

# Invitasjon til forskningsprosjekt

Vi skal studere hvordan arbeidsplassen kan legge til rette for sunne og produktive medarbeidere. Vi forventer positive utfall for både virksomhet og deltakere.

Som en stor del av livene våre kan jobben dessverre også være en vesentlig kilde til stress, som igjen er forbundet med helseproblemer og jobbfravær. Omkostningene er også store for samfunnet gjennom helsekostnader og tapt produktivitet. Forskning viser at ulike faktorer på arbeidsplassen kan påvirke de ansattes helse og at ansatte kan lære å ta grep for aktivt å forme jobben sin. Slik opplæring kan forbedre både helse og prestasjoner blant de ansatte.

Vi inviterer til deltakelse i et forskningsprosjekt med verdensledende forskere, som Universitetet i Sørøst-Norge leder. Ved bruk av den nyeste forskningen skal vi studere hvordan arbeidsplassen kan optimere arbeidsmotivasjon og støtte fysisk og psykisk helse. Vi ønsker å belyse hvordan vi kan legge til rette for sunne og produktive medarbeidere.

Studien består av to opplæringsøkter; en for ansatte og en for ledere. Lederne vil få innspill til å være behovsstøttende i interaksjonen med ansatte, mens de ansatte vil få opplæring i å forme jobben sin. Begge gruppene vil etter seks uker delta i en refleksjonsøkt for å forsterke læringen og skape gode rutiner for henholdsvis behovsstøttende ledelse og jobbforming. Over studieperioden på 12 måneder vil alle deltakere også besvare fem spørreskjemaer for å måle resultatene av opplæringen over tid.

Forskningsprosjektet er naturligvis gratis. Med utgangspunkt i den eksisterende forskningen forventer vi positive utfall for både bedrift og deltakere. Dette vil eksempelvis kunne være bedre helse, lavere sykefravær eller høyere produktivitet. Samtidig vil deltakelse bidra til ytterligere kunnskapsutvikling innen forskning på helsefremmende arbeidsplasser.



## Fakta om prosjektet

USN Handelshøyskolen ved Universitetet i Sørøst-Norge har i flere tiår forsket på motivasjon i arbeidslivet, og har et utstrakt samarbeid med fremtredende internasjonale forskere, blant annet fra University of Rochester og Curtin University. Sammen utgjør dette miljøet et av verdens fremste innenfor motivasjonsforskning og arbeidsmotivasjonsforskning. Forskningsgruppen ved USN publiserer jevnlig i internasjonalt anerkjente tidsskrifter og har i de seneste årene fått tildelt finansiering av flere store forskningsprosjekter gjennom Norges Forskningsråd.

[usn.no/motivationproject](https://usn.no/motivationproject)