



2020-12-10 15:29 CET

Kontoret på en stubbe i skogen? Läs artikeln i DN - Morgondagens kontor 2020-12-08

– Vi människor föredrar känslan av natur även när vi jobbar, och fungerar som bäst i miljöer som erbjuder natur. Kontor på en stubbe i skogen kanske inte är så dumt, säger Annika Brommesson, arkitekt SAR/MSA, Core Neuroarkitektur.

– Även om sättet att arbeta på har förändrats, har vår hjärna sett likadan ut i 70 000 år. Vi är i grunden känsliga flockdjur, anpassade för vildmarken. Därför mår vi inte bra av den ständigt uppkopplade skärmvärlden. Vi behöver tänka

om, men smarta lösningar riskerar att bli platta om de inte grundar sig på forskning, säger arkitekten.

Hon har i många år jobbat som arkitekt och vidareutbildat sig inom miljöpsykologi och neuroarkitektur. I hennes verksamhet Core Neuroarkitektur "nns arkitekter, inredare och forskare inom medicin och psykologi. De hjälper företag att skapa miljöer som möter människans verkliga behov.

– Hjärnan formas av miljön hela livet. Där vi trivs presterar vi som bäst, säger Annika. Det handlar i grunden om hur hjärnan arbetar. Att sitta trångt på jobbet kan stressa och göra så att vi varken trivs eller presterar. Att känna sig ensam på hemmakontoret kan vara lika illa.

De livsviktiga mellanrummen

Louise von Essen, leg. psykolog och professor i vårdvetenskap vid Uppsala universitet, menar att mellanrummen är extra viktiga för hälsa och återhämtning, även på jobbet. Det är platser där vi tryggt, spontant och kravlöst kan mötas fysiskt.

– Det kan vara en trädgård, lobby eller ett torg, säger von Essen.
John Blomberg med. dr, och en i teamet på Core Neuroarkitektur, håller med.

– Det bör även "nnas ställen på en arbetsplats för gemensamma aktiviteter, ostört arbete och vila. Gärna med tillgång till natur. Forskning visar att vi blir friskare och presterar bättre med en trädgård på jobbet. En skön promenad kan göra oss smartare och få minnescentrum i hjärnan att växa, säger han.

Vad är Neuroarkitektur?

– Neuroarkitektur lär oss hur hjärnan jobbar och hur miljöer bör utformas för att vi människor ska trivas. Företag och verksamheter som inser detta, kommer att ligga i framkant. Ska vi hänga med i utvecklingen av morgondagens livfulla arbetsplats, behöver vi lära oss mer om hur människor verkligen fungerar, avslutar Annika Brommesson

Vill du veta mer läs artikeln i DN - Morgondagens kontor 20-12.07 (följ länken nedan) eller kika in på Core neuroakitekturs hemsida.

Kontaktpersoner



Annika Brommesson

Presskontakt

Arkitekt SAR/MSA, miljöpsykolog

Delägare, CEO, ansvarig arkitekt

projekt@neuroarkitektur.nu

070-7556296