansatte som er negative til omstilling. De aller fleste (70 %) har høy jobbtilfredshet, og de aller fleste rapporterer at de har gode ledere.

Resultatene viser at omstilling, arbeidsmiljø og ledelse i seg selv er lite relatert til uhelse. Avhandlingen konkluderer med at enkle modeller der nedbemanning, dårlig arbeidsmiljø eller dårlig ledelse direkte fører til uhelse, ikke er korrekt.

Doktorgradsarbeidet gir ny innsikt i hvilken betydning individuell fortolkning av disse potensielle belastningene kan ha. Resultatene i avhandlingen kan forklare hvorfor tiltak mot sykefravær rettet mot den enkelte har bedre resultater enn tiltak på organisasjonsnivå.

Kontakt erling.svensen@unifob.uib.no

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 45, nummer 2, 2008, side