

Individuella arbetsscheman i vården kan främja medarbetarnas hälsa

Vårdanställda får ofta vara med och utforma sina arbetsscheman, men det är inte alltid de eller deras chefer har kunskap om hur arbetstiderna påverkar återhämtningen. Forskaren Anna Dahlgren på Karolinska Institutet har tilldelats 4 294 000 kronor av AFA Försäkring för att undersöka hur den individuella schemaplaneringen används och för att se hur den kan främja personalens hälsa och bidra till en bättre vård.



Foto: Adam Fredholm

– Generellt så vet man att möjligheten att påverka sina arbetstider ger en bättre balans mellan arbete och fritid. Och det finns studier som pekar på att det kan fungera som en buffert mot arbetsrelaterad stress. Så det finns en stor potential med individuell schemaplanering, säger Anna Dahlgren, doktor i psykologi vid Karolinska Institutet, i Stockholm.

Anna Dahlgren har tidigare studerat kopplingar mellan arbetstid och hälsa för sjömän, byggnadsarbetare, kontorspersonal och läkare. Nu ska hon kartlägga vilka olika system för individuell schemaplanering som förekommer i vården och se hur de kan användas för att gynna de anställdas hälsa.

– Processen för schemaplanering börjar ofta med att medarbetarna lägger in önskemål om när de vill jobba. Sedan jämför den person som har rollen som schemaläggare önskemålen med behovet av kompetenser vid olika tidpunkter på dygnet. Därefter kan chefen godkänna schemat eller föreslå ändringar, säger Anna Dahlgren.

– Vi ska intervjua undersköterskor, sjuksköterskor, schemaläggare och chefer för att ta reda på vilket stöd man behöver för att få planeringen att fungera. Vi kommer också att skicka ut en enkät för att leta samband mellan individuella scheman och hälsa.

Arbetstidens betydelse för återhämtning

Enligt Arbetsmiljöverkets föreskrift för organisatorisk och social arbetsmiljö, den så kallade AFS:en, är det arbetsgivarens ansvar att se till att arbetstider inte leder till ohälsa. Skiftarbete och nattarbete är exempel på arbetspass som kan medföra risk för ohälsa.

– Det finns ergonomiska riktlinjer man kan använda vid schemaläggning, till exempel bör man begränsa antalet nattpass i rad och undvika korta vilotider mellan arbetspassen. Sedan är det väl inte alltid säkert att varken medarbetare eller chefer egentligen har kunskap om hur arbetstiderna påverkar återhämtningen. Det finns också en risk att man lägger scheman som kan fungera på kort sikt men som på längre sikt kan äventyra hälsan, säger Anna Dahlgren.

Projektet kommer att pågå till och med mars 2022.

Forskning till nytta i arbetslivet

– Vi vill långsiktigt bidra till färre arbetsskador och minskad ohälsa i arbetslivet. Det gör vi bland annat genom att skapa ökad medvetenhet om det förebyggande arbete vi bidrar till som forskningsfinansiär, säger Susanna Stymne Airey, chef för FoU och enheten Förebygga på AFA Försäkring.

– Forskningen vi finansierar ska komma till nytta i arbetslivet. Det är ett av våra huvudkriterier när vi beslutar om vilka projekt som får stöd. Nu har vi beviljat stöd till Anna Dahlgren och ännu ett projekt inom arbetsmiljö och hälsa.

Läs hela intervjun med [Anna Dahlgren](#).

Läs om [samtliga projekt](#) som fått stöd i denna anslagsomgång.

Kontakt:

Anna Dahlgren, Karolinska Institutet, 070–258 20 03, anna.dahlgren@ki.se.

Barbro Jacobsson, forskningshandläggare på FoU-avdelningen, AFA Försäkring, 070–893 95 48, barbro.jacobsson@afaforsakring.se.

Linda Harling, presskommunikatör, AFA Försäkring: 0730-96 35 12, linda.harling@afaforsakring.se.

Fakta om AFA Försäkrings forskningsstöd:

AFA Försäkring satsar årligen cirka 150 miljoner kronor på forskning och utveckling som syftar till att förebygga ohälsa och arbetsskador inom både privat näringsliv, kommuner och landsting. Mer information om forskningsstödet finns på www.afaforsakring.se/forskning

AFA Försäkring ger trygghet och ekonomiskt stöd vid sjukdom, arbetsskada, arbetsbrist, dödsfall och föräldraledighet. Våra försäkringar är bestämda i kollektivavtal mellan arbetsmarknadens parter och vi försäkrar drygt fyra miljoner människor i privat näringsliv, kommuner, landsting och regioner. AFA

Försäkring drivs utan vinstsyfte och förvaltar cirka 200 miljarder kronor. En viktig del av vår verksamhet är att stödja forskning och projekt som aktivt syftar till att förbättra arbetsmiljön. AFA Försäkring har cirka 650 medarbetare och ägs av Svenskt Näringsliv, LO och PTK.

www.afaforsakring.se