

Text: Eila Parkkonen

## Verktyg för mätandet av arbetets belastning på arbetsplatserna

Forskningsprofessor, neurolog Kiti Müller leder forskningscentret hjärnan och arbete vid Arbetshälsoinstitutet. Centret deltar speciellt i projekt som främjar hjärnans hälsa hos personer i arbetsför ålder och som syftar till att identifiera belastningstillstånd i hjärnan i ett tidigt skede.

Projektet Brain&Work inleddes år 2005. Impulsen till projektet uppstod via det praktiska arbetet: Arbetshälsoinstitutet gjorde bedömningar av arbetsförmågan hos personer som uppgav att de inte längre lärde sig nya saker, att minnet svek och att de var oförmögna att koncentrera sig, berättar Kiti Müller.

I de neuropsykologiska testerna kunde man inte finna någon hjärnsjukdom, men många var mycket överansträngda, utmattade och något deprimerade över att arbetet inte förlöpte som det borde. De hade blivit tvungna att ständigt ta i bruk nya datatekniska apparater och uppdrag i sitt arbete. Ett typexempel finns exempelvis inom bankvärlden där arbetets innehåll hade förändrats: förutom att sköta penningtrafiken skulle personen också kunna sälja försäkringar, ge placeringsråd och hjälpa kunden att använda nätbanken.

Slutseminariet för forskningsprojektet Brain@Work ordnades i Ilmarinen 7.9.2010 inledningsvis för personer som leder hjärnarbete, personer med ansvar för personalutvecklingen samt för informationsarbetare intresserade av hjärnans välbefinnande och hälsa.

Som ett resultat av forskningsarbetet har man tagit fram verktyg för bedömningen av hjärnans funktionsförmåga, fysiologiska mätare, datatekniska test och subjektiva symtomenkäter för företagshälsovårdens bruk samt en verksamhetsmodell med vilken man strävar efter att i ett så tidigt skede som möjligt identifiera ansträngningstillstånd i hjärnan och att förebygga överansträngning. Ilmarinen var också med i denna undersökning, vars viktigaste mål är att utveckla hjärnarbetet så att det är anpassat till individen.

Müller anser fortfarande att det finns för lite information från arbetslivet om hur hjärnan fungerar. Hon hoppas på att företag och organisationer ska inspireras av att ta i bruk de nya verktygen och att utveckla arbetet så att individer i olika åldrar och med olika förmåga att tänja sina gränser ska orka i arbetet.