



Strategiplan 2016-2018

Stressforskningsinstitutet



Stockholms
universitet

Strategiplan för Stressforskningsinstitutet 2016-2018

Stressforskningsinstitutets forsknings- och verksamhetsinriktning

A. LÄGESBESKRIVNING

Stressforskningsinstitutet befinner sig sedan många år i den internationella forskningsfronten när det gäller att förstå sambanden mellan den psykosociala miljön, individens stressreaktioner och återhämtning, samt risken för ohälsa. Institutet bedriver också omfattande kunskapspridning i nära samarbete med arbetsmarknadens parter och med hög synlighet i media samt deltar i utveckling och utvärdering av interventioner. Den forskningsbaserade kunskap institutet kan förmedla är mer aktuell och behövlig än någonsin på grund av att den stress-relaterade ohälsan uppmärksammats allt mer inte minst i samband med kraftigt ökade sjukskrivningstal i Sverige.

Institutets forskning bygger på traditionen från *Laboratoriet för klinisk stressforskning* som grundades av Lennart Levi vid Karolinska Institutet 1959 och vidareutvecklades inom den självständiga myndigheten *IPM* (Statens Institut för Psykosocial Miljömedicin/Institutet för Psykosocial Medicin) som grundades 1980. I samband med omorganisation av IPM sökte sig Institutet till Stockholms universitet och inleddes år 2007. Verksamheten har från början kännetecknats av en bred ansats som kombinerar samhällsvetenskapliga med medicinska/biologiska perspektiv.

Idag är Stressforskningsinstitutet ett institut direkt under den samhällsvetenskapliga fakulteten vid Stockholms universitet och bedriver tvärvetenskaplig forskning i starka nätverkskonstellationer, vilka inkluderar *Stockholm Stress Center*, ett Forte-finansierat excellenscentrum samt ett flertal stora internationella samarbeten. Forskningen är idag till hälften finansierad genom fakultetsmedel (FUF), vilka härrör från det anslag som institutet medförde vid införlivandet i Stockholms universitet, och till hälften av externa forskningsanslag. Finansieringssituationen ger institutet en god stabilitet och möjlighet att agera långsiktigt i relation till sitt ansvarsområde.

Stressforskningsinstitutets forskning bedrivs inom tre forskningsenheter:

Enheten för epidemiologi undersöker i första hand longitudinella samband mellan psykosociala exponeringar i och utanför arbetslivet å ena sidan och olika hälsoutfall å den andra med hjälp av stora, longitudinella kohorter. En av dessa kohorter är SLOSH som enheten är ansvarig för och som omfattar cirka 119.000 personer vilka är approximativt representativa för den svenska arbetsmarknaden. Av dem följs 40.000 upp med enkäter vartannat år, övriga med registerdata. Som del i ett stort internationellt konsortium fastställer vi med hög säkerhet vilka övergripande samband som finns mellan arbetsmiljö och hälsa. Institutets egen forskning bidrar därefter med mer detaljerad kunskap om hur sambanden uppstår och medieras över tid, vilket i sin tur kan ligga till grund för bättre interventioner.

Enheten för sömn och vakenhet fokuserar på stress i relation till sömn, återhämtning och dygnsrytmen vilket inkluderar frågor om arbetstidens betydelse för hälsa och säkerhet. Forskningen spänner från epidemiologiska prospektiva studier till experimentella studier i laboratorium och fält med inriktning på objektiva mätningar av stress, sömn och vakenhet, samt strukturell respektive funktionell avbildning på människans hjärna. Syftet med enhetens forskning är att öka kunskaperna om sömnens betydelse för den långsiktiga hälsan och säkerhet inom arbetslivet och transportområdet. Forskare vid enheten anlitas även som experter av statliga myndigheter och arbetsmarknadens parter när det gäller frågor om arbetstider, sömn och hälsa.

Enheten för psykoneuroimmunologi studerar de psykologiska och biologiska mekanismer som länkar stressexponeringar till sjukdomsupplevelse och beteenden samt psykologiska interventioner gällande stressrelaterad ohälsa. Forskargruppen har etablerat en experimentell modell för kortvarig inflammatorisk stress som på ett effektivt sätt ger möjlighet att studera påverkan på hjärna och beteende. Ett flertal artiklar har publicerats utifrån denna modell, även i samarbete med flera internationella forskargrupper. Likaså utförs framgångsrika studier kring psykologisk behandling av stressrelaterad ohälsa och arbete för att implementera dessa i vården utförs.

Internationellt finns flera utvecklingstrender i stressforskningen och näraliggande discipliner som tillsammans möjliggör väsentliga vetenskapliga framsteg: större datamängder genom internationella konsortiebildningar, längre uppföljningstider, mer avancerad statistisk modellering av data, mer avancerade mätmetoder både i fält och i laboratoriet (inte minst hjärnavbildningar) samt systematisk utveckling av psykologiska behandlingsmetoder. Området ligger emellertid efter de mest avancerade medicinska disciplinerna när det gäller systematik i hur studier planeras och publiceras. Tillsammans med andra framstående forskningscentra verkar Stressforskningsinstitutet därför för ökad systematik och transparens i forskningsprocessen.

Stressforskningsinstitutet är välkänt internationellt och har ett mycket starkt nationellt varumärke. Institutets forskning publiceras övervägande i internationella vetenskapliga tidskrifter, ofta inom medicin och hälsovetenskap i vid bemärkelse. De flesta artiklarna publiceras i specialiserade tidskrifter med för specialområdet god impact, med en ökande andel i mer

generella tidskrifter med hög eller mycket hög impact. Institutets forskare föreläser och undervisar i olika sammanhang inom och utanför Universitetet, och sedan ett antal år bedriver institutet även forskarutbildning i folkhälsovetenskap. Sammantaget bedriver institutet högklassig verksamhet som spänner över hela kunskapsområdet stress och hälsa.

B. MÅL

Stressforskningsinstitutets vision är att bidra till förbättrad folkhälsa genom högkvalitativ forskning och kunskaps spridning om hur stress – från exponeringar i den sociala miljön, via psykologiska och biologiska mekanismer – påverkar människors hälsa. Föreliggande dokument har som syfte att ställa upp ett antal konkreta och mätbara strategiska mål och delmål för att främja institutets möjligheter att uppnå sina verksamhetsmål och därmed verka för den övergripande visionen. Dess syfte är därmed inte att definiera eller modifiera verksamhetens mer övergripande mål, vilka här endast tydliggörs som bakgrund. De strategiska målen är inte prioriterade utan ordnade tematiskt.

1. Stressforskningsinstitutet primära verksamhetsmål är att bedriva **högkvalitativ forskning** om psykosocial miljö, stress och hälsa i allmänhet men med ett särskilt fokus på arbetslivet. För att ytterligare stärka och utveckla denna verksamhet har institutet som strategiska mål att:

a) Bibehålla och konsolidera samarbetet med internationellt ledande forskare och forskargrupper inom Institutets verksamhetsområde.

b) I samarbete med sådana internationella partners utveckla och publicera en policy för den vetenskapliga processen inom institutets verksamhetsområde. Detta görs i syfte att motverka selektiv rapportering och publicering och därigenom driva fram bättre evidens rörande orsakssamband. En sådan policy förväntas vara publicerad vid 2018 års utgång.

c) Bedriva en personalpolitik som stärker och för framtiden säkrar kvaliteten i forskningen genom att vårda den kritiska massan av forskande personal. Som konkreta delmål avser institutet därför att till 2018 års utgång:

- öka antalet ledande forskare genom rekrytering i internationell konkurrens,
- öka antalet postdoktorer,
- stärka kvinnliga forskares karriärmöjligheter.

d) Prioritera forskningsprojekt som är stora nog för att ge substantiella bidrag till den internationella forskningsfronten och/eller nationella aktörers förmåga att motverka stressrelaterad ohälsa. Som konkreta delmål avser institutet att till 2018 års utgång:

- öka antalet externa forskningsanslag som vart och ett omfattar minst 2 miljoner kronor.
- öka antalet publikationer i internationella vetenskapliga tidskrifter klassade som utmärkta enligt Norskt vetenskapsindex.

e) Förvalta och utveckla institutets forskningsinfrastruktur genom att till 2018:

- säkra den långsiktiga tillgången till epidemiologiska data för avancerade longitudinella studier genom att med stöd av Vetenskapsrådets infrastrukturmedel bygga upp en nationell infrastruktur för forskning om relationer, arbete och hälsa över livsloppet,
- skapa en intern finansieringsmodell för att långsiktigt utveckla och modernisera institutets sömnlaboratorium i syfte att möjliggöra innovativ spetsforskning om sömn, stress, beteende och hälsa.

f) Vidareutveckla pågående verksamhet inriktad på interventioner gällande stressrelaterad ohälsa med syfte att stärka evidensbasen och bidra till riktlinjer för behandling till slutet av 2018,

2. Stressforskningsinstitutets andra övergripande verksamhetsmål är att bedriva **forskningsnära utbildning** i folkhälsovetenskap med inriktning mot stressforskning, primärt på forskarutbildningsnivå. Institutets strategiska inom detta område är att:

a) Verka för att alla disputerade forskare vid institutet går SU:s handledarutbildning.

b) I samarbete med Chess utveckla en högkvalitativ, forskningsinriktad introduktionskurs i folkhälsovetenskap på forskarutbildningsnivå till 2017,

c) I samarbete med fakulteten under 2016 utreda förutsättningarna för att på sikt stärka den folkhälsovetenskapliga utbildningens ställning inom Universitetet.

3. Stressforskningsinstitutets tredje verksamhetsmål är att fortsätta att **sprida, tillhandahålla och nyttiggöra forskning** och kunskap inom sitt fackområde. För att uppnå detta har institutet som strategiska mål att:

a) Upprätthålla en hög synlighet i massmedia med fokus på att presentera en nyanserad och forskningsbaserad bild av förekomsten av stress i samhället och vilka konsekvenser den har för folkhälsan. I jämförelse med 2015 bör år 2018:

- institutet omnämns ett jämförbart antal gånger i svenska media,
- en större andel av omnämningarna beröra institutets egna forskningsresultat,
- flera omnämningarna innefatta en kritisk värdering av utvecklingen av stressexponeringar och/eller av den stressrelaterade ohälsan,
- institutets egen hemsida innehålla mer fördjupat journalistiskt material i form av reportagefilmer och populärvetenskapliga artiklar.

b) Fortsätta och vidareutveckla det framgångsrika konceptet med Stressforskningsdagen - öppna föreläsningar för såväl professionella som den intresserade allmänheten, vilka även sänds i Kunskapskanalen och finns tillgängliga via nätet. Delmålen är att åren 2016-2018 i genomsnitt per år:

- ha mer än 300 besökare till de öppna föreläsningarna,
- minst tre föredrag ska sändas i Kunskapskanalen.

c) Tillhandahålla kvalificerad, forskningsbaserad, praktiskt inriktad information om psykosocial arbetsmiljö, stress och interventionsmetoder till politiska beslutsfattare, myndigheter, arbetsmarknadens parter och aktörer inom arbetshälsoområdet. För att uppnå detta har institutet som delmål att:

- under 2016 upprätta en referensgrupp för att optimera kunskapsspridningen till Institutets centrala avnämare,
- 2018 i jämförelse med 2015 delta som experter i fler statliga och/eller partsgemensamma utredningar,
- till slutet av 2018 ta fram rekommendationer för implementering av evidensbaserade insatser mot stressrelaterad ohälsa.

C. RESURSER

1) Personal. Stressforskningsinstitutet har en kvalificerad personalgrupp bestående av administratörer, laboratoriepersonal samt forskande personal från forskningsassistenter och doktorander till professorer. Rekrytering av två nya professorer är pågående. Dessutom pågår rekrytering av en ny administrativ chef p.g.a. planerad pensionsavgång. En ytterligare förstärkning av den forskande personalen är önskvärd, huvudsakligen genom ökade forskningsanslag men även genom ökade resurser för forskningsanknuten undervisning.

2) Ekonomi. Institutet har vid början av handlingsplanens giltighet ett ackumulerat överskott och resurser som möjliggjort rekrytering av två nya professorer, varav en är en långsiktig kompensation för pensionsavgång. Förstärkning är önskvärd för att möjliggöra ökat deltagande i forskningsanknuten undervisning, finansiering av doktorander samt utveckling av sömnlaboratoriet.

3) Lokaler. Lokalerna är för närvarande ändamålsenliga, men en utökning av ytan skulle kunna bli aktuellt om Institutet expanderar. Ombyggnad av kök och lunchrum är planerad för att öka kapaciteten och vissa modifieringar av laboratorielokalerna kan bli aktuella. En ny hiss eller ökad tillgänglighet till befintlig hiss skulle underlätta för rörelsehindrande att nå mer än entréplanet.

4) Övrigt. Universitetsledningen har pekat ut små enheter som sårbara i sin riskanalys. Stressforskningsinstitutet är en relativt liten enhet, men då institutet inte bedriver egen undervisning på annat än forskarnivå anser institutet att riskerna för verksamhet och administration är små i dagsläget. Överlag bedömer institutet att det är mycket angeläget att värna varumärket och kvarstå som ett självständigt forskningsinstitut.

D. HANDLINGSPLAN

För att uppnå de **forskningsmässiga** målen avser institutet att arbeta med tre övergripande frågor: resursoptimering, kvalitetssäkring och HR.

Resursoptimering

Institutet har sedan ett antal år arbetat för att frigöra FUF-medel för att i ökande grad kunna använda dem på sådana sätt att de kan generera ytterligare ekonomiska resurser. Tillsättandet av två nya professorer är en del i detta. Vi kommer vidare att ta fram en ny finansieringsmodell för sömnlaboratoriet som möjliggör en mer expansiv laborativ verksamhet utan behov av stora anslag för infrastruktur.

Ansvarig: Föreståndaren.

Kvalitetssäkring

Den kollegiala granskningsprocessen är central för att upprätthålla och utveckla god forskningskvalitet samt motverka oegentligheter. Dock används inte kompetens vid institutet optimalt för utveckling av forskningsansökningar och projektplaner. Institutet avser därför att införa nya rutiner för granskning/seminariebehandling av viktigare ansökningar, detaljplanering av projekt samt viktigare publiceringar. Som beskrivits ovan avser institutet vidare att ta fram en policy som syftar till att höja kvaliteten på den kausala evidensen och motverka felaktiga forskningsresultat, inte bara inom institutet utan generellt inom institutets verksamhetsområde.

Ansvarig: Ledningsgruppen (d.v.s. enhetscheferna).

HR

Stressforskningsinstitutet har haft god erfarenhet av internationella rekryteringar och avser under perioden arbeta för att institutet i allt högre grad skall uppfattas som ett attraktivt karriäralternativ för lovande yngre forskare från de ledande universiteten och forskningsmiljöerna i världen inom institutets arbetsområde. Detta kan göras bland annat genom att erbjuda möjligheter till forskningsbesök och sabbaticals, satsa på postdoktorer samt arbeta för att unga, särskilt kvinnliga forskares möjligheter till akademisk meritering vid institutet ytterligare ska stärkas.

Ansvariga: Forskningsledarna.

För att uppnå de **utbildningsmässiga** målen avser institutet dels att med befintliga resurser arbeta för en stärkning av stressforskningens roll i forskarutbildningen i folkhälsovetenskap, dels bidra till att utreda möjligheterna att genom resursförstärkningar utveckla och stärka folkhälsovetenskapsämnet inom Universitetet. Ansvariga: Ledningsgruppen.

För att uppnå målen relaterade till **dissemination och nyttiggörande** ämnar institutet att i nära samarbete med en referensgrupp från arbetsmarknadens parter och andra avnämare ta fram en ny strategi för kunskapsspridning och avnämardialog. Avsikten är att institutet i ökande grad ska användas som remissinstans och dess forskare anlitas som experter i statliga utredningar och andra viktiga policyprocesser. Vi kommer även att bygga vidare på institutets starka närvaro i massmedia, men genom att ta fram eget journalistiskt och populärvetenskapligt material försöka styra uppmärksamheten till en mer nyanserad förmedling av kunskap om stressens orsaker och konsekvenser.

Ansvariga: Kommunikatör i dialog med ledningsgruppen och styrelsen.

Slutligen avser institutet att se över den interna strukturen, framförallt gällande **administrativa frågor**, för att skapa effektivare rutiner för ärendehantering och e-post samt för att minska sårbarheten för oförutsedda händelser, t.ex. om administrativ chef eller föreståndare skulle bli långtidssjuka. Institutet ser också ett behov av att ytterligare stärka sin förmåga när det gäller att hantera frågor som rör forskarutbildningen. I samband med ny föreståndarperiod överväger institutet som ett led i detta att utöver den ställföreträdande föreståndaren även utse en biträdande föreståndare med vissa ansvarsområden.

Ansvarig: Administrativ chef i dialog med föreståndaren och ledningsgruppen.



Stressforskningsinstitutet

Postadress

Stressforskningsinstitutet,
Stockholms universitet,
SE-106 91 Stockholm

Besöksadress

Frescati Hagväg 16 A,
114 19 Stockholm

Telefon och telefax

Växel: +468-16 20 00
Fax: +468-5537 8900

Webbadress

www.stressforskning.su.se

E-postadresser

info@stressforskning.su.se
laboratory@stressforskning.su.se
fornamn.efternamn@su.se