

Stress inom Räddningstjänsten

- En studie om samband mellan krav, kontroll, socialt stöd och brandmäns upplevda stressnivå

Författare: David Alexandersson

Handledare: Mikael Rennemark

Examinator: Yvonne Terjestam

Termin: HT 15

Ämne: Psykologi III, allmän eller
arbetspsykologisk inriktning

Poäng: 15 hp

Kurskod: 2PS600

Sammanfattning

Räddningstjänsten fyller en viktig funktion i samhället och har som mål att leverera effektiva räddningsinsatser till allmänhetens nytta. Samtidigt är brandmannayrket ett högriskyrke där brandmän är utsatta för sjukdomar orsakade av den fysiska arbetsmiljön som olika cancerformer. De är också utsatta för organisatoriska hälsorisker i form av negativ stress, vilket är fokus i denna uppsats. Syftet med uppsatsen var att klarlägga om det finns samband mellan psykosocial arbetsmiljö och upplevd stress hos brandmän. Frågeställningen var om krav, kontroll och socialt stöd kan predicera brandmäns upplevda stressnivå? Totalt deltog 67 brandmän ifrån två olika städer i södra Sverige. De oberoende variablerna var krav, kontroll och stöd och de uppmättes med svenska Demand Control Support Questionnaire. Stress uppmättes med svenska Perceived Stress Scale. Resultatet av en multipel regressionsanalys visade att krav och stöd var signifikanta prediktorer. Krav hade ett positivt och stöd hade ett negativt samband med stress. Kontroll kunde inte predicera stress. Resultat överensstämmer till viss del med tidigare forskning.

Nyckelord: Psykosocial, stress, krav, kontroll, socialt stöd.

Abstract

Fire and rescue services have an important function in society and aims to deliver effective emergency response to the public's benefit. Meanwhile, the firefighting profession a high-risk profession where firefighters are exposed to diseases caused by the physical environment as various forms of cancers. They are also exposed to organizational health risks like negative stress, which is the focus of this paper. The aim of the thesis was to make clear whether there is a relationship between psychosocial work environment and perceived stress among firefighters. The issue was whether the levels of demands, control and social support can predict firemens perceived stress level? A total of 67 firefighters from two different cities in southern Sweden participated. The independent variables were demands, control and social support, measured with Swedish Demand Control Support Questionnaire. Stress was measured with the Swedish version of the Perceived Stress Scale. Demand and social support were significant predictors. Demand had a positive relationship with stress and social support was negative associated with stress. Control could not predict stress. This result is consistent to some extent with previous research.

Keywords: psychosocial, stress, demands, control, social support.

En aktuell fråga i dagens arbetsliv är ohälsa kopplat till psykosocial arbetsmiljö och stress. Fackförbundet Unionen gör årliga mätningar av den psykosociala arbetsmiljön bland sina medlemmar. Den senaste undersökningen visade att den psykosociala arbetsmiljön var på den lägsta uppmätta nivån sedan man börjat med mätningarna för 10 år sedan (Unionen, 2015).

Vidare har en jämförelse av läkares, lärares och skolledares arbetsmiljö över tid från 1992 till 2010-talet visat att exempelvis lärares arbetsmiljö har försämrats i samtliga arbetsmiljörelaterade dimensioner. För läkare var nivån i princip oförändrat låg (Bejerot, Forsberg Kankkunen, Hasselbladh, 2015).

Att mäta psykosocial arbetsmiljö och stress på arbetsplatser är något som arbetsmiljöverket rekommenderar samtliga arbetsplatser. Den 31 mars 2016 träder arbetsmiljöverkets nya föreskrift: ”Organisatorisk och social arbetsmiljö (AFS 2015:4)” i kraft. Den ersätter då den 35 år gamla föreskriften: ”Psykiska och sociala aspekter på arbetsmiljön (AFS 1980:14)”. Dessa föreskrifter ska konkretisera arbetsmiljölagen och arbetsgivare ska använda dessa föreskrifter för att förbättra arbetsmiljön. Den nya och uppdaterade föreskriften innehåller exempelvis avsnitt om att arbetsgivaren ska se till att kraven i arbetet är rimliga. Svårighetsgrad och arbetsmängd i relation till tiden man har att klara av uppgifterna på ska vara skäliga. Arbetsgivaren ska exempelvis också ha som mål för den sociala arbetsmiljön att främja hälsa och motverka ohälsa (AFS 2015:4).

Numera gör arbetsmiljöverkets inspektörer bara mätningar av den psykosociala arbetsmiljön på arbetsplatser som anses var särskilt utsatta, tidigare gjorde man fler mätningar generellt sett (Henriksson, 2015). Därav kan slutsatsen dras att med de nya föreskrifterna vill arbetsmiljöverket lägga ett större ansvar för arbetsmiljöfrågorna på enskilda arbetsplatser och chefer.

I den här uppsatsen undersöks hur brandmäns psykosociala arbetsmiljö och stress ser ut. Brandmän arbetar både förebyggande, för att minska bränder och olyckor i samhället, och direkt genom utryckningar när olyckan väl är framme. Målet är effektiva räddningsinsatser (MSB, Myndigheten för samhällsskydd och beredskap).

Enligt Cook och Mitchell (2013) har brandmän ett av de farligaste yrkena med högre förekomst av skador och dödsfall i genomsnitt jämfört med andra yrken. Exempelvis är brandmän mer utsatta för hjärt- och andnings sjukdomar samt en rad olika typer av cancer. Utöver fysiska risker finns det händelser som brandmän utsätts för, som orsakar stress i olika former. Detta kan vara ovanliga händelser som större katastrofer eller andra stressfulla mer vanligt förekommande händelser som att se skadade eller avlidna människor. Såväl traumatiska händelser som att vara först på plats vid stora olyckor och se avlidna människor

och mer organisatoriska stressorer som skiftarbete och hur mycket stöd man får av ledningen, finns i brandmannayrket.

I en undersökning av Broght (2004) framgår det att organisatoriska stressorer predicerade jobbtillfredsställelse i mycket högre utsträckning än traumatiska händelser. Detta gällde för brandmän, poliser och ambulanspersonal. Så den vardagliga stressen i form av pappersarbete, dålig utrustning och inkompetenta kollegor var mer betydelsefull för brandmännens jobbtillfredsställelse än att beskåda förödelse vid bränder.

Teori

En vanlig definition av *psykosocial* är enligt Theorell samspelet mellan inre psykiska faktorer (som hur stresstålig man är) och yttre sociala faktorer (som hur stora krav man ställs inför). Detta samspel sker i båda riktningar. En person påverkas i sitt arbete av både yttre och inre faktorer (Theorell, 2012).

Inom forskningen om psykosocial arbetsmiljö är *krav/kontroll modellen* vedertagen (Statistiska centralbyrån, 1997). Modellen identifierar fyra olika arbetsmiljö-situationer baserat på förhållandet mellan de yttre *krav* man ställs inför samt den *kontroll* man upplever sig ha över sin situation. Dessa fyra olika situationer är: 1. Hög anspänning, 2. Aktiv, 3. Låg anspänning och 4. Passiv. Se figur 1.

		Krav	
		Låga	Höga
Kontroll	Hög	Låg anspänning	Aktiv
	Låg	Passiv	Hög anspänning

Figur 1. Krav/kontroll modellen (fritt från "the job demands-job control model", Karasek & Theorell, 1990).

Ett jobb med hög anspänning innebär höga krav i kombination med att man har låg egen kontroll över jobbet. Ett aktivt jobb innebär däremot att man visserligen också har höga krav men också hög möjlighet att påverka hur man vill utföra jobbet. Ett jobb med låg anspänning innebär att låga krav ställs och att man har hög påverkande egen kontroll. Slutligen innebär ett passivt jobb att man både har låga krav och låg kontroll att påverka (Karasek & Theorell, 1990).

Enligt Karasek och Theorell tillhör brandmän området med hög anspänning enligt krav-kontroll modellen. Det innebär att brandmän enligt modellen befinner sig i hög anspänning och med låg kontroll och höga krav i arbetet. Denna kombination innebär den högsta risken för psykosocial ohälsa (Karasek & Theorell, 1990, sid 42-43). Dock kan det sociala stödet från arbetskamraterna antas vara en skyddande faktor då brandmän jobbar tillsammans i ett lag och behöver samarbeta mycket för att lösa uppgifter (Räddningstjänsten, 2014). Krav/kontroll modellen har fått ett tillägg där man även tar hänsyn till hur mycket stöd från kollegor och chefer man får på jobbet. Enligt Theorell blir modellen för att förklara arbetsmiljön bättre om man lägger till *socialt stöd* som en tredje faktor i krav/kontroll modellen (Theorell, 2012).

Socialt stöd betyder i det här sammanhanget all typ av stöd man får i kontakten med kollegor och chefer på jobbet. Socialt stöd kan fungera som en buffert i jobb med hög anspänning. Stresståligheten ökar med en uppbyggd skyddande buffert av socialt stöd från medarbetare (Karasek & Theorell, 1990).

Stress

Stress definieras i Nationalencyklopedin som ”de anpassningar i kroppens funktioner som utlöses av fysiska eller psykiska påfrestningar, stressorer (stressfaktorer)” (Nationalencyklopedin, 2015). I den här uppsatsen är det de psykiska påfrestningarna som undersöks och med stress i denna uppsats menas den negativa formen av stress som kan leda till sjukdom och inte den typ av stress som kallas positiv stress där exempelvis en svår situation klaras av att hanteras på ett tillfredsställande sätt (Ekman & Arnetz, 2013).

Enligt en rapport baserad på statistik från SCB kan negativ stress i arbetslivet leda till bland annat värk i mage och hjärtat. Även sömnproblem, minnessvårigheter och allmänna olustkänslor förekommer (Statistiska centralbyrån, 1997).

Tidigare forskning

Johnson och Hall (1988) har funnit att socialt stöd är associerat med minskad risk för hjärt- och kärlsjukdom orsakad av negativ stress. Detta var en tvärsnittsstudie med 13,779 personer och visade även att arbetare med höga krav, låg kontroll och lågt socialt stöd hade större förekomst av hjärt- och kärlsjukdom än en referensgrupp med låga krav, hög kontroll och högt socialt stöd. Undersökningsgruppen kom ifrån ett randomiserat urval som representerade hela arbetande befolkningen i Sverige. Mätinstrumenten bestod av tre skalor för att mäta krav, kontroll och stöd med ett antal frågor för respektive grupp. Hjärt- och kärlsjukdomsförekomsten var baserad på Statistiska Centralbyråns större undersökning om alla typer av långtidssjukdomar och gjordes genom personliga intervjuer (Johnson & Hall 1988).

En metaanalys innehållande 37 empiriska studier av så kallade first responders (brandmän poliser, ambulanspersonal etc) har sammanställts av Prati och Pietrantonio (2010). Urvalet av studierna gjordes genom att de skulle uppfylla fyra olika kriterier: 1. De skulle fokusera på relationen mellan socialt stöd och mental hälsa bland first responders; 2. De skulle innehålla ett mått på relationen mellan socialt stöd och mental hälsa; 3. De skulle vara publicerade i engelskspråkiga referegranskade tidskrifter; och 4. De skulle inte innehålla influenser ifrån professionell socialt stöd som debriefing. Resultat av de inkluderade studierna visade att socialt stöd var signifikant relaterat till mental hälsa i denna yrkesgrupp. Det sammanvägda medelvärdet av effektstorlek var av medium styrka.

Varvel med fler (2007) visade i en amerikansk studie med 53 brandmän att flera olika former av socialt stöd var negativt associerat med stress. Socialt stöd fungerade som ett sätt att minska stressen. När man jämförde socialt stöd från kollegor och chefer visade det sig också att stödet från chefer var än viktigare än det från kollegorna. Urvalet bestod av alla medlemmar i brandkåren i en medelstor stad på 90 000 invånare i USA. Totalt skickades 99 enkäter ut, 53 behölls efter att inkompleta formulär uteslutits. Dessutom uteslöts insamlad data från överordnade eftersom man trodde att stress och socialt stöd skulle vara så annorlunda från resten i denna grupp. Instrumenten som användes i studien var The Perceived Stress Scale (10-frågorversion) för att mäta stress och Social Provisions Scale (24 frågor) för att mäta socialt stöd.

Carpenter med fler (2015) fann i en amerikansk studie med 334 brandmän en positiv korrelation mellan stress och självmordsbenägenhet. Samtidigt visade det sig att relationen mellan stress och självmordsbenägenhet berodde på grad av socialt stöd. Högre grad av socialt stöd var en skyddande faktor mot självmordsbenägenhet när hög yrkesrelaterad stress var närvarande. Lågt socialt stöd och hög stressnivå ökade däremot självmordstankarna.

Urvalet bestod av sammanlagt 334 brandmän som hade deltagit i 2 separata studier för att sedan analyseras tillsammans. Deltagarna rekryterades genom kontakt med brandstationer i 3 olika städer i USA. Stress mättes med The Sources of Occupational Stress Scale-14 vilken innehåller 14 frågor i både urval ett och urval två. Socialt stöd mättes på två olika sätt. I urval 1 mättes stress med Firefighter Social Support Scale. I urval 2 användes Interpersonal Support Evaluation List, som innehåller 40 frågor. Självordsbenägenhet mättes i urval 1 med Beck Depression Inventory for Primary Care, innehållande 7 frågor. Urval 2 använde Beck Depression Inventory med 21 frågor. Båda skalorna hade samma fyra frågor för att mäta självordsbenägenhet.

I en studie med 101 franska brandmän var emotionell utmattning positivt associerat med jobbkrav och negativt associerat med jobbkontroll. Dessutom var depersonalisation positivt associerat med jobb krav och negativt associerat med jobb kontroll i denna undersökning. Oberoende krav och kontroll-variablerna mättes med en validerad fransk version av Job Content Questionnaire. Beroende variablerna depersonalisation och emotionell utmattning mättes med Maslachs Burnout Inventory. Ålder var inkluderat som kontrollvariabel. Totalt delades 330 frågeformulär ut och svarsfrekvensen blev 30 % (Lourel, Abdellaoui, Chevalyere, Paltrier & Gana, 2008).

En svensk studie med 471 brandmän visade på ett samband mellan krav och de stressrelaterade fysiska besvären sömnsvårigheter och magbesvär. Även socialt stöd visade ett samband med mag- och sömnbesvär. Kontroll visade inget signifikant samband med mag- och sömnbesvär i denna studie. Deltagarna till studien urskildes genom ett register och 882 manliga brandmän sorterades ut genom slumpmässigt urval. För kvinnliga deltagare kontaktades samtlig brandpersonal om 60 personer. Svarsfrekvensen var 54 % för männen och 97 % för de kvinnliga deltagarna. Demand Control Support Questionnaire användes för att mäta oberoende variablerna krav, kontroll och stöd. För beroende variablerna sömnsvårigheter och magproblem användes frågor från The Brief Symptom Inventory. (Jonasson & Vänman, 2014).

Faktorerna i Karasak och Theorells modell om krav, kontroll, socialt stöd och upplevd stressnivå kan tänkas spela in för att eventuellt minska arbetsrelaterad ohälsa och personalomsättning. Detta i sin tur kan tänkas leda till en bättre fungerande arbetsgrupp bland brandmän och bidra till målet om effektiva räddningsinsatser vilket vore önskvärt för alla i samhället.

Syfte och frågeställning

Syftet med uppsatsen var att klarlägga om det finns samband mellan psykosocial arbetsmiljö och upplevd stress hos brandmän. Frågeställning i uppsatsen var: Finns det samband mellan krav/kontroll/socialt stöd och upplevd stress hos brandmän? Kan krav/kontroll/stöd predicera upplevd stress hos brandmän?

Metod

Deltagare

Antalet deltagare var 67 personer varav en kvinna och resten män. Åldern varierade mellan 22 och 64 år. Medelåldern var 42,2 år. Anställningstiden var mellan 0 till 40 år och medelvärde 17,4 år. Ingen form av ersättning utgick till deltagarna för medverkan i studien. Totalt besvarades 70 enkäter av 95 utsända. Tre av dessa fick uteslutas på grund av för många missade eller ofullständigt ifyllda svar. Den totala svarsfrekvensen blev alltså 64 %.

Material

I den här uppsatsen användes två olika etablerade enkäter och fem egna inledande demografiska frågor, sammanställda i ett formulär med totalt 36 frågor eller påståenden. De första fem demografiska frågorna efterfrågade information om deltagarnas ålder, anställningstid, kön, anställningsgrad (heltid eller deltid) och om man hade en arbetsledande roll eller inte.

Med den första enkäten Demand Control Support Questionnaire (DCSQ) i svensk översättning, mäts brandmännens krav, kontroll och socialt stöd (Jonasson & Vänman, 2014). I den andra enkäten mäts den upplevda stressen med hjälp av svenska översättningen av Perceived Stress Scale, PSS14 (Institutet för stressmedicin, Göteborg).

Den första enkäten, Demand Control Support Questionnaire (DCSQ) är ett frågeformulär som är baserat på Krav-Kontroll modellen av Karasek och Theorell med tillägg till modellen av stöd-dimensionen utvecklat av Johnsson och Hall (Sanne, Torp, Mykletun & Dahl 2005). Totalt var det 11 frågor och 6 påståenden där de 5 första frågorna mätte *krav*, de 6 följande frågorna mätte *kontroll* och de sista 6 var påståenden som mätte *stöd*. Krav och kontrollfrågorna besvarades på en fyrgradig likertskala från 1 (Ja, ofta) till 4 (Nej, så gott som aldrig). Stödpåståenderna besvarades också på en fyrgradig likertskala från 1 (Stämmer helt och hållet) till 4 (Stämmer inte alls). Exempel på en kravfråga var: "Kräver ditt arbete att du arbetar mycket fort?". Exempel på en kontrollfråga var: "Har du frihet att bestämma hur ditt

arbete ska utföras?”. Exempel på ett stödpåstående var: ”Mina arbetskamrater ställer upp för mig”. Poängen adderades för varje delskala där krav hade 5 som minsta poäng och 20 som max poäng. Högt värde betydde höga krav. För kontrollfrågorna och stödpåståendena var minsta poäng 6 och maxpoäng 24. Höga poäng betydde hög kontroll och högt stöd. I en studie avsedd att utvärdera psykometriska egenskaper hos DCSQ har formuläret visat god reliabilitet och validitet. Cronbach's alpha värde uppmätts till 0.73 för krav-delen, 0.74 för kontroll-delen och 0.83 för stöd-delen av formuläret (Sanne m. fl., 2005).

Den andra enkäten bestod av den svenska översättningen av Perceived Stress Scale (PSS). PSS innehåller 14 frågor och har utformats för att mäta i vilken grad situationer i ens liv upplevs som stressande. Frågorna i PSS är designade att mäta om deltagarna upplever sitt liv som okontrollerbart, oförutsägbart och överbelastande (Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R, 1983). Samtliga frågor i PSS besvarades på en 5-gradig likertskala från 0 (aldrig) till 4 (Väldigt ofta). Minsta poäng var 0 och max 56, där högre poäng betyder högre stressnivå. Exempel på frågor var ”Hur ofta har du den senaste månaden känt tilltro till din egen förmåga att hantera personliga problem?” och ”Hur ofta har du under den senaste månaden tyckt att du inte kunnat klara av allt du skulle ha gjort?”.

Den svenska översättningen av PSS som använts i denna studie är inte validitets- eller reliabilitets-testad (Institutet för stressmedicin, Göteborg). Däremot har den internationella versionen adekvat intern validitet och test-retest reliabilitet (Cohen med fler, 1983). PSS har i en studie uppmätt Cronbach's alpha värde till 0.84, 0.85 och 0.86 i tre olika samples (Cohen med fler, 1983). I ett ytterligare annat sample för samma formulär uppmättes 0.75 i Cronbach's alpha (Cohen, 1988).

Procedur

För att genomföra undersökningen kontaktades relevanta personer inom räddningstjänsten i tre städer i södra Sverige samt nätverket för kvinnor inom räddningstjänsten. Efter att ha fått intresse och godkännande om medverkan ifrån två brandstationer i två olika städer skickades totalt 95 enkäter ut via reguljär post, 45 till ena stationen och 50 till den andra. Enkäterna skickades ut i början av december och en ungefärlig tidsram sattes till 1-2 veckor i svarstid. Detta för alla skulle få möjlighet att delta i studien då skiftarbete medför att det tog ungefär en vecka till dess att alla i personalgruppen hade varit på arbetsplatsen. Då den ena stationen behövde mer tid för att få in svar kunde svarstiden förlängas så att fler svar lämnades in.

Deltagarna fick i följebrevet till formuläret information om syftet med studien, att medverkande var frivilligt samt att man när som helst kunde avbryta sitt deltagande. Även

kontaktuppgift till uppsatsförfattaren gavs via introbrevet. Detta enligt de etiska överväganden som beskrivs av vetenskapsrådet (Vetenskapsrådet, 2010).

Databearbetning

Det insamlade datamaterialet kodades och analyserades genom att sammanställa korrelationer mellan variablerna krav, kontroll, stöd och stress i en regressionsmodell där stress är den beroende variabeln. Variablerna krav, kontroll och stöd konstruerades genom att summera frågorna i enkäten DSCQ som hörde till respektive dimension. För krav var det fråga 1-5, för kontroll fråga 6-11 och stöd bestod av fråga 12-17. Alla frågor förutom två (fråga 4 och 9) var omvända så de vändes om i statistikprogrammet innan de summerades till respektive variabel.

För stress-variabeln summerades samtliga 14 frågor i PSS14-enkäten. Hälften av frågorna (fråga 4,5,6,7,9,10 och 13) var omvända så det vändes tillbaka genom statistikprogrammet innan de summerades till stress-variabeln. Vissa ifyllda enkäter saknade svar på en enstaka fråga, i dessa fall gjordes imputering av medelvärdet ifrån av övriga svarande på samma fråga.

Resultat

I denna uppsats har variablerna baserade på DCSQ-formuläret uppmäts till: 0.61 för krav, 0.36 för kontroll och 0.74 för stöd i Cronbach's alpha värde. För stressvariabeln baserat på PSS14-formuläret uppmättes Cronbach's alpha värde till 0.80.

Medelvärde, standardavvikelse och pearson korrelationer räknades ut (se Tabell 1). Stress korrelerade positivt med krav ($r = .480$, $p < .01$) och negativt med stöd ($r = -.446$, $p < .01$). Krav korrelerade positivt med kontroll ($r = .289$, $p < .05$) och negativt med stöd ($r = -.372$, $p < .01$). Ålder korrelerade negativt med stöd ($r = -.343$, $p < .01$).

Tabell 1. *Medelvärde(M) och standardavvikelse(SD) för deltagarnas ålder, krav, kontroll, stöd samt stress, samt hur de olika variablerna korrelerar med varandra*

Variabel	M	SD	Korrelationer			
			Krav	Kontroll	Stöd	Stress
Krav	12.25	1.73	-			
Kontroll	18.40	1.77	.289*	-		
Stöd	21.63	1.97	-.372**	.061	-	
Stress	19.95	6.34	.480**	.067	-.446**	-
Ålder	44.16	10.92	.164	-.007	-.343**	-.017

N = 67 * $p < .05$; ** $p < .01$

En standard multipel regressionsanalys utfördes för att undersöka om variablerna krav, kontroll och stöd kunde predicera deltagarnas stressnivå. För att kontrollera för eventuella ålderseffekter togs variabeln ålder med i modellen. Analyser utfördes för att säkerställa att inga hinder för antaganden om normalitet, linjäritet eller multikollinearitet fanns. Resultatet visar på en signifikant modell: $F(4,62) = 8.443, p = <.05$. Modellen förklarar 31 % av variansen i stress (justerad $R^2 = .311$). Tabell 2 ger information om regressionskoefficienterna för prediktorvariablerna som matades in i modellen. Krav och stöd var signifikanta prediktorer. Krav hade ett positivt samband med stress och stöd hade ett negativt samband med stress. Högre krav ledde till högre stress och högre stöd ledde till lägre grad av stress.

Tabell 2. *Icke-standardiserade och standardiserade regressionskoefficienter för variablerna i modellen. Kriterievariabeln är Stress (PSSI4).*

Variabel	B	Std. Error	β	P	95 % konfidensintervall	
					Undre	Övre
Krav	1.401	.430	.381	.002**	.542	2.259
Kontroll	-.080	.390	-.022	.838	-.859	.700
Stöd	-.1203	.377	-.375	.002**	-1.957	-.448
Ålder	-.121	.063	-.209	.060	-.248	.005

N = 67 * $p < .05$ ** $p < .01$

Diskussion

Syftet med den här uppsatsen var att klargöra om det finns samband mellan psykosocial arbetsmiljö och upplevd stress hos brandmän. Frågeställningen var om det finns samband mellan variablerna krav/kontroll/socialt stöd och upplevd stress och om krav/kontroll/socialt stöd kunde predicera upplevd stress hos brandmän?

Resultatet visade att samband fanns mellan variablerna krav och stress samt mellan socialt stöd och stress. Frågan om variablerna krav/kontroll/socialt stöd kunde predicera stress visade att krav och stöd var signifikanta prediktorer för upplevd stress. Variabeln kontroll visade inget samband och kunde inte predicera upplevd stressnivå.

Andra studier har visat liknande samband som mellan krav, socialt stöd och stress i denna uppsats. Exempelvis sågs liknande resultat i Johnson och Halls (1988) studie där socialt stöd visade sig minska risken för hjärt- och kärl sjukdom. Nu är det inte riktigt jämförbart då hjärt- och kärlsjukdom är en fysisk sjukdom som visserligen har visat sig kunna orsakas av arbetsmiljön, av jobb i den gruppen som kallas hög anspänning i krav kontroll modellen, med höga krav, låg kontroll och lågt stöd. I den här studien mättes inga biologiska effekter av

negativ stress utan stressen i sig var i fokus. På detta vis kan man snarare säga att uppsatsen i fråga fungerar som en bekräftelse på att krav kontroll modellens hög-anspänningssituation har likheter med stress uppmätt av Percieved Stress Scale.

Även den svenska undersökningen av Jonasson och Vänman (2014) med 471 brandmän visade liknande resultat som denna uppsats. Men även där var kriterievariablerna uppskattade fysiska besvär som har med stress att göra. I den studien var det magbesvär och sömnbesvär som visade sig ha signifikanta samband med krav och socialt stöd. Däremot visades inte heller där något samband mellan kontroll och de stressrelaterade åkommorna mag- och sömnbesvär.

En metaanalys av Prati & Pietrtoni (2010) visade också liknande resultat. I metaanalysen inkluderades både studier med positiva och negativa kriterievariabler. De studier som, liksom denna uppsats hade en negativ kriterievariabel (negativ i form av något dåligt= negativ stress) vändes om så att alla studier visade effekten av oberoende variablerna på samma sätt i ett positiv mått som kallades mental hälsa. Om man använder samma metod på denna uppsats kan man säga att istället för att ökat socialt stöd leder till minskad negativ stress så leder ökat socialt stöd till bättre mental hälsa. På så vis kan också socialt stöd ses som en friskfaktor som alternativ till ett skydd mot negativ stress.

Varvels m.fl. (2007) studie som visade att flera olika former av socialt stöd var negativt associerat med stress har en mer direkt likhet med resultatet i denna uppsats. I deras studie användes även Percieved Stress Scale för att mäta stress och antalet deltagare var liknande. Dock delar Varvel m.fl. upp socialt stöd i form av stöd från chefer eller stöd från kollegor. Stödet från chefer visade tydligt starkare samband med stress. I ett förslag till vidare forskning vore en sådan jämförelse om stödet från chefer också är viktigare för brandmän i svenska förhållanden av intresse.

Metoddiskussion

Som bekant visade inte kontrollvariabeln något signifikant samband med stress i denna undersökning. Enligt Krav/kontroll modellen och tidigare forskning borde kontroll kunna visa ett samband med stress. Exempelvis visade Lourel med fler (2008) att kontroll var negativt associerat med emotionell utmattning som angränsar till stress. Varför förelåg då inte något samband i denna uppsats? En förklaring kan vara relativt få deltagare. Samtidigt var antalet deltagare tillräckligt för att få tydliga samband med de andra oberoende variablerna krav och socialt stöd. En troligare förklaring är det låga Cronbach alpha värdet på 0.36 som uppmättes för kontroll-variabeln. En studie avsedd att utvärdera longitudinella olikheter i DCSQ har visat att kontroll variabeln kan delas upp i två separata faktorer. Vidare föreslår man att en

fråga ska tas bort nämligen fråga 9 om upprepande arbete (Chungkham, Karasek, Westerlund, & Theorell, 2013). Vid en närmare analys av Cronbach alfa-värdet i denna uppsats så blir också värdet något bättre om just denna fråga utesluts. Värdet höjs då från 0.36 till 0.47. Fortfarande under ”godkänt-nivå” på 0.70 men ändå en intressant iakttagelse att det kan vara formuläret i sig som kanske inte är helt färdigutvecklat.

Studiens tillkortakommanden

Generaliserbarheten ifrån stickprovet i studien till Räddningstjänsten kan ifrågasättas på grund av bekvämlighetsurval och att antalet deltagare var relativt lågt, 67 brandmän ifrån två olika brandstationer i två städer. Det kan mycket väl skilja stort i exempelvis socialt stöd mellan dessa städers brandstationer och andra brandstationer på annat håll i landet. Därför är det osäkert att dra slutsatsen att ett liknande resultat skulle gälla för hela Räddningstjänsten. För att undkomma detta problem bör randomiserat urval göras över hela landets brandkårer i ett förslag till vidare forskning.

En annan svaghetsfaktor är könsfördelningen. Av 67 medverkade deltagare fanns bara en kvinna. Brandmannayrket är mansdominerat så i sig är det inget märkligt men en större studie skulle behöva fler medverkande kvinnliga brandmän för att kunna se på eventuella könsskillnader.

Vidare var frågeformuläret PSS om stress inte validerat i den svenska översättningen som användes i denna studie vilket är en svaghet, dock visade urvalet i denna studie ett bra reliabilitetsvärde. DCSQ-formuläret är validerat men hade i denna studie låga värden så då kan också resultatet ifrågasättas eftersom det är osäkert att de olika frågorna i formulären för samma variabel mätte samma sak.

Slutsats

Socialt stöd och krav predicerade deltagarnas stressnivå i denna undersökning medans kontroll inte kunde predicera stress.

Referenser

- Arbetsmiljöverket (2015). Hämtad 20 december, 2015, från <https://www.av.se/arbetsmiljoarbete-och-inspektioner/publikationer/foreskrifter/organisatorisk-och-social-arbetsmiljo-afs-20154>
- Bejerot, E., Forsberg Kankkunen, T., Hasselbladh, H. (2015). Två decennier av New Public Management: arbetsmiljön i skola och sjukvård. *Arbetsmarknad & Arbetsliv*, Vol. 21, nr 3, 23-41 s.
- Brough, P. (2004). Comparing the Influence of Traumatic and Organizational Stressors on the Psychological Health of Police, Fire, and Ambulance Officers. *International Journal of Stress Management*, 11(3), 227.
- Carpenter, G. S. J., Carpenter, T. P., Kimbrel, N. A., Flynn, E. J., Pennington, M. L., Cammarata, C., ... & Gulliver, S. B. (2015). Social support, stress, and suicidal ideation in professional firefighters. *American journal of health behavior*, 39(2), 191-196.
- Chungkham, H. S., Ingre, M., Karasek, R., Westerlund, H., & Theorell, T. (2013). Factor Structure and Longitudinal Measurement Invariance of the Demand Control Support Model: An Evidence from the Swedish Longitudinal Occupational Survey of Health (SLOSH). *Plos ONE*, 8(8), 1-11.
doi:10.1371/journal.pone.0070541
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R.. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/2136404>
- Cook, B., & Mitchell, W. (2013). Occupational health effects for firefighters: the extent and implications of physical and psychological injuries. *Centre of Full Employment and Equity, Melbourne*.
- Ekman, R., & Arnetz, B. (2013). Stress: gen, individ, samhälle. *Stockholm, Liber*.
- Henriksson, S (2015) Sätter press *Akademikern*, September, 20-28.
- Institutet för stressmedicin, Göteborg hämtad 25/1 2016 från <http://www.vgregion.se/upload/Regionkanslierna/ISM%20Institutet%20f%c3%b6r%20stressmedicin/Publikationer/Formul%c3%a4r/PSS-14%20ISM.pdf>
- Johnson, J. V., & Hall, E. M. (1988). Job strain, work place social support, and cardiovascular disease: a cross-sectional study of a random sample of the Swedish working population. *American journal of public health*, 78(10), 1336-1342.

- Jonasson, J., & Vänman, E. (2014). En brinnande fråga-Förekomst av stressrelaterade symtom och samband med krav, kontroll och socialt stöd hos brandpersonal i Sverige.
- Karasek, R., & Theorell, T. (1990). *Healthy work : stress, productivity, and the reconstruction of working life*. New York, N.Y. : Basic Books, 1990.
- Lourel, M., Abdellaoui, S., Chevaleyre, S., Paltrier, M., & Gana, K. (2008). Relationships between psychological job demands, job control and burnout among firefighters. *North American Journal of Psychology*, 10(3), 489-496
- MSB, *Myndigheten för samhällsskydd och beredskap*. (2015). Hämtad 20 december, 2015, från <https://www.msb.se/sv/Utbildning--ovning/Utbildning/Skydd-mot-olyckor/Att-arbeta-med-raddning-och-sakerhet/> Samt: <https://www.msb.se/sv/Insats--beredskap/Brand--raddning/>
- Nationalencyklopedin, stress.
<http://www.ne.se.proxy.lnu.se/uppslagsverk/encyklopedi/lang/stress> (hämtad 2015-12-20)
- Negativ stress i arbetet : de mest utsatta yrkena = [Negative stress at work] : [the occupations most at risk]*. (1997). Stockholm : Statistiska centralbyrån ; Solna : Arbetarskyddsstyr., 1997 ; ([Örebro] : [SCB-tr.]).
- Prati, Gabriele, and Luca Pietrantonio. 2010. "The relation of perceived and received social support to mental health among first responders: A meta-analytic review." *Journal Of Community Psychology* 38, no. 3: 403-417. *PsycINFO*, EBSCOhost (accessed December 8, 2015).
- PSS-14 <http://www.vgregion.se/sv/Vastra-Gotalandsregionen/start sida/Vard-och-halsa/Institutet-for-stressmedicin/ISM/Publikationer/ISM-rapporter>
- Räddningstjänsten. (2014) Brandman – bli en av oss.
- Sanne, B., Torp, S., Mykletun, A., & Dahl, A. (2005). The Swedish Demand-Control-Support Questionnaire (DCSQ): factor structure, item analyses, and internal consistency in a large population. *Scandinavian Journal Of Public Health*, 33(3), 166-174 9p.
- Theorell, T. (2012). *Psykosocial miljö och stress*. Lund : Studentlitteratur, 2012 (Polen).
- Unionen. (2015) Arbetsmiljöbarometern.
- Varvel, S. J., He, Y., Shannon, J. K., Tager, D., Bledman, R. A., Chaichanasakul, A., & ... Mallinckrodt, B. (2007). Multidimensional, threshold effects of social support in firefighters: Is more support invariably better?. *Journal Of Counseling Psychology*, 54(4), 458-465. doi:10.1037/0022-0167.54.4.458

Vetenskapsrådet. (2010) Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning. Hämtad 25/1 2016 från <http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>