



# Bacheloroppgave

**ADM650 Jus og administrasjon**

**Vurdering av tiltak for fysisk aktivitet**

**Kristina Sandøy Ringstad**

**Totalt antall sider inkludert forsiden: 24**

**Molde, 21.05.2014**



## Obligatorisk egenerklæring/gruppeerklæring

Den enkelte student er selv ansvarlig for å sette seg inn i hva som er lovlige hjelpemidler, retningslinjer for bruk av disse og regler om kildebruk. Erklæringen skal bevisstgjøre studentene på deres ansvar og hvilke konsekvenser fusk kan medføre. Manglende erklæring fritar ikke studentene fra sitt ansvar.

Du/dere fyller ut erklæringen ved å klikke i ruten til høyre for den enkelte del 1-6:		
1.	Jeg/vi erklærer herved at min/vår besvarelse er mitt/vårt eget arbeid, og at jeg/vi ikke har brukt andre kilder eller har mottatt annen hjelp enn det som er nevnt i besvarelsen.	<input checked="" type="checkbox"/>
2.	Jeg/vi erklærer videre at denne besvarelsen: <ul style="list-style-type: none"><li>• ikke har vært brukt til annen eksamen ved annen avdeling/universitet/høgskole innenlands eller utenlands.</li><li>• ikke refererer til andres arbeid uten at det er oppgitt.</li><li>• ikke refererer til eget tidligere arbeid uten at det er oppgitt.</li><li>• har alle referansene oppgitt i litteraturlisten.</li><li>• ikke er en kopi, duplikat eller avskrift av andres arbeid eller besvarelse.</li></ul>	<input checked="" type="checkbox"/>
3.	Jeg/vi er kjent med at brudd på ovennevnte er å betrakte som fusk og kan medføre annullering av eksamen og utestengelse fra universiteter og høgskoler i Norge, jf. <a href="#">Universitets- og høgskoleloven</a> §§4-7 og 4-8 og <a href="#">Forskrift om eksamen</a> §§14 og 15.	<input checked="" type="checkbox"/>
4.	Jeg/vi er kjent med at alle innleverte oppgaver kan bli plagiatkontrollert i Ephorus, se <a href="#">Retningslinjer for elektronisk innlevering og publisering av studiepoenggivende studentoppgaver</a>	<input checked="" type="checkbox"/>
5.	Jeg/vi er kjent med at høgskolen vil behandle alle saker hvor det forligger mistanke om fusk etter høgskolens <a href="#">retningslinjer for behandling av saker om fusk</a>	<input checked="" type="checkbox"/>
6.	Jeg/vi har satt oss inn i regler og retningslinjer i bruk av <a href="#">kilder og referanser på biblioteket sine nettsider</a>	<input checked="" type="checkbox"/>

# Publiseringsavtale

Studiepoeng: 15

Veileder: Åge Brekk

## Fullmakt til elektronisk publisering av oppgaven

Forfatter(ne) har opphavsrett til oppgaven. Det betyr blant annet enerett til å gjøre verket tilgjengelig for allmennheten (Åndsverkloven. §2).

Alle oppgaver som fyller kriteriene vil bli registrert og publisert i Brage HiM med forfatter(ne)s godkjennelse.

Oppgaver som er unntatt offentlighet eller båndlagt vil ikke bli publisert.

Jeg/vi gir herved Høgskolen i Molde en vederlagsfri rett til å gjøre oppgaven tilgjengelig for elektronisk publisering:

ja  nei

Er oppgaven båndlagt (konfidensiell)?

ja  nei

(Båndleggingsavtale må fylles ut)

- Hvis ja:

Kan oppgaven publiseres når båndleggingsperioden er over?

ja  nei

Er oppgaven unntatt offentlighet?

ja  nei

(inneholder taushetsbelagt informasjon. Jfr. Offl. §13/Fvl. §13)

Dato: 21.05.14

## **Forord**

Denne bacheloroppgaven markerer slutten på tre spennende år ved studiet i jus og administrasjon ved høghskolen i Molde. Det å jobbe med en slik oppgave har vært både spennende og lærerikt, samtidig som det har vært en krevende prosess. Ikke bare har jeg lært mye nytt om dette temaet, men jeg har også lært mye nytt om meg selv. Interessen jeg har for fysisk aktivitet har gjort at jeg har skrevet denne oppgaven med engasjement og nysgjerrighet.

Jeg ønsker å takke alle som har støttet meg i arbeidet med denne oppgaven. Først og fremst vil jeg vil rette en stor takk til min veileder Åge Brekk for god veiledning gjennom denne prosessen. Så vil jeg gjerne takke intervjuobjektene for at de var villige til å stille til intervju. Til slutt vil jeg gjerne takke min samboer for hans støtte og forståelse.

Kristiansund, Mai 2014

Kristina Sandøy Ringstad

## Sammendrag

Oppgaven omhandler vurdering av tiltak for fysisk aktivitet i arbeidsmiljølovens (aml.) § 3-4. Problemstillingen er:

*I hvilken grad blir tiltak for fysisk aktivitet vurdert i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet og hvilke tiltak er eventuelt iverksatt i virksomheten?*

Denne plikten er oppfylt dersom arbeidsgiver kan dokumentere at fysisk aktivitet er vurdert i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet i virksomheten. Målet med problemstillingen er å undersøke om virksomhetene oppfyller denne plikten og se på hvilke tiltak som eventuelt er iverksatt i virksomheten. Jeg har gjennomført en kvalitativ studie der jeg intervjuet en offentlig virksomhet og en privat virksomhet i Møre og Romsdal.

Funnene i denne undersøkelsen viser at plikten om å vurdere tiltak for fysisk aktivitet i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet hevder å være oppfylt både hos den offentlige virksomheten og den private virksomheten, selv om de ikke kan dokumentere dette. Når det gjelder hvilke tiltak som er iverksatt så varierer dette fra virksomhet til virksomhet, men den offentlige virksomheten hadde flere flere tiltak for fysisk aktivitet enn den private virksomheten. Den offentlige virksomheten hadde tiltak for fysisk aktivitet både i arbeidstiden og utenfor arbeidstid, mens den private virksomheten bare hadde et konkret tiltak utenfor arbeidstid.

# Innhold

<b>1 Tema og problemstilling</b> .....	1
1.1 Bakgrunn for valg av tema .....	1
1.2 Problemstilling .....	2
1.3 Avgrensning .....	2
1.4 Oppgavens disposisjon .....	2
<b>2 Viktige lovbestemmelser og planer</b> .....	3
2.1 Arbeidsmiljøloven .....	3
2.2 Folkehelseloven .....	4
2.3 Nasjonal helse- og omsorgsplan .....	5
<b>3 Metode</b> .....	6
3.1 Valg av forskningsdesign og metode .....	6
<b>4 Undersøkelsen og data</b> .....	8
4.1 Undersøkelsen .....	8
4.2 Data .....	9
<b>5 Oppsummering og konklusjon</b> .....	14
5.1 Oppsummering .....	14
5.2 Konklusjon .....	15
5.3 Videre forskning .....	16
<b>Litteraturliste</b> .....	17
<b>Vedlegg:</b>	
Intervjuguide .....	18

# 1 TEMA OG PROBLEMSTILLING

## 1.1 Bakgrunn for valg av tema

Bakgrunnen for valg av tema er at jeg alltid har vært mest interessert i jussen og syntes dette er den mest spennende delen av studiet i jus og administrasjon. Jeg var aldri i tvil om at min bacheloroppgave skulle omhandle temaet jus. Det var først og fremst jussen som gjorde at jeg valgte å studere jus og administrasjon. Temaet for denne oppgaven vil være arbeidsrett. Grunnen til at valget falt på en oppgave innenfor dette emnet var fordi arbeidsrett virkelig fanget min interesse i andre semester og at dette var et emne jeg ville lære mer om.

Det konkrete temaet vil være arbeidsmiljølovens § 3-4 om vurdering av tiltak for fysisk aktivitet. Grunnen til at jeg er spesielt opptatt av fysisk aktivitet i arbeidslivet er at jeg med stor sannsynlighet vil få en ganske stillesittende jobb etter endt studie. Jeg ønsker derfor å se nærmere på om vurdering av tiltak for fysisk aktivitet blir vurdert og eventuelt hvilke tiltak som blir iverksatt. Jeg har alltid vært nyskjerrig på hvorfor det har seg slik at noen virksomheter iverksetter tiltak og andre ikke. Fysisk aktivitet er også veldig ”i vinden” for tiden og har fått mye oppmerksomhet i media.

I løpet av relativt kort tid har samfunnet gjennomgått store endringer når det gjelder krav til daglig fysisk aktivitet. Mange arbeidsoppgaver som tidligere trengte muskelkraft er erstattet av maskiner. Dette har resultert i at store deler av befolkningen kan karakteriseres som fysisk inaktive og dette er knyttet til en rekke sykdommer og lidelser. Begrepet fysisk aktivitet kan defineres som ”enhver kroppslig bevegelse initiert av skjelettmuskulatur som resulterer i en vesentlig økning i energiforbruket utover hvilenivå”. Personer som er fysisk inaktive vil være personer som beveger seg lite både i yrke og fritid, som sitter/ligger mye og i stor utstrekning benytter motoriserte transport- og hjelpemidler. (Sosial- og helsedirektoratet 2000)

## **1.2 Problemstilling**

Det å skulle finne en avgrenset og konkret problemstilling skulle vise seg å ikke være like lett som først antatt, men etter mye frem og tilbake kom jeg frem til følgende problemstilling:

*I hvilken grad blir tiltak for fysisk aktivitet vurdert i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet og hvilke tiltak er eventuelt iverksatt i virksomheten?*

Målet med denne undersøkelsen er å finne ut om vurdering av tiltak for fysisk aktivitet blir oppfylt innen de virksomhetene jeg har valgt å undersøke og finne ut hvilke tiltak de eventuelt har iverksatt.

## **1.3 Avgrensning**

Jeg ønsker å avgrense oppgaven geografisk til å gjelde en offentlig virksomhet og en privat virksomhet i Møre og Romsdal. Arbeidsmiljøloven (aml.) kommer til anvendelse både i den offentlige og private virksomheten da loven gjelder for virksomhet som sysselsetter arbeidstaker, jf. aml. § 1-2 (1). Folkehelseloven kommer bare til anvendelse hos den offentlige virksomheten da den etter folkehelseloven § 2 (1) gjelder for kommuner, fylkeskommuner og statlige myndigheter. Grunnen til at jeg har valgt en offentlig og en privat virksomhet er fordi jeg ønsker å se om det er noe forskjeller mellom dem.

## **1.4 Oppgavens disposisjon**

I del 2 av denne oppgaven vil jeg ta for meg viktige lovbestemmelser og planer for denne undersøkelsen. I del 3 vil jeg skrive litt om hvilket forskningsdesign og hvilken metode jeg har valgt for denne undersøkelsen og i del 4 vil det stå om undersøkelsen og dens data. I del 5 vil jeg runde av med en kort oppsummering og konklusjon før jeg helt til slutt vil si litt om videre forskning på temaet.



## **2 VIKTIGE LOVBESTEMMELSER OG PLANER**

I denne delen av oppgaven vil jeg ta for meg viktige lovbestemmelser og planer knyttet til denne undersøkelsen. Jeg vil først ta for meg arbeidsmiljøloven som er helt avgjørende for denne oppgaven før jeg ser litt på folkehelseloven og til slutt ser litt på den nasjonale helse- og omsorgsplanen for 2011 – 2015.

### **2.1 Arbeidsmiljøloven**

Arbeidsmiljølovens formål er ifølge aml. § 1-1 (a) å sikre et arbeidsmiljø som gir grunnlag for en helsefremmende og meningsfylt arbeidssituasjon, som gir full trygghet mot fysiske og psykiske skadevirkninger, og med en velferdsmessig standard som til enhver tid er i samsvar med den teknologiske og sosiale utvikling i samfunnet.

I aml. § 3-1 (1) står det at for å sikre at hensynet til arbeidstakers helse, miljø og sikkerhet blir ivaretatt, skal arbeidsgiver sørge for at det utføres systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid på alle plan i virksomheten. Dette skal gjøres i samsvar med arbeidstakerne og deres tillitsvalgte.

I aml. § 3-1 (2) står det at systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid innebærer at arbeidsgiver skal: a) fastsette mål for helse, miljø og sikkerhet, b) ha oversikt over virksomhetens organisasjon, herunder hvordan ansvar, oppgaver og myndighet for arbeidet med helse, miljø og sikkerhet er fordelt, c) kartlegge farer og problemer og på denne bakgrunn vurdere risikoforholdene i virksomheten, utarbeide planer og iverksette tiltak for å redusere risikoen, d) under planlegging og gjennomføring av endringer i virksomheten, vurdere om arbeidsmiljøet vil være i samsvar med lovens krav, og iverksette de nødvendige tiltak, e) iverksette rutiner for å avdekke, rette opp og forebygge overtredelser av krav fastsatt i eller i medhold av arbeidsmiljøloven, f) sørge for systematisk arbeid med forebygging og oppfølging av sykefravær, g) sørge for løpende kontroll med arbeidsmiljøet og arbeidstakernes helse når risikoforholdene i virksomheten tilsier det og f) foreta systematisk overvåking og gjennomgang av det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet for å sikre at det fungerer som forutsatt.

I aml. 3-4 står det at arbeidsgiver skal, i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet, vurdere tiltak for å fremme fysisk aktivitet blant arbeidstakerne.

På arbeidstilsynets nettsider står det at plikten er oppfylt dersom arbeidsgiver kan dokumentere at fysisk aktivitet er vurdert i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet i virksomheten. Det er ikke krav om at tiltak om fysisk aktivitet faktisk blir satt i verk. Bestemmelsen gir bare en plikt til å vurdere mulige tiltak. Det blir ikke stilt krav om hvor eller på hvilken måte den fysiske aktiviteten eventuelt skal gå for seg. Hva som vil kunne være aktuelle tiltak vil variere fra virksomhet til virksomhet. Arbeidstaker plikter heller ikke å delta i tiltakene som eventuelt blir satt i verk. Videre står det at vurderingen skal gjøres i samarbeid med de ansatte i virksomheten og deres tillitsvalgte. (Arbeidstilsynet)

## **2.2 Folkehelseloven**

Folkehelselovens formål er ifølge folkehelseloven § 1 (1) å bidra til en samfunnsutvikling som fremmer folkehelse, herunder utjevner sosiale helseforskjeller. Loven gir myndighet til kommuner, fylkeskommuner og statlige myndigheter i folkehelsearbeidet, jfr.

folkehelseloven § 2 (1). Definisjonen av folkehelse er ifølge folkehelseloven § 3 a) befolkningens helsetilstand og hvordan helsen fordeler seg i en befolkning.

Folkehelsearbeid er samfunnets innsats for å påvirke faktorer som direkte eller indirekte fremmer befolkningens helse og trivsel, forebygger psykisk og somatisk sykdom, skade eller lidelse, eller som beskytter mot helsetrusler, samt arbeid for en jevnere sosial fordeling av faktorer som direkte eller indirekte påvirker helsen, jf. folkehelseloven § 3 b).

I kapittel 2 i folkehelseloven står det om kommunens ansvar. Kommunen skal etter folkehelseloven § 4 (1) fremme befolkningens helse, trivsel, gode sosiale og miljømessige forhold og bidra til å forebygge psykisk og somatisk sykdom, skade eller lidelse, bidra til utjevning av sosiale helseforskjeller og bidra til å beskytte befolkningen mot faktorer som kan ha negativ innvirkning på helsen. I folkehelseloven § 5 (1) står det at kommunen skal ha nødvendig oversikt over helsetilstanden i befolkningen og de positive og negative faktorer som kan virke inn på denne. Etter folkehelseloven § 7 (1) skal kommunen iverksette nødvendige tiltak for å møte kommunens helseutfordringer, jf. § 5. Dette kan blant annet omfatte tiltak knyttet til fysisk aktivitet. Jeg vil her presisere at folkehelseloven ikke pålegger arbeidsgivere oppgaver i folkehelsearbeidet.

## 2.3 Nasjonal helse- og omsorgsplan

I den nasjonale helse- og omsorgsplanen (2011-2015) kapittel 4 om folkehelsearbeid står det under punkt 4.1 at befolkningens helse er blant samfunnets viktigste ressurser. Det er fortsatt stort potensial i å fremme helse og forebygge sykdom og for tidlig død. Det er et samfunnsansvar å bidra til god helse i hele befolkningen. Regjeringen vil gjennom folkehelseloven utvikle folkehelsearbeidet på kommunalt, regionalt og statlig nivå, blant annet ved å legge til rette for systematisk og langsiktig folkehelsearbeid. Tall fra 2009 og 2010 om levevaner og folkehelse viser at daglig fysisk aktivitet er redusert de siste 20 årene, mens aktivitet på fritiden har økt. 1 av 5 voksne er fysisk aktive mer enn 30 minutter daglig. Folkehelsearbeidet tar utgangspunkt i at samfunnet har ansvar for befolkningens helse ved å legge grunnlaget for gode levekår og levevaner. Nasjonale tiltak er i hovedsak befolkningsrettet og utøves gjennom å påvirke faktorer som har positive eller negative effekter på helsen. Den tverrdepartementale handlingsplan for fysisk aktivitet (2005-2009) er gjennomført og evaluert. Evalueringen anbefaler at arbeidet videreføres med bruk av sterkere virkemidler. Aktivitetsnivået i befolkningen er lavt, sosialt skjevfordelt og viser negativ utvikling. Det gjør det nødvendig med ny og bredere nasjonal satsing på fysisk aktivitet ut over helsesektorens innsats. Under punkt 4.4 om arbeid og helse står det at arbeidsmiljøloven § 3-4 pålegger arbeidsgiver å vurdere fysisk aktivitet for ansatte i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet. Ved mange arbeidsplasser oppfordres de ansatte til å sykle eller gå til jobben, blant annet ved å tilrettelegge for sykkelparkering, garderobe og dusj, treningsmuligheter og konkurranser. (Meld. St. 16 (2010-2011))

### **3 METODE**

I denne delen av oppgaven vil jeg ta for meg hvilken metode jeg har valgt for denne undersøkelsen og forklare hvorfor jeg har valgt akkurat denne metoden.

#### **3.1 Valg av forskningsdesign og metode**

Arbeidsmiljøloven trådte i kraft 1. januar 2006 og folkehelseloven trådte i kraft i 1. januar 2012. Folkehelseloven har derfor hatt en relativt kort virketid. Det er lite rettspraksis på dette området. Jeg har ikke funnet tidligere forskning på dette området og det blir derfor nødvendig for meg å foreta egne undersøkelser for å finne empiri som kan si noe om min problemstilling. For å kartlegge i hvilken grad tiltak for fysisk aktivitet blir vurdert i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet og hvilke tiltak som eventuelt er iverksatt i virksomheten må jeg velge et undersøkelsesopplegg som gjør det mulig å gå i dybden hos noen få utvalgte enheter. En kvantitativ metode der man ønsker å gå i bredden vil ikke egne seg for å svare på min problemstilling. Derfor velger jeg en kvalitativ metode som går i dybden og er den metoden som best egner seg til å svare på min problemstilling.

Det er viktig å understreke at et undersøkelsesopplegg alltid vil ha sterke og svake sider. Det intensive designet som er kvalitativt har den styrken at det får frem relevant data. Informasjonen blir ikke løsrevet fra konteksten og undersøkelsen omfatter mange detaljer. Den interne gyldigheten vil derfor ofte være stor. Svakheten til dette undersøkelsesopplegget er at studiene i stor grad blir spesifikke, dvs. at de forholder seg til en spesiell kontekst eller til noen få enheter. Det store spørsmålet blir derfor om jeg kan generalisere funnene, dvs. å påstå at det som gjelder for de to virksomhetene jeg har undersøkt, også gjelder for alle andre. Denne formen for generalisering er en teoretisk generalisering. Det innebærer i dette tilfellet at man ut fra en mindre antall intervjuer danner en mer generell teori om hvordan virkeligheten faktisk ser ut. Det er vanskelig å slå fast om denne teorien er gyldig i andre kontekster enn akkurat den jeg har studert.

(Jacobsen 2005, 96)

Hensikten med kvalitative metoder er ikke å generalisere fra utvalget av enheter til en større gruppe enheter. Kvalitative metoder har i liten grad som formål å slå fast omfanget eller hyppigheten av et fenomen. Den har heller til hensikt å forstå og utdype begreper og fenomener. (Jacobsen 2005, 222)

En kvalitativ metode legger i motsetning til en kvantitativ metode, få begrensninger på svarene en respondent kan gi. Denne metoden vektlegger detaljer, nyanserikdom og det unike med hver enkelt respondent. Åpenhet er et sentralt stikkord for denne metodiske tilnærmingen. Jeg ønsker ikke å påtvinge de undersøkte faste spørsmål med faste svarkategorier slik som i den kvantitative metoden. Som alle andre metoder har det kvalitative undersøkelsesopplegget noen ulemper. En av ulempene er at den er ressurskrevende. Intervjuer tar ofte lang tid og om man har begrensede ressurser må man nøye seg med få respondenter. Jeg prioriterer her mange variabler fremfor mange enheter. En annen ulempe er at informasjonen jeg vil få inn kan bli vanskelig å tolke på grunn av sin nyanserikdom. Kvalitative datainnsamlingsmetoder kan også være problematiske med hensyn til undersøkelseeffekten. Med dette menes det at det kan være selve undersøkelsen som skaper spesielle resultater. Man kan ende opp med å måle noe en selv har skapt fremfor å måle hvordan respondenten opplever et bestemt fenomen. (Jacobsen 2005, 129-131)

Denne undersøkelsen vil være en tversnittstudie. Dette innebærer at jeg kun studerer virkeligheten på et gitt tidspunkt. Tversnittundersøkelser er den vanligste formen for undersøkelser og er lite kostbare. Grunnen til at jeg ikke velger et undersøkelsesopplegg som måler tilstanden på flere tidspunkter er at dette blir for omfattende og kostnadskrevende med tanke på den tidsrammen og budsjettet jeg har fått i henhold til denne bacheloroppgaven. (Jacobsen 2005, 102)

## 4 UNDERSØKELSEN OG DATA

I denne delen av oppgaven vil jeg først si litt om undersøkelsen før jeg analyserer og diskuterer dataene fra undersøkelsen sammen med teorien som jeg har presentert i del 1 og del 2 i denne oppgaven.

### 4.1 Undersøkelsen

Den kvalitative metoden har flere ulike metoder for datainnsamling, men jeg ønsker å benytte meg av det individuelle, åpne intervjuet. Denne datainnsamlingsmetoden kjennetegnes ved at undersøker og undersøkt – respondent eller informant – prater sammen i en vanlig dialog. Ved et telefonintervju mister jeg muligheten til å observere hvordan intervjuobjektet opptrer, derfor vil jeg utføre intervjuene ansikt til ansikt. Da må jeg forflytte meg fysisk fra sted til sted, men til gjengjeld så vil jeg få muligheten til å observere intervjuobjektet på en best mulig måte. Siden jeg kun skal intervjuet to virksomheter vil det ikke bli for kostbart eller for tidkrevende å gjennomføre intervjuene ansikt til ansikt. Jeg ønsker å notere hva respondenten sier i tillegg til å benytte meg av en båndopptaker. Det er viktig at intervjuet ikke tar for lang tid, for da kan jeg ende opp med så mye informasjon at jeg ikke klarer å få en oversikt (Jacobsen 2005, 142-143)

Jeg har som sagt valgt å benytte meg av en båndopptaker i løpet av intervjuet. Dette er fordi jeg skal få med meg alt intervjuobjektet sier, helt ordrett. Et problem kan være at mange kan reagere negativt på det å bli tatt opp på bånd, men siden jeg verken skal intervju barn eller eldre mennesker vil dette helt sikkert ikke bli et problem. Intervjuet vil ha en tidsramme på ca. 1 time da det sjeldent er fornuftig å la intervjuet foregå mer enn en og en halv til to timer, og en halvtime vil være for lite til å få frem relevant informasjon. (Jacobsen 2005, 148-149)

Intervjuet kan ha ulike grader av åpenhet. Vanligvis er det åpne intervjuet til en viss grad strukturert. Det åpne intervjuet bør ikke være for strukturert, men det bør heller ikke være helt åpent. Derfor har jeg valgt å utarbeide en intervjuguide som en oversikt over hvilke tema jeg vil gå igjennom i løpet av intervjuet. Intervjuguiden er lagt til som vedlegg helt til slutt i denne oppgaven. (Jacobsen 2005, 145)

Tidsrommet for gjennomføring av intervjuene var 24. mars – 28. mars. Jeg benyttet den samme intervjuguiden både i intervjuet med den offentlige og den private virksomheten. Jeg tok personlig kontakt for å avtale tid til intervju og gav de litt informasjon om hva intervjuet skulle omhandle slik at de hadde mulighet til å forberede seg til intervjuet. Intervjuene foregikk på respondentens arbeidsplass. Før jeg startet intervjuet spurte jeg respondentene om de ønsket å være anonyme. Den private virksomheten ønsket å være anonym i denne undersøkelsen og av etiske hensyn ble derfor den offentlige virksomheten også anonym. Jeg benyttet meg av en båndopptaker under begge intervjuene og ingen av intervjuobjektene hadde noe imot dette.

Intervjuene varte fra 25-45 minutter. Årsaken til at det ble ulik lengde på intervjuene var at det ikke var så mye å utdype i intervjuet med den private virksomheten da de ikke hadde så mange konkrete tiltak for fysisk aktivitet som den offentlige virksomheten hadde. Etter intervjuet skrev jeg ned det intervjuobjektene hadde sagt på papir så jeg kunne slette opptakene. Begge virksomhetene var omtrent like store i den grad de hadde like mange ansatte. For å ikke avsløre noe vil jeg ikke si noen konkrete tall, men jeg kan si at det dreide seg om mellomstore bedrifter.

## **4.2 Data**

Det første spørsmålet jeg stilte begge intervjuobjektene var om hans/hennes kollegaer var fysisk aktive eller inaktive i jobben sin. Grunnen til at jeg ønsket å vite dette var fordi jeg ville se om det var noen sammenheng mellom tiltak for fysisk aktivitet og om det var en fysisk arbeidsplass eller fysisk inaktiv arbeidsplass. Derfor prøvde jeg å finne en virksomhet som hovedsakelig bestod av kontorarbeid der arbeidstakerne var fysisk inaktive i arbeidstiden og en virksomhet der arbeidstakerne var mer fysisk aktiv i arbeidstiden. Begrepene fysisk aktivitet og fysisk inaktivitet er definert i del 1 i denne oppgaven. På dette spørsmålet svarer både den offentlige virksomheten og den private virksomheten at de ansatte har litt forskjellige arbeidsoppgaver slik at det varierer litt. Hos den offentlige virksomheten sier respondenten at:

”De aller fleste her, når de er på jobb, så er det jo kontorarbeidsplasser. Noen er ute i tillegg så noen kan være mer fysisk aktive”

Hos den private virksomheten var de mer fysisk aktive i utførelsen av arbeidet. Der hadde de forskjellige avdelinger, både kontor og verksteder. I motsetning til den offentlige virksomheten jobbet ikke flertallet med kontorarbeid, det var heller mindretallet. Hos de som var på kontoret var det begrenset hvor mye fysisk aktivitet de var i, i løpet av en arbeidsdag. De som oppholder seg på uteområdet er mer fysisk aktive i arbeidet sitt. De som jobbet på verkstedet kunne også sitte eller stå deler av dagen. Hos den private virksomheten var det subsea avdelingen deres som var den mest fysisk aktive i løpet av en arbeidsdag. Respondenten hos den private virksomheten sier at:

”Subsea avdelingen er den mest fysiske avdelingen vi har. Der må de være veldig forsiktige så de ikke ødelegger kroppene sine. For det kan de fort gjøre, men de har såklart utstyr som skal hjelpe dem med det. Da slipper de å løfte så mye selv, det er grenser i forhold til hvor tungt de kan løfte med kroppen.”

Det neste spørsmålet jeg stilte var om bedriften deres hadde vurdert tiltak for fysisk aktivitet i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet. Den offentlige virksomheten svarte et klart og tydelig ja. Hos den private virksomheten svarte respondenten:

”Om du tenker på trening i arbeidstiden så har vi ikke det. Vi har for så vidt vurdert det, men det er vanskelig å få til gymnastikk i arbeidstiden for en produksjonsbedrift.”

Her kommer det frem at både den offentlige virksomheten og den private virksomheten for så vidt har vurdert tiltak for fysisk aktivitet, men for at denne plikten skal være oppfylt etter aml. § 3-4 må arbeidsgiver kunne dokumentere at fysisk aktivitet er vurdert i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet. Derfor spurte jeg etter jeg hadde slått av båndopptakeren om det var mulighet til å se i HMS-permen til virksomheten. Dette var for å se om tiltak for fysisk aktivitet faktisk var dokumentert. Da jeg spurte om dette virket det ikke som de helt skjønnte hva det var jeg ville se. Verken den offentlige virksomheten eller den private virksomheten hadde mulighet til å la meg se i HMS-permen deres da jeg intervjuet dem. Respondenten fra den private virksomheten letet etter HMS-permen, men kunne ikke finne den. Respondenten fra den offentlige virksomheten sa at hun kunne sende meg en mail når hun hadde funnet den.



I ettertid kom det en mail der det var lagt til et utdrag fra årsrapportene for arbeidsmiljøutvalget. Det at jeg ikke fikk sett i HMS-permen til verken den offentlige virksomheten eller den private virksomheten er også et funn. Hva som er årsaken til at jeg ikke fikk sett i HMS-permen skal jeg ikke spekulere så mye i, men jeg har noen teorier. En av årsakene kan være at de faktisk ikke har dokumentert at fysisk aktivitet er vurdert i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet. Dette vil da være et brudd på aml. § 3-4, men om dette her er tilfellet skal jeg ikke si for sikkert. Det kan også være at de har misforstått meg og ikke helt skjønnte hva det var jeg ville se, kanskje jeg var litt for uklar når jeg spurte om akkurat dette.

Da jeg spurte hvilke tiltak de hadde vurdert svarte respondenten i den offentlige virksomheten:

”Det har vært forskjellige tiltak som vi både har vurdert og som vi gjennomfører. For det som vi har nå så er det trening i arbeidstiden og det er tilsvarende to halvtimer i uken som alle kan delta på når de er på jobb. Du blir ikke trukket i arbeidstid for det. Det har vært planlagt når vi har vært på møter eller om man skal reise vekk at det har vært tilrettelagt at man skulle kunne bevege seg. I tillegg så er det jo treningsrom på huset som den enkelte kan benytte seg av. Det vil ikke være i arbeidstiden, men utenom arbeidstid. Men ansatte kan jo benytte seg av treningsrommet i forbindelse med de to halvtimene med trening i arbeidstiden. Så har vi hver 14. dag en spinningtime. Der er det 30 plasser som man kan melde seg på. Det vil variere fra gang til gang hvem som får være med på dette etter en påmeldingsliste. Dette varer frem til sommeren, og etter sommeren vil vi prøve en annen aktivitet.”

Jeg spurte den private virksomheten om hvilke tiltak de hadde iverksatt så de at:

”Vi har ingen tiltak som pågår nå. Det vi har er en avtale i forhold til trening, en bedriftsavtale, der ansatte får rabatt på et treningssenter. Jeg tror det er rabatt på 60,- kr i måneden dersom man kjøper seg et årskort. Det er noen stykker som har det, men andre slike tiltak har vi ikke per dags dato. Vi har snakket om treningsrom og den tanken har vært luftet, men vi har ikke kommet så langt at det har blitt gjort noen tiltak enda.”

Her ser vi at den offentlige bedriften har iverksatt tiltak for fysisk aktivitet både i og utenfor arbeidstiden mens den private bedriften kun har ett tiltak for fysisk aktivitet utenfor arbeidstid. Jeg vil her presisere at det etter aml. § 3-4 ikke er noen plikt til å iverksette tiltak for fysisk aktivitet i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet, det er kun en plikt til å vurdere dette. Jeg hadde i forkant av denne undersøkelsen en forventning om at det ville være den offentlige virksomheten som hadde flest tiltak for fysisk aktivitet. Grunnen til dette er at jeg så for meg at det ville være lettere å gjennomføre tiltak for fysisk aktivitet i en virksomhet som ikke var en produksjonsbedrift. I tillegg er de fysisk inaktive i jobben sin, noe som kanskje fører til flere tiltak enn i en virksomhet der man allerede er fysisk aktiv i selve utførelsen av jobben. Siden den private virksomheten ikke hadde iverksatt tiltak for fysisk aktivitet i arbeidstiden spurte jeg hvorfor de ikke hadde gjort dette og respondenten svarte:

”Det har med praktiske hensyn å gjøre vil jeg tro. Det er vanskelig å gjennomføre. Det er hektisk og folk er opptatt med å få jobben gjort. Så det er vanskelig å få til rett og slett.”

Her kommer det frem at den private virksomheten er en produksjonsbedrift. Det vil kanskje være vanskeligere å gjennomføre tiltak for fysisk aktivitet i arbeidstiden i en slik type virksomhet da de må stoppe produksjonen for å få til dette. Det at den private virksomheten ikke har noen tiltak for fysisk aktivitet i arbeidstiden kan også være på grunn av økonomiske hensyn. Det å stoppe produksjonen flere dager i uken kan bli en kostbar affære.

Det neste spørsmålet jeg stilte var om ansatte var involvert i denne prosessen, om de fikk være med å vurdere tiltak for fysisk aktivitet sammen med arbeidsgiver. Etter aml. § 3-1 står det at for å sikre at hensynet til arbeidstakers helse, miljø og sikkerhet blir ivaretatt, skal arbeidsgiver sørge for at det utføres systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid på alle plan i virksomheten. Dette skal gjøres i samsvar med arbeidstakerne og deres tillitsvalgte. Både den offentlige virksomheten og den private virksomheten svarer her at ansatte er involvert i denne prosessen. I den private virksomheten ble dette tatt opp med arbeidsmiljøutvalget, tillitsvalgte og verneombud i et møte. I den offentlige virksomheten hadde de et arbeidsmiljøutvalg som var med på å bestemme hvilke fysiske aktiviteter de skulle gjennomføre.

Det siste spørsmålet jeg spurte dem om var om de merket noen positive eller negative endringer på sykefraværet i forbindelse med tiltak for fysisk aktivitet. Den offentlige virksomheten sier at de ikke kan knytte noe spesielt til sykefraværet med tanke på tiltak for fysisk aktivitet. Det de ser er at det stort sett er de som allerede er aktive på fritiden som bruker trim i arbeidstiden. De har grupper som skulle vært mye flinkere til å komme seg ut, da de sitter veldig mye på kontoret. De kan ikke si at tiltak for fysisk aktivitet spesifikt har ført til nedgang i sykefraværet eller har bakgrunn i det, men det de ser er at dette øker trivselen. Det var vanskelig for den offentlige virksomheten å si om tiltak for fysisk aktivitet har noen innvirkning på sykefraværet da det var så mange faktorer som spilte inn. Sykefraværet hos den offentlige virksomheten lå i 2013 på 3,72 %. Dette mente respondenten var under gjennomsnittet på landsbasis når det gjaldt offentlige virksomheter.

Den private virksomheten sier at det er vanskelig å si om tiltak for fysisk aktivitet har hatt noen negative eller positive innvirkninger siden de ikke har startet med noen konkrete tiltak enda, men de syntes sykefraværet er for høyt. De håper at tiltak for fysisk aktivitet i fremtiden skal ha en positiv innvirkning og at sykefraværet kanskje går ned litt da. I 2013 var sykefraværsprosenten på rundt 5-6 %. De hadde et mål om 3,5 %, så sykefraværsprosenten i 2013 er ganske mye høyere enn det de hadde håpet på. Her ser vi at den offentlige virksomheten som har flere tiltak for fysisk aktivitet har lavere sykefraværsprosent enn den private virksomheten som kun har ett tiltak for fysisk aktivitet, men om dette har noen sammenheng med iverksettingen av tiltak for fysisk aktivitet er vanskelig å si da det er mange faktorer som spiller inn på sykefraværet.

Tall fra statistisk sentralbyrå sine hjemmesider viser at sykefraværet i 4. kvartal i 2013 var på 6,4 % i gjennomsnitt. Grunnen til at jeg velger å se på tallene fra 4. kvartal av 2013 var fordi jeg ikke klarte å finne noen statistikk på sykefraværet i hele 2013. Nivået på sykefraværet var lavest i privat sektor, med 5,9 % i 4. kvartal i 2013, mens statlig og kommunal forvaltning hadde et fravær på henholdsvis 6,2 og 8,3 %. (SSB 2014). Her ser vi at den private virksomheten ligger på snittet for privat sektor da den ligger på 5-6 %, mens den offentlige virksomheten ligger langt under gjennomsnittet for statlig og kommunal forvaltning med sine 3,72 %. Hva som er grunnen til den offentlige virksomhetens lave sykefraværsprosent i forhold til gjennomsnittet vil være vanskelig for meg å si noe om uten nærmere undersøkelser.

## 5 OPPSUMMERING OG KONKLUSJON

I denne delen av oppgaven vil jeg oppsummere funnene mine før jeg kommer til en konklusjon. Helt til slutt vil jeg si litt om videre forskning på temaet.

### 5.1 Oppsummering

Etter å ha utført denne undersøkelsen vil jeg si at jeg fikk svar på det jeg ønsket å få svar på, selv om svarene kanskje ikke var helt slik jeg hadde forventet. Jeg hadde på forhånd trodd at jeg skulle få se i HMS-permen både hos den offentlige virksomheten og den private virksomheten da dette ikke er sensitiv informasjon, men dette var ikke tilfellet. Det er vanskelig å si noe om hvorfor virksomhetene ikke fant frem HMS-permene sine da jeg spurte om dette, men det virker ikke som om dette dokumentet er sentralt i styringen av virksomhetene jeg undersøkte. Både den offentlige virksomheten og den private virksomheten hevder å ha oppfylt plikten om å vurdere tiltak for fysisk aktivitet i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet, men ingen av dem kan dokumentere dette i denne undersøkelsen. Det var litt skuffende å ikke få sett i HMS-permen deres, men jeg velger å tro på respondentene når de sier at de har vurdert tiltak for fysisk aktivitet i tilknytning til aml. § 3-4.

Når det gjelder hvilke tiltak som eventuelt er iverksatt i bedriften varierte dette fra den offentlige virksomheten til den private virksomheten. Den offentlige virksomheten hadde flere tiltak for fysisk aktivitet enn den private virksomheten hadde. Den offentlige virksomheten hadde tiltak for fysisk aktivitet både i arbeidstiden og utenfor arbeidstiden. De hadde et eget treningsrom på huset som alle ansatte kunne benytte seg av når de måtte ønske. De hadde også to halvtimer i uken de kunne trene i arbeidstiden og mulighet til å melde seg på en påmeldningsliste for spinningtime hver 14 dag. Den private virksomheten hadde ingen konkrete tiltak for fysisk aktivitet bortsett fra 60,- kr avslag i måneden på et lokalt treningssenter dersom man valgte å kjøpe seg et årskort.

Ansatte hevdes å være involvert i prosessen når det gjelder å vurdere tiltak for fysisk aktivitet i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet. I følge den offentlige virksomheten er det de som allerede er aktive på fritiden som benytter seg av

tiltakene for fysisk aktivitet i virksomheten. Den offentlige virksomheten har flere tiltak for fysisk aktivitet enn den private virksomheten og en lavere sykefraværspersent, men om dette har en sammenheng med tiltak for fysisk aktivitet er vanskelig for meg å si noe om da det her er mange faktorer som spiller inn. Men det kan virke som om det er en sammenheng mellom fysisk aktivitet i arbeidstiden og ikke da den private virksomheten ikke har noen tiltak for fysisk aktivitet i arbeidstiden og har en høyere sykefraværspersent. Selv mener den offentlige virksomheten at tiltak for fysisk aktivitet ikke har noen nevneverdig positiv innvirkning på sykefraværet, men at tiltak for fysisk aktivitet derimot fører til økt trivsel på arbeidsplassen. Den private virksomheten syntes det er vanskelig å si noe om tiltak for fysisk aktivitet har en positiv innvirkning på sykefraværet da de ikke har noen konkrete tiltak enda.

## **5.2 Konklusjon**

I hvilken grad blir tiltak for fysisk aktivitet vurdert i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet og hvilke tiltak er eventuelt iverksatt i virksomheten?

Konklusjonen min blir i denne oppgaven at vurdering av fysisk aktivitet i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet i stor grad har skjedd da begge virksomhetene jeg undersøkte hevder å ha oppfylt plikten om vurdering av tiltak for fysisk aktivitet i henhold til aml. § 3-4. Selv om verken den offentlige virksomheten eller den private virksomheten kan bevise at tiltak for fysisk aktivitet i tilknytning til det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet er dokumentert velger jeg å tro på det respondentene sier når de sier at dette er oppfylt.

Når det gjelder hvilke tiltak som er iverksatt i virksomheten er det store forskjeller mellom den offentlige virksomheten og den private virksomheten. Den offentlige virksomheten har flere tiltak både i arbeidstiden og utenfor arbeidstid, mens den private virksomheten kun har et konkret tiltak utenfor arbeidstid. Dette tyder på at det er lettere å iverksette tiltak for fysisk aktivitet i en bedrift som ikke er en produksjonsbedrift, og at det er flere tiltak for fysisk aktivitet i den virksomheten som er inaktiv i utførelsen av arbeidet sitt.

### **5.3 Videre forskning**

Nå som jeg kun har gjennomført et kvalitativt forskningsopplegg der jeg kun har undersøkt noen få enheter kunne det vært interessant å benytte seg av en kvantitativ metode der jeg undersøker mange enheter. Da kunne jeg ha generalisert funnene mine og funnet ut om det som gjelder for de to virksomhetene jeg har undersøkt også gjelder for andre.

Det kunne også vært interessant å intervju de ansatte for å høre hvilke synspunkter de har på vurdering av tiltak for fysisk aktivitet. Da ville jeg ha undersøkt om de ansatte føler at de er involvert i prosessen med å vurdere de ulike tiltakene for fysisk aktivitet og om de faktisk deltar på de tiltakene for fysisk aktivitet som deres virksomhet eventuelt iverksetter.

## Litteraturliste

Arbeidsmiljøloven 2005. *Lov om arbeidsmiljø, arbeidstid og stillingsvern av 17. juni nr. 62.*

Arbeidstilsynet. *Plikta arbeidsgivaren har til å vurdere tiltak for fysisk aktivitet.*  
<http://www.arbeidstilsynet.no/fakta.html?tid=92098> Hentet 20.03.2014

Folkehelseloven 2011. *Lov om folkehelsearbeid av 24. juni nr. 29.*

Jacobsen, Dag Ingvar 2005. *Hvordan gjennomføre undersøkelser.* Kristiansand S: Høyskoleforlaget AS.

Meld. St. 16 (2010-2011). *Nasjonal helse- og omsorgsplan (2011-2015).* Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.

Sosial – og helsedirektoratet 2000. *Fysisk aktivitet og helse.*  
<http://www.helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitet-og-helse-anbefalinger/Publikasjoner/fysisk-aktivitet-og-helse-anbefalinger.pdf> Hentet 03.05.2014

Statistisk sentralbyrå (SSB) 2014. *Sykefravær, 4. kvartal 2013.* <http://www.ssb.no/arbeid-og-lonn/statistikker/sykefratot/kvartal/2014-03-20#content> Hentet 01.05.2014

## **Intervjuguide**

### **Informasjon**

- Sier litt om temaet (bakgrunn og hensikt).
- Forklaring av taushetsplikt og anonymitet.
- Informerer om lydbåndopptak og sørger for samtykke.
- Spør respondenten om det er noe han/hun lurer på.
- Starter lydbåndopptaket

### **Generelle spørsmål**

- Er dine kollegaer fysisk aktive eller inaktive i sin jobb?

### **Nøkkelspørsmål**

- Har din bedrift vurdert tiltak for fysisk aktivitet i tilknytning til HMS?
- Hvis nei, hvorfor ikke?
- Hvis ja, hvilke tiltak har dere vurdert?
- Hvilke tiltak har dere iverksatt?
- Hvis dere ikke har iverksatt tiltak, hvorfor er ikke dette gjort?
- Har dere iverksatt tiltak for fysisk aktivitet i arbeidstiden eller utenfor arbeidstid?
- Om det er tilfelle, hvorfor har dere ikke iverksatt tiltak for fysisk aktivitet i arbeidstiden?
- Er ansatte involvert i denne prosessen? Er tillitsvalgt eller verneombud med å vurdere tiltak for fysisk aktivitet sammen med arbeidsgiver?
- Merker dere noen positive eller negative endringer på sykefraværet i forbindelse med dette?

### **Oppsummering**

- Oppsummerer funnene.
- Har jeg forstått respondenten riktig?
- Har respondenten noe han/hun vil legge til?
- Takker for hjelpen.