



Strategiplan 2009-2012

Stressforskningsinstitutets framtida forsknings- och verksamhetsinriktning

Stressforskningsinstitutet redovisar härmed sin strategiska plan för perioden 2009-2012, enligt beslut 2008-11-13 i Samhällsvetenskapliga fakultetsnämnden.

INLEDNING

Stressforskningsinstitutet är ett kunskapscentrum inom området stress och hälsa som bedriver grund- och tillämpad forskning utifrån tvärvetenskapliga och tvärmotodologiska ansatser. Verksamhetsidén är att studera hur individer och grupper påverkas av olika sociala miljöer, med särskilt fokus på stressreaktioner och hälsa. Det långsiktiga målet med forskningen är att bidra till en förbättrad folkhälsa. Stressforskningsinstitutet medverkar - inom sitt forskningsområde - i Stockholms universitets forskarutbildning samt informerar på olika sätt om sin verksamhet och om den egna forskningen. Stressforskningsinstitutet samarbetar och samverkar med andra lärosäten, forskningsmiljöer och nätverk, såväl nationellt som internationellt. Institutets verksamhet var tidigare förlagd till IPM, Institutet för Psykosocial Medicin - en forskningsmyndighet under Socialdepartementet - men inordnades 2007 i Stockholms universitet under namnet Stressforskningsinstitutet.

A. LÄGESBESKRIVNING

Avsnittet beskriver begreppet stressforskning i allmänhet och redogör för aktuell samhällsutveckling av relevans för Stressforskningsinstitutets forskning med en internationell och nationell utblick. Här redogörs också för institutets nuvarande forskningsverksamhet och framtida forskningsinriktning samt för övriga verksamheter och deras utvecklingsmöjligheter.

1. ALLMÄNT OM STRESSFORSKNING

Den tidiga stressforskningen i början av 1900-talet fokuserade nästan uteslutande på den akuta stressreaktionen och baserades i hög grad på djurstudier. Idag har stressforskningen alltmer kommit att handla om individers reaktioner på kronisk och långvarig stress. Man kan förenklat dela in dagens stressforskning i tre huvudinriktningar; en biologisk, en miljöbaserad och en psykologisk. Dessa forskningstraditioner har delvis olika fokus och bygger till stor del på, alternativt är en vidareutveckling av tidigare teoretiska modeller av stress. Forskningsområdets karaktär gör att inomvetenskapliga och samhällsrelaterade frågor är nära sammanvävda.

Den biologiska stressforskningen bygger vidare på Walter Cannons och Hans Selyes grundforskning och har som fokus att undersöka de fysiologiska processerna bakom stressreaktionen. Man har sett att upprepade eller förlängda aktivering av dessa kroppsliga reaktioner ökar risken för både fysiska och psykiska sjukdomar.

Stressforskningsinstitutet

Frescati hagväg 16A, 114 19 Stockholm
info@stressforskning.su.se, www.stressforskning.su.se



Stockholms
universitet

Det största intresset har legat på aktiviteten i det autonoma nervsystemet och då främst binjuremärgens och binjurebarkens roll vid produktion av adrenalin och kortisol. För att mäta fysiologiska reaktioner används i huvudsak tre olika metoder:

- analyser av förekomst av stresshormoner (i t ex blod, saliv eller urin)
- mätning av kardiovaskulära responser (t ex hjärtrytm, blodtryck)
- mätning av stressens effekter på immunsystemet (psykoneuroimmunologi)

Inom den miljöbaserade stressforskningen ligger fokus på stressutlösande faktorer i miljön och/eller livshändelser som kräver hög grad av anpassning. Det primära målet är att kartlägga de händelser i miljön som leder till upplevd stress och stressrelaterade sjukdomar. Adolf Meyer konstaterade redan på 1930-talet att det fanns en koppling mellan stressande livshändelser och en rad sjukdomstillstånd. Utifrån denna tanke har man med tiden försökt att visa på olika faktorer i miljön och livshändelser, som för de flesta har visat sig ha ett samband med upplevd stress.

Den psykologiska stressforskningen fokuserar på individens upplevelse av potentiella hot eller påfrestningar i miljön och de individuella resurserna att hantera dessa. Enligt detta synsätt inträffar negativ stress då en individ bedömer att kraven från miljön är så stora att de överskrider de egna resurserna att hantera dem. Det är alltså inte händelserna i miljön i sig utan individens tolkning av dessa som är avgörande för upplevelsen av stress. Ett flertal teoretiska modeller har utvecklats utifrån detta synsätt som t.ex. den s.k. "Krav/kontroll"-modellen som introducerades av Robert Karasek och Töres Theorell och som har blivit den dominerande modellen för att analysera psykosociala arbetsförhållanden och deras effekt på hälsa.

2. SAMHÄLLSUTVECKLINGEN

Samhällsutvecklingen de senaste 15 åren har inneburit en väsentlig förändring av kraven på individen med högre takt i arbetslivet och större krav på den enskilda människan. Arbetslivets inriktning mot styrning med relativt otydliga mål men samtidigt med höga krav på individens ansvar och insatsberedskap, skapar ett gränslöst arbetsliv och privatliv. Resultatet har blivit en kraftig utveckling av stressrelaterade sjukdomar inklusive utmattningssyndrom, som kommit att innebära ett växande problem inom allt fler yrken. I Sverige har antalet sjukdomsfall och därmed sjukfrånvaro som orsakas av stress i arbetslivet ökat dramatiskt under de senaste åren. Äldre kvinnor inom offentlig sektor står fortfarande för de flesta sjukskrivningarna, men sjukskrivningarna ökar nu även bland yngre personer. Samhället har varit oförberett på denna utveckling och är det fortfarande. Med förändringarna i socialförsäkringssystemen och den pågående ekonomiska krisen har ytterligare något hänt som förändrar kravbilderna på individen och antagligen skapar nya typer av problem.

3. INTERNATIONELL OCH NATIONELL UTBLICK

EU har fastslagit att stress är ett av unionens största hälsoproblem. Dagens internationella forskningsläge följer flera linjer. Mycket handlar om 24/7-samhället som med krav på ständig tillgänglighet, utsuddning av gränser mellan arbete och fritid, ökat individansvar, ökad arbetsintensifiering leder till en ökad förekomst av stressrelaterade sjukdomar. En annan viktig forskningslinje handlar om mekanismforskningen, dvs hur de ökade kraven leder till fysiologiska förändringar i immunsystem, hormonsystem, blodsockerhantering, fetthantering och kognitiva kapacitetsproblem. Vidare förekommer idag intensiv utvärdering av olika, framför allt psykologiska, behandlingsmetoder av stressrelaterade tillstånd. Forskningsfokus riktas också mot den åldrande befolkningen och de särskilda krav som den utsätts för, liksom den ökade förekomsten av psykisk ohälsa hos barn och ungdom. Kvinnor drabbas också hårdare av stresssjukdomar, men här förekommer relativt litet forskning idag.

Svensk stressforskning har länge legat i framkanten internationellt, inte minst genom Stressforskningsinstitutet, (tidigare IPM) som kan sägas utgöra svensk stressforsknings traditionella kompetenscentrum och som under de senaste tjugofem åren har varit en viktig producent av kunskap kring stress och psykosociala faktorer. Den starkt tvärvetenskapliga och tvärmotodologiska traditionen, med inslag av såväl medicinsk och fysiologisk stressforskning som psykologisk och samhällsvetenskaplig forskning, grundlades redan på 1950-talet av professor Lennart Levi som då ledde ett stressforskningslaboratorium vid Karolinska Institutet och som senare blev IPM. En stor del av det aktuella tänkandet har introducerats av Stressforskningsinstitutet/IPM, bl.a. modeller för arbetsbe-

tingade stressrelaterade sjukdomstillstånd, som krav/kontrollmodellen liksom andra modeller för socialt stöd och hälsa. Stressforskningsinstitutet/IPM har också etablerat sömn och återhämtning som en central faktor i utvecklingen av stress-sjukdomar samt kunskap om arbetstidens betydelse för långsiktig hälsa. Vidare har central kunskap kring trauma och sårbarhet hos barn tagits fram samt metoder för psykosocialt omhändertagande av flyktingar och då särskilt när det gäller posttraumatisk stress, s.k. PTSD. Även när det gäller andra stressfrågor som t.ex. behandling av stressrelaterade utmattningstillstånd och mekanismer kring återhämtning från stress, har kunskapsproduktion inom Stressforskningsinstitutet/IPM spelat en stor roll.

4. FORSKNINGSVERKSAMHETEN

Inom Stressforskningsinstitutet finns inslag av såväl den biologiska som den miljöbaserade och den psykologiska stressforskningen. Man kan för närvarande dela upp Stressforskningsinstitutets forskningsverksamhet i a.) biologiska stressmekanismer, b.) individualpsykologiska aspekter på psykosociala faktorer, c.) samhälls- och arbetslivsaspekter på psykosociala faktorer. Fokus för forskningsprojekten är att studera sambandet mellan psykosociala livsmiljöer och människors känsloreaktioner, beteenden, fysiologiska reaktioner med inverkan på såväl fysisk som psykisk hälsa. Syftet med forskningen är att belysa effekterna av långvarig excessiv energimobilisering med risker för ohälsa.

De forskningsprojekt som bedrivs inom Stressforskningsinstitutet innefattar såväl experimentella studier i laboratoriemiljö som studier under fältförhållanden och epidemiologiska kartläggningar. I första hand studeras samband mellan stress och bland annat hjärt-kärlsjukdom, depression, utbrändhet och sjukskrivning och de mätmetoder som används är fysiologiska och medicinska kompletterat med psykologiska och sociologiska. För att förstå mekanismerna bakom dessa samband har vissa studier specifikt fokuserat på fysiologiska stressreaktioner i hjärnan och hjärtat samt i de endokrinologiska och immunologiska systemen.

Aktuella forskargrupper

Gruppen "Arbetsorganisation och hälsa" studerar de psykosomatiska sjukdomsprocesser som uppkommer i samspillet mellan den sociala miljön och individen. Gruppens främsta fokus ligger på hur arbetsorganisation och arbetsmiljö påverkar hälsan, men hänsyn tas även till faktorer utanför arbetslivet.

- Gruppen "Migration och hälsa" fokuserar på det mångkulturella samhället och behovet av ökad kunskap om folkhälsa och hälsofrämjande strategier ur ett integrationspolitiskt perspektiv.
- Gruppen "Stressprevention" har sin inriktning mot de utmattnings- och utbrändhetsliknande tillståndens etiologi samt metoder för diagnos och behandling av stressrelaterade sjukdomar.
- Gruppen "Sömn och återhämtning" har fokus på frågor kring återhämtningskomponenterna i samband med stress. Huvudidén är att stress får långsiktiga effekter först när återhämtningen störs, framför allt sömnen. Tonvikten ligger på återhämtande processer som speglas i aktivitet i centrala nervsystemet (t.ex. djupsömn), immunsystemet samt endokrina variabler som t.ex. tillväxthormonet testosteron.

Aktuella forskningsteman:

- psykosomatiska sjukdomsmekanismer
- arbetslivets organisation och föränderlighet
- ledarskap och hälsa
- behandling av stress och utmattningsdepression
- sömn, trötthet och återhämtning
- arbetstider, skiftarbete och trötthet
- stress och psykosocial hälsa hos asylsökande och utrikesfödda.
- stress, sårbarhet och ohälsa hos barn och unga

Laboratorium

Stressforskningsinstitutet har också ett eget psykofysiologiskt laboratorium som består av ett hormonlaboratorium och ett sömnlaboratorium. Hormonlaboratoriet gör huvudsakligen analyser av kortisol och andra hormoner i saliv, där samarbete pågår med hormonlaboratoriet på Psykologiska institutionen. Sömnlaboratoriet

har tillgång till psykofysiologisk utrustning för att registrera variationer i vakenhet, sömnmönster, hjärtfrekvens, blodtryck och andning. Här finns bl.a. två ljudisolerade sovrum med en klimatanläggning för konstanthållning av temperatur.

5. FORSKNINGS- OCH UTVECKLINGSBEHOV

Stressforskningsinstitutet avser att framöver fokusera på färre utvecklings- och forskningsområden än i dag för att därigenom få en tydligare ”spets”. Detta är nödvändigt dels för att stärka Stressforskningsinstitutets profil och dels för att forskning visar att internationellt framgångsrika forskargrupper behöver en viss kritisk massa för att upprätthålla kvaliteten. Institutets fokusering kommer också att styra den interna planeringen när det gäller t.ex. vilka projekt som ska prioriteras, vilka samarbeten forskargrupperna ska utveckla och vilka utbildningar som forskarna ska medverka i.

Fokusområden

Några områden som Stressforskningsinstitutet vill lyfta fram som fokusområden är:

Sömn och återhämtning

När en individ utsätts för sociala och psykologiska påfrestningar av en viss intensitet och under längre tid, så leder detta till en kontinuerlig hög fysiologisk aktivering, vilket kan ha nedbrytande effekter på centrala biologiska system med risk för en negativ hälsoutveckling. Betydelsen av sömn och annan återhämtning behöver därför studeras med epidemiologiska och fysiologiska metoder. En huvudtanke är att långvarig stress inte bara ökar nedbrytande biologiska processer, utan även stör sömnen och annan återhämtning på ett sätt som omöjliggör den dagliga biologiska återställningen efter stress. Här behövs mer forskning för att identifiera hur sänkt fysiologisk sömnkvalitet påverkar hjärnans ämnesomsättning, immunsystem, blodsocker- och blodfettreglering och därigenom bidrar till olika stressjukdomar.

Många frågeställningar kan också ställas kring vilka faktorer som bidrar till återhämtning som t.ex. fritidsaktiviteter - motion, nedvarvning, vila, kulturella aktiviteter - och balansen mellan antal arbetsdagar, arbetsintensitet och antal återhämtningsdagar. Det senare berör det s.k. 24/7 samhället, där konsekvenserna av dygnet runt aktiviteter fortfarande är outforskade. Besläktat med detta är bristen på gränser mellan arbete och fritid, liksom interaktionen mellan belastning i arbete på fritiden.

Framtidens arbetsliv

Arbetslivets förändring och påverkan på hälsa och välbefinnande är ett annat fokusområde som behöver utforskas. Hur kan framtidens arbetsliv bli bättre och hälsosammare? I vilken mån försämras/förbättras hälsan när människor går i pension, blir arbetslösa eller sjukskrivna. Här finns många övergripande frågor som behöver studeras vidare när det gäller t.ex. effekterna av nutidens rörliga arbetsliv där många människor i sitt yrkesliv har många olika arbetsplatser samtidigt som andra yrkesgrupper - framförallt kvinnor inom hälso- och sjukvård har få möjligheter att byta arbetsplats, den allt mer åldrande befolkningen med stora pensionsavgångar samtidigt som fler äldre finns kvar i arbetslivet pga. ökade möjligheter till förlängd anställningstid. Hit hör också tidsbegränsade arbetskontrakt och betydelsen av inflytandet. Tidigare har inflytande setts som positivt, men idag finns vissa indikationer som tyder på att den ökade ansvarsgrad som följer med inflytande kan bli för stor och upplevas som negativ.

Det behövs också mer forskning kring de ekonomiska hög- och lågkonjunkturer som uppträder med allt kortare tidsperspektiv och med allt större internationell påverkan och som ställer nya krav på individen och skapar nya slags hälsoproblem. Bilden är komplex - den svenska befolkningens tilltagande ohälsa de senaste åren kan till viss del förklaras av den senaste högkonjunkturen, där den höga tillväxttakten verkar ha ett negativt samband med hälsan för vissa grupper, medan lågkonjunktur med stigande arbetslöshet i sin tur ger ohälsoproblem för andra grupper. Det finns därför många skäl att så tidigt som möjligt utvärdera och förstå effekterna och mekanismerna av detta för att förhindra en negativ folkhälsoutveckling.

Behandling av stressjukdomar

En annan viktig forskningsfråga är prevention och behandling av stressjukdomar och utmattnings-syndrom, framför allt de som karaktäriseras av trötthet. Den traditionella vårdsektorn har ännu inte fokuserat på sådan behandling och mycket av den utförs även privat, där vissa metoder har utsatts för omfattande kritik. Här be-

hövs systematiska utvärderingar av olika psykologiska behandlingsmodeller. Samma gäller interventioner på arbetsplatser för att förhindra uppkomsten av stressrelaterade sjukdomar.

Sårbara grupper

Det finns flera sårbara grupper vars hälsa och välbefinnande drabbats mer än andra av samhällsutvecklingen, t.ex. kvinnor som löper större risk än män när det gäller stressrelaterade sjukdomar, men där mekanismerna ännu inte är klargjorda. Allt fler svenska barn och ungdomar beskriver oro, livsleda, sömnsvårigheter, magont och huvudvärk, trots att Sverige på många områden varit och fortfarande är ett föregångsland när det gäller barn och hälsa. Vi ser också en kraftig ökning av antalet människor som drabbas av livsstilssjukdomar såsom typ 2 diabetes, hjärt-kärl sjukdomar, fetma och stressrelaterade tillstånd. Här behövs mer forskning om orsakerna till den "moderna" välfärdshälsan.

Experimentella studier

Stressforskningsinstitutet avser framöver att genomföra en serie experiment för att utveckla egna forskningsmetoder för att på så sätt kunna inta en ledande roll nationellt och tillhöra den internationella forskningsfronten.

Kompetensområden där institutet bör vara ledande är:

- teorier om stress
- mätning av stress (stresskalor/självskattningar/observationer/fysiologi)
- stressens psykosociala orsaker
- stressens effekter på hälsa, samhälle och säkerhet
- stressens psyko-neuro-immuno-endokrina mekanismer
- motmedel, intervention och behandling inriktad på stress
- individuella skillnader i stressreaktioner

Idé- och metodseminarier

För att kunna ringa in de forskningsbehov som ligger i framtiden kommer institutet att arrangera en rad idé- och metodseminarier på olika teman - ibland med särskilt inbjudna experter och inspiratörer - för att diskutera vilka frågor och utmaningar som samhället i framtiden kommer att behöva hantera. Det första seminariet i serien arrangeras den 4 maj.

6. ÖVRIGA VERKSAMHETER

6. A. Utbildning

Stressforskningsinstitutet medverkar i universitetets forskarutbildning, vilket främst sker genom handledning av doktorander, handledning av C- och D uppsatser på forskarnivå samt medverkan i olika kurser och föreläsningar. När det gäller handledning av doktorander och medverkan i utbildningskurser och föreläsningar så har institutet ett samverkansavtal med andra institutioner, främst psykologen. Institutet har också nyligen tagit fram en intern policy för sådan medverkan. Institutet bedriver inte egna kurser på grundnivå och medverkar för närvarande endast i begränsad omfattning vid andra institutioners grundutbildning. Institutet anser dock att medverkan i sådan utbildning är av stor betydelse för att få kontakter och kunna rekrytera med framtida såväl forskare som forskningsassistenter och doktorander.

Utvecklingsbehov

Stressforskningsinstitutet ser stora utvecklingsmöjligheter när det gäller utbildning. Institutet skulle kunna arrangera egna kurser på forskarutbildningsnivå, t.ex. läskurser, enstaka kurser alternativt magisterkurser/utbildningar i "Stressvetenskap". Detta kan göras såväl av institutet enskilt eller i samarbete med andra institutioner, framförallt psykologen. Det skulle vara ett sätt för institutet att säkra tillgången till duktiga studenter och potentiella framtida forskare. För att säkra kvaliteten på sådan utbildning bör institutet anställa fler professorer samt knyta några lektorer till institutet. Ny teknik, där kurser och föreläsningar som görs av institutets forskare spelas in för att sedan finnas tillgängliga på institutets webbplats bör också användas i högre grad.

Av Stressforskningsinstitutets stadgar framgår att doktorander inte kan antas vid institutet utan ska antas vid institution eller fakultet. Det vore dock av stort värde om Stressforskningsinstitutet kunde ha egna doktorander och även få examinationsrätt. Denna fråga behöver därför utredas av universitetets ledning.

6. B. Samverkan och samarbete

Stressforskningsinstitutet har ett brett samarbete med alla slags forsknings- och kunskapsproducenter, lärosäten, forskningsmiljöer och nätverk - såväl nationellt som internationellt. Stressforskningsinstitutet fungerar också som värd och koordinator för det "Svenska nätverket för stressforskning" - som idag samlar ett 70-tal forskningsproducenter och berörda myndigheter runt om i Sverige. Stressforskningsinstitutet arrangerar årligen en stressforskningskongress, vars syfte är att utgöra en nationellt tvärvetenskaplig och multidisciplinär plattform för nätverkets medlemmar.

Utvecklingsbehov

Åtgärder för att utveckla samverkan och samarbete med andra forskargrupper och nätverk - nationellt och internationellt kan t.ex. vara att:

- institutet även fortsättningsvis koordinerar det "Svenska nätverket för stressforskning" och arrangerar de årliga stressforskningskongresserna, åtminstone så länge som Institutet anser sig ekonomiskt/administrativt klara av det.
- institutet anordnar/står som värd för fler nationella/internationella kongresser och symposier.
- institutets disputerade forskare årligen medverkar vid någon internationellt symposium/ kongress med en egen presentation som rapporteras i årsredovisningen

6. C. Information och kommunikation

Stressforskningsinstitutet ska som en del av universitets- och högskolesektorn samverka med det omgivande samhället och informera om sin verksamhet, den s.k. "tredje uppgiften". Institutets forskare medverkar ofta som experter i tidningsartiklar, tv- och radioinslag och sprider på så sätt kunskap och information om viktiga forskningsresultat. Stressforskning är ett område som media gärna rapporterar om och Institutets föreståndare var 2007/2008 universitetets femte mest citerade forskare. De målgrupper som institutet vänder sig till är i första hand andra forskningsmiljöer och lärosäten, olika professionella grupper, arbetsmarknadens parter, studerande, frivilligorganisationer och media.

Stressforskningsinstitutet behöver upprätta en kommunikationsplan och en mediepolicy inom ramarna för universitetets kommunikationspolicy. Syftet är att genom kommunikationsplanen skapa en samsyn inom institutet kring förhållningssätt till tredje uppgiften, hur media ska hanteras och hur information kan användas som medel för att gynna forskningens finansiering. Kommunikationspolicyn behövs också för att underlätta och effektivisera allt utåtriktat arbete och för att klargöra vilka prioriteringar som ska göras. En medieanalys har genomförts under 2008 som kan ligga till grund för kommunikationsplanen.

Utvecklingsbehov

Åtgärder för att förbättra Stressforskningsinstitutets information/kommunikation kan t.ex. vara att:

- hemsidans innehåll innehåller mer populärvetenskaplig information om stressmekanismer; orsaker, symptom, och behandling så att Institutet bättre sprider sin egen forskning.
- institutet fortsätter arrangera en årlig Stressforskningsdag på Aula Magna/universitetet (i likhet med dem som anordnades 2008 och 2009). Den bör rikta sig till olika grupper och ha olika aktuella teman.
- institutet arrangerar mindre seminarier och/eller presskonferenser kring aktuella ämnen som kommer upp i den offentliga debatten, så att institutet mer offensivt ger sitt perspektiv på aktuella samhällsfrågor.
- institutet arrangerar fler internationella kongresser där Stressforskningsinstitutet står som värd.

6. D. Profilering

Mot bakgrund av att Stressforskningsinstitutets verksamhet tidigare var förlagd till IPM, Institutet för Psykosocial Medicin och inordnades 1 oktober 2007 i Stockholms universitet under det nya namnet "Stressforskningsinstitutet/ Stress Research Institute" behöver institutet stärka sin profilering såväl inom universitetet som nationellt och internationellt.

Utvecklingsbehov

Åtgärder för att förstärka Stressforskningsinstitutets profil kan t.ex. vara att:

- institutet sprider Stressforskningsinstitutets namn på ett tydligare sätt genom att varje forskare uppger Stressforskningsinstitutet och Stockholms universitet som huvudman vid alla slags mediala aktiviteter.
- institutet meddelar media när nya publikationer offentliggörs ca. 4 ggr/år, så att forskningsresultaten kommer ut brett i samhället
- institutet medverkar med kunskap i olika tidskrifter och medias temabilagor
- institutet upprättar ett månatligt/kvartalsvis nyhetsbrev som kan distribueras till institutets omvärld

6. E. Kompetensförsörjning

Stressforskningsinstitutet hade 2008-12-31, 23 personer anställda, varav 17 kvinnor och 11 män. Under hela 2008 har Stressforskningsinstitutet haft sammanlagt 36 personer anställda, vilket innebär 21, 14 årsarbetskrafter. Till detta kom några personer som fick arvoden för vissa begränsade uppgifter. Av de totalt 36 personer som varit anställda under 2008 har 28 personer (80 %) haft forskande uppgifter medan 8 personer (20 %) haft administrativa uppgifter. 60 % av medarbetarna avlönades via ramanslaget och resten - i huvudsak forskningsassistenter - har avlönats av externa bidrag.

Könsfördelningen bland Stressforskningsinstitutets personal har tidigare varit förhållandevis jämn, men under senare år har andelen kvinnor ökat såväl bland forskare som bland administrativ personal. Av de totalt 36 personer som varit anställda under 2008 utgjorde kvinnor 61 % av de anställda. Medelåldern hos Stressforskningsinstitutets personal är relativt hög, 45 år, räknat på det totala antalet anställda 2008. Rörligheten hos Stressforskningsinstitutets tillsvidareanställda personal är förhållandevis låg.

Utvecklingsbehov

Idag är Stressforskningsinstitutet sårbart p.g.a. små forskargrupper, många äldre forskare och dålig återväxt under senare år. Till detta kommer att Stressforskningsinstitutet i dagsläget endast har en professor, som inom 4 år går i pension. För att säkra kontinuiteten inom institutet, stärka institutets profil inom vetenskap och utbildning, höja institutets forskningskvalité, öka möjligheterna att få externa forskningsmedel och kunna rekrytera yngre lovande forskare behöver ytterligare minst en professor rekryteras. En sådan anställningsprocess har inletts. Eventuellt bör också ett lektorat inrättas.

Stressforskningsinstitutet behöver vidare spetskompetens eventuellt på konsultbasis/arvodering, inom området statistik för t.ex. granskning av artiklar samt inom området medicin för det kliniska tänkandet. Dessa kompetenser som ska vara tillgängliga för alla forskargrupper.

Stressforskningsinstitutet bör också göra en plan för rekrytering, anställningsförhållande och omhändertagande av forskarassistenter och doktorander. Institutet behöver också hitta strategier för fler post doc anställningar, bl.a. genom att utnyttja möjligheten att söka medel för sådana när Institutet söker programanslag.

Det handlar också om att Stressforskningsinstitutet genom t.ex. de årliga planeringssamtalen uppmuntrar sina egna forskare att söka post doc stipendier för att stimulera utbyte med andra nationella och internationella forskningsinstitut. Åtgärder kan också göras för att öka möjligheterna för institutets egna forskare att medverka i undervisning för att få tillräcklig undervisningstid för docentur. Gästforskare, gästprofessorer och utländska studenter skulle i högre grad kunna knytas till Stressforskningsinstitutet genom samarbete med ledande internationella forskningsinstitut, företrädesvis sådana som institutet redan har samarbete med.

6. F. Organisation

Stressforskningsinstitutet leds av en styrelse och en föreståndare. Till föreståndaren är knutet en ledningsgrupp bestående av forskargrupsledare och stf. föreståndare. Verksamheten är organiserad i en kanslienhet som ansvarar för planering och administration med bl.a. arkiv, ekonomi, information och personalfrågor samt en forskningsenhet som för tillfället består av fyra forskargrupper med olika innehåll, teman och projekt.

En omorganisation av forskningsenheten från fyra mindre grupper till två större grupper/enheter i syfte att åstadkomma bl.a. en större "vetenskapligt kritisk massa" har diskuterats under en tid. Denna omorganisation bör lämpligen genomföras när den pågående professorsrekryteringen är färdig.

6. G. Ekonomi- och infrastruktur

Stressforskningsinstitutets verksamhet finansieras i dagsläget till 50 % av förvaltningsanslaget. Externa forskningsbidragsmedel utgör 41 % av de totala intäkterna och övriga intäkter från t.ex. externa uppdrag, konferensavgifter och försäljning av forskningsrapporter, utgör de resterande 9 %. De externa bidragen kommer främst från statliga forskningsråd som FAS och Vetenskapsrådet, myndigheter som Migrationsverket och Vägverket, försäkringsbolag som Alecta, AFA Försäkring och Länsförsäkringar samt olika donationsfonder som Riksbankens jubileumsfond och Henrik Granholms stiftelse.

Uppdragsmedel kan vara en finansieringskälla, men bör inte prioriteras framför bidragsforskning, då institutets erfarenhet är att summorna ofta är små och ofta leder till mycket arbete om slutresultatet ska leda fram till en vetenskaplig publikation.

Utvecklingsbehov

Åtgärder för att öka Stressforskningsinstitutets intäkter från externa källor kan t.ex. vara att:

- institutet bättre koordinerar och samarbetar i arbetet med ansökningarna genom att i god tid arrangera idéseminarier för att diskutera olika idéer för framtida gemensamma projekt
- institutet gör fler interna forskargruppsgemensamma ansökningar kring programstöd, centrumbildningar osv.
- institutet ökar samarbetet med andra grupperingar inom universitetet för att bilda nätverk och därigenom få forskningsprojekt med större omfattning
- institutet prövar att göra ansökningar till andra än de sedvanliga forskningsråden, som t.ex. stiftelser och fonder, kommuner och landsting samt försäkringsbolag.

6. H. Administration

I samband med att Stressforskningsinstitutet införlivades i Stockholms universitet 2007, gjordes en översyn av administrativa rutiner och uppgifter i syfte att effektivisera arbetet och minska de administrativa kostnaderna. Genom att Institutet har valt att ingå avtal med IT/media om central IT-support genom SU-arbetsplatsen har den administrativa personalen kunnat minskas med en datasupporter. Dessutom har två pensionsavgångar ersatts med en medarbetare för att ytterligare minska den administrativa kostnaden. För att göra detta möjligt har administrationens arbetsuppgifter delvis omorganiserats och rationaliserats, t.ex. genom ökad användning av universitetets tjänster och servicefunktioner. Totalt har den administrativa personalen minskats med tre personer sedan övergången till universitetet och består nu av 4 medarbetare 3,6 årsarbetskrafter; en administrativ chef/stf. föreståndare, en ekonomiansvarig, en informationsansvarig och en forskningssekreterare.

I nuläget bedöms administrationen vara behovsanpassad när det gäller antal och kompetens i förhållande till de administrativa uppgifter som ligger på institutionsnivå. Beredskap för kompetensöverslag och back-up är tillgodosedda, så långt möjligt. Stressforskningsinstitutet avvaktar universitetets översyn av ekonomiadministrationen, personaladministrationen, studieadministrationen, administrationen av fastighetsbeståndet och anslutande service samt IT-verksamheten vid Stockholms universitet, innan beslut om ytterligare förändringar tas. Några nära förestående pensionsavgångar är inte aktuella. I den mån nyanställningar behöver göras, så bedöms rekryteringsläget vara gott.

6. I. Lokaler

Stressforskningsinstitutets lokaler är belägna inom Stockholms universitets campusområde Frescati Hage, mellan Brunnsvikens strand och Roslagsvägen/E18. Lokalerna som är på totalt 1.200 kvm fördelade över tre våningsplan har vid inflyttningen 2007 renoverats och anpassats för institutets behov av laboratorier och föreläsningssal. Utrymmet i lokalerna är funktionellt och väl tillvarataget.

Stressforskningsinstitutet bedömer att de nuvarande lokalerna täcker institutets behov under en överskådlig framtid och planerar inte några förändringar i detta avseende

B. MÅL OCH HANDLINGSPLAN

Avsnittet redogör för Stressforskningsinstitutets verksamhetsmål 2009-2010, de åtgärder som planeras, ansvarsfördelning och när i tiden de olika målen skall vara uppfyllda. Målen är relaterade till lägesbeskrivningen ovan och till de övergripande målen för Stockholms universitet, enligt universitetets den långsiktiga planen.

FORSKNING

Mål

Stressforskningsinstitutet ska producera världsledande forskning inriktad på stress

Åtgärder

- Öka antal publikationer i tidskrifter med hög impakt faktor genom att omorganisera till större och mer slagkraftiga forskningsenheter.
- Öka antalet professorskompetenta forskare för att säkerställa hög forskningsaktivitet och generering av forskningsmedel
- Öka samarbetet med svenska och utländska ledande forskargrupper (EU-projekt, projekt/centra som spänner över flera institutioner/lärosäten)
- Utveckla institutets egna forskningsmetoder genom fler experimentella studier t.ex. när det gäller mätning av stress (stresskalor/självskattningar/observationer/fysiologi)

Nyckeltal

Antal publikationer i ledande tidskrifter
Antal professorskompetenta forskare
Antal experimentella studier

Målvärde

Ökat antal 2012 jämfört med 2008
Ökat antal 2012 jämfört med 2008
Ökat antal 2012 jämfört med 2008

Klart datum/redovisas

Årsredovisningen 2012

Ansvarsfördelning

Föreståndare
Informatör
Stf. föreståndare
Disputerade forskare

UTBILDNING

Mål

Stressforskningsinstitutets ska säkerställa tillgången till doktorander

Åtgärder

- Medverka i fler externa utbildningar genom samverkansavtal med andra institutioner
- Arrangera fler interna utbildningar genom att avsätta personella resurser

Nyckeltal

Antal utbildningar i egen och andra institutioners regi

Målvärde

Ökat antal 2012 jämfört med 2008

Klart datum/redovisas

Årsredovisningen 2012

Ansvarsfördelning

Föreståndare
Stf. föreståndare
Disputerade forskare

KOMPETENSFÖRSÖRJNING

Mål Stressforskningsinstitutets ska säkerställa framtida kompetensförsörjning			
Åtgärder <ul style="list-style-type: none"> ▪ Avsätta medel för att rekrytera fler professorer ▪ Ge institutets forskare möjlighet till tillräcklig undervisningstid för docentur och stimulera dem att söka ▪ Ansöka om särskilda medel för att rekrytera fler post doc/gästforskare/gästprofessorer 			
Nyckeltal	Målvärde	Klart datum/redovisas	Ansvarsfördelning
Antal rekryteringar Antal ansökningar	Ökat antal 2012 jämfört med 2008	Löpande	Föreståndare Stf. föreståndare

KOMMUNIKATION OCH PROFILERING

Mål Stressforskningsinstitutet ska stärka sin roll som nationellt kompetenscenter			
Åtgärder <ul style="list-style-type: none"> ▪ Förbättra informationen om stress och hälsa på institutets webbplats ▪ Arrangera en årlig stressforskningsdag på Aula Magna/universitetet ▪ Arrangera en årlig nationell stressforskningskongress för forskningsproducenter ▪ Öka deltagande i internationella konferenser/kongresser där institutets forskare gör presentationer 			
Nyckeltal	Målvärde	Klart datum/redovisas	Ansvarsfördelning
Antal besök på webbplatsen och antal deltagande i internationella kongresser	Ökat antal 2010 jämfört med 2008	Löpande fr.o.m. 2009	Föreståndare Stf. föreståndare Informatör Disputerade forskare

INTÄKTER

Mål Stressforskningsinstitutets ska öka andelen intäkter från externa källor			
Åtgärder <ul style="list-style-type: none"> ▪ Öka samarbetet med andra grupperingar internt och inom universitetet för projekt med större omfattning som t.ex. programstöd ▪ Bredda ansökningsförfarandet att gälla även andra finansieringskällor än de sedvanliga forskningsråden 			
Nyckeltal	Målvärde	Klart datum/redovisas	Ansvarsfördelning
Antal större ansökningar och ansökningar till nya finansieringskällor	Ökad andel externa intäkter 2012 jämfört med 2008	Löpande i årsredovisningen	Föreståndare Stf. föreståndare Disputerade forskare

C. UPPFÖLJNING

Stressforskningsinstitutet ska i samband med årsredovisningen under kommande år skriftligen utvärdera hur

det strategiska arbetet fortskrider i förhållande till mål, nyckeltal och målvärde i den strategiska planen.

D. BESLUT

Beslut om denna Strategiplan har tagits av Stressforskningsinstitutets styrelse 2009-03-16.



Stressforskningsinstitutet

Postadress

Stressforskningsinstitutet,
Stockholms universitet,
SE-106 91 Stockholm

Besöksadress

Frescati hagväg 16 A,
114 19 Stockholm

Webb adress

www.stressforskning.su.se

Telefon och telefax

Växel: +468 16 20 00

Fax: +468 5537 89 00

E-post adresser

info@stressforskning.su.se

laboratory@stressforskning.su.se

fornamn.efternamn@stressforskning.su.se