



Psykisk arbejdsmiljø og stress blandt medlemmerne af FOA

November 2006

## Medlemsundersøgelse om psykisk arbejdsmiljø og stress

FOA — Fag og Arbejde har i perioden 1.-6. november 2006 gennemført en medlemsundersøgelse om psykisk arbejdsmiljø og stress via forbundets elektroniske medlemspanel.

3.059 medlemmer har haft mulighed for at deltage i undersøgelsen. Heraf har 1.582 eller knapt 52 % medvirket. Svarprocenten ligger på niveau med andre lignende medlemsundersøgelser.

88 % af svarpersonerne er kvinder, hvilket svarer til andelen i medlemsskaren. Der er ingen nævneværdig forskel på de svar, som de kvindelige og mandlige medlemmer har givet.

Blandt de afgivne svar er der en overrepræsentation af svar fra medlemmer, der er sikkerheds- eller tillidsrepræsentanter. I dette notat gøres der primært rede for svarene fra de medlemmer, der ikke har et af de nævnte tillidshverv. Det drejer sig om svar fra knapt 1.100 medlemmer.

I forhold til udvalgte spørgsmål sammenlignes disse medlemmers svar med svarene fra de tillidsvalgte medlemmer.

En del af spørgsmålene i undersøgelsen er inspireret af og identiske med spørgsmål fra Arbejdsmiljøinstituttets (AMI's) spørgeskemaundersøgelse "Helbred og trivsel på arbejdspladsen" fra 2004 -05<sup>1</sup>. Det drejer sig blandt andet om sammenhængen mellem arbejde og privatliv, helbred og velbefindende, det psykiske arbejdsmiljø på arbejdspladsen og jobbet som helhed.

I det følgende sammenlignes svarene i FOAs undersøgelse med svarene fra AMI's undersøgelse, hvor det er muligt.

---

<sup>1</sup> Andelen af mænd i AMI's undersøgelse er langt højere end i FOAs undersøgelse. Blandt FOA-medlemmerne er der imidlertid ikke den store forskel på svarene fra de kvindelige medlemmer og svarene fra de mandlige medlemmer.

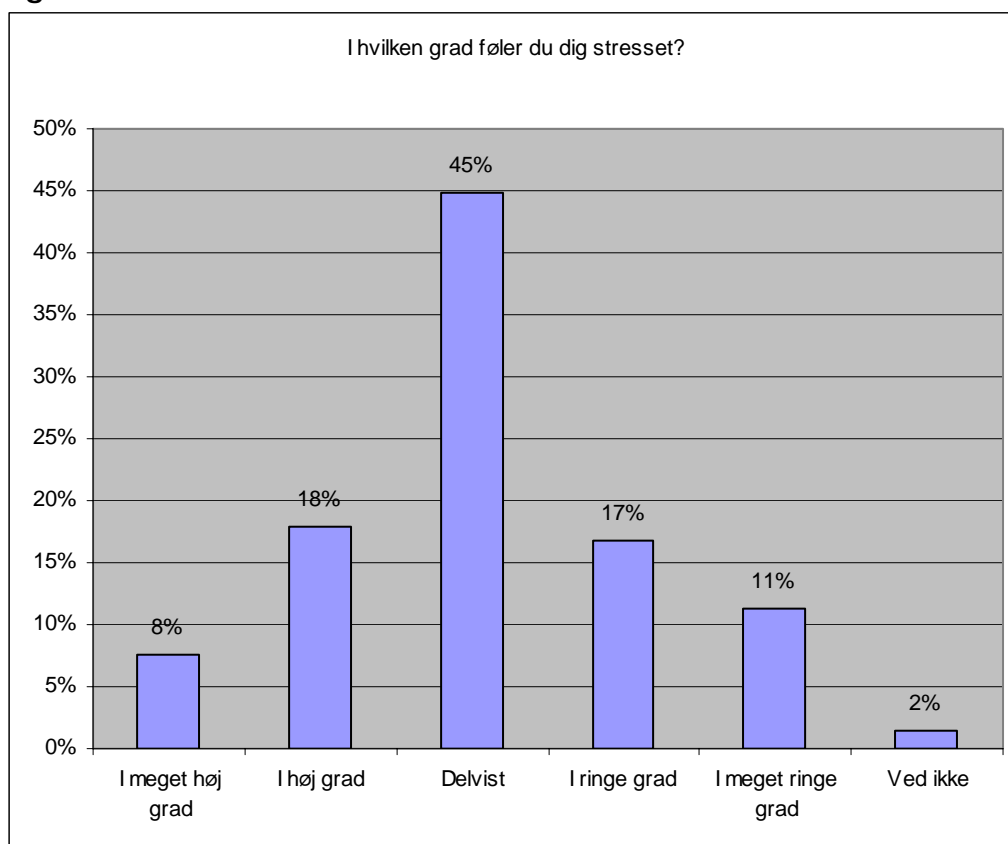
## Hvor stressede er medlemmerne af FOA?

Medlemmerne er blevet stillet to direkte spørgsmål om stress. Det ene er, i hvilken grad de føler sig stressede. Det andet er, hvor tit de har følt sig stressede i de sidste fire uger.<sup>2</sup>

Svarene på de to nævnte spørgsmål fremgår af figurerne 1 og 2 nedenfor.

Figur 1 viser, at godt 1 ud af 4 medlemmer føler sig stresset i høj eller meget høj grad. Herudover er der knapt halvdelen – 45 % - der føler sig delvist stressede. 28 % eller ¼ er kun stressede i ringe eller meget ringe grad. 2 % eller 1/50 er kun stressede i ringe eller meget ringe grad.

**Figur 1**



<sup>2</sup> Hvad det første spørgsmål angår, har medlemmerne ikke haft mulighed for at svare, at de slet ikke føler sig stressede. Det har flere medlemmer (med rette) reageret på, fordi de ikke føler sig stressede overhovedet. Der er således 1 ud af 8 medlemmer, der på intet tidspunkt inden for de sidste fire uger har følt sig stressede. Og knapt 1 ud 3 medlemmer har i det andet spørgsmål om graden af stress svaret, at de i ringe grad eller meget ringe grad føler sig stressede.

Svarene i figur 1 kan sammenholdes med svarene i figur 2 nedenfor, som viser, hvor tit medlemmerne har været stressede inden for de seneste fire uger.

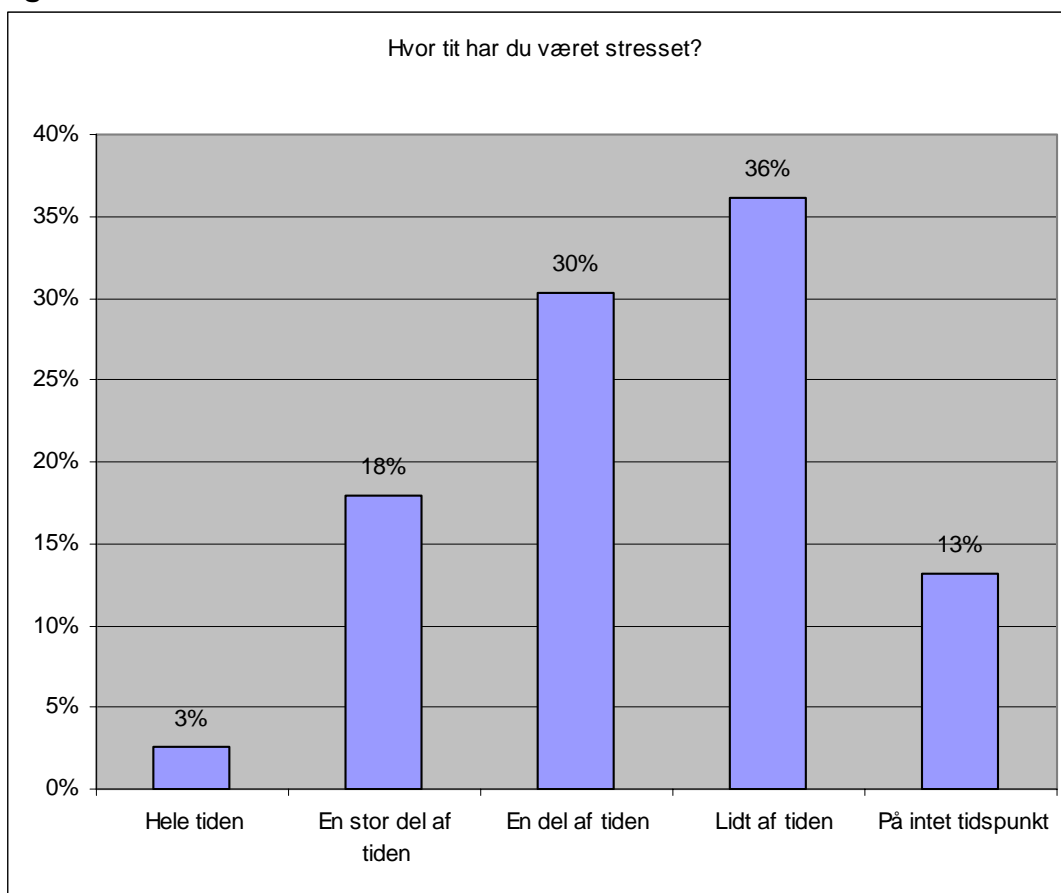
1 ud 5 medlemmer har været stressede hele tiden eller en stor del af tiden. Den tilsvarende andel i AMI's undersøgelse fra 2004-05 var 1 ud af 8 lønmodtagere.

Lidt under 1/3 eller 30 % af medlemmerne har været stressede en del af tiden. I AMI's undersøgelse gjaldt dette for 18 % eller knapt 1/5. Ca. 1/3 af FOA-medlemmerne har været stressede lidt af tiden. Dette svar gav næsten halvdelen af lønmodtagerne i AMI-undersøgelsen.

Endelig er der 13 % eller 1 ud 8 af FOAs medlemmer, der giver udtryk for, at de på intet tidspunkt har været stressede i de pågældende fire uger. Blandt de lønmodtagere, der deltog i AMI's undersøgelse, var der dobbelt så mange – 1 ud 4 – der ikke havde været stressede i perioden.

FOAs medlemmer fremstår således som mere stressede end de medvirkende i AMI's undersøgelse.

**Figur 2**



### Arbejdet udpeges som hovedårsagen til medlemmernes stress

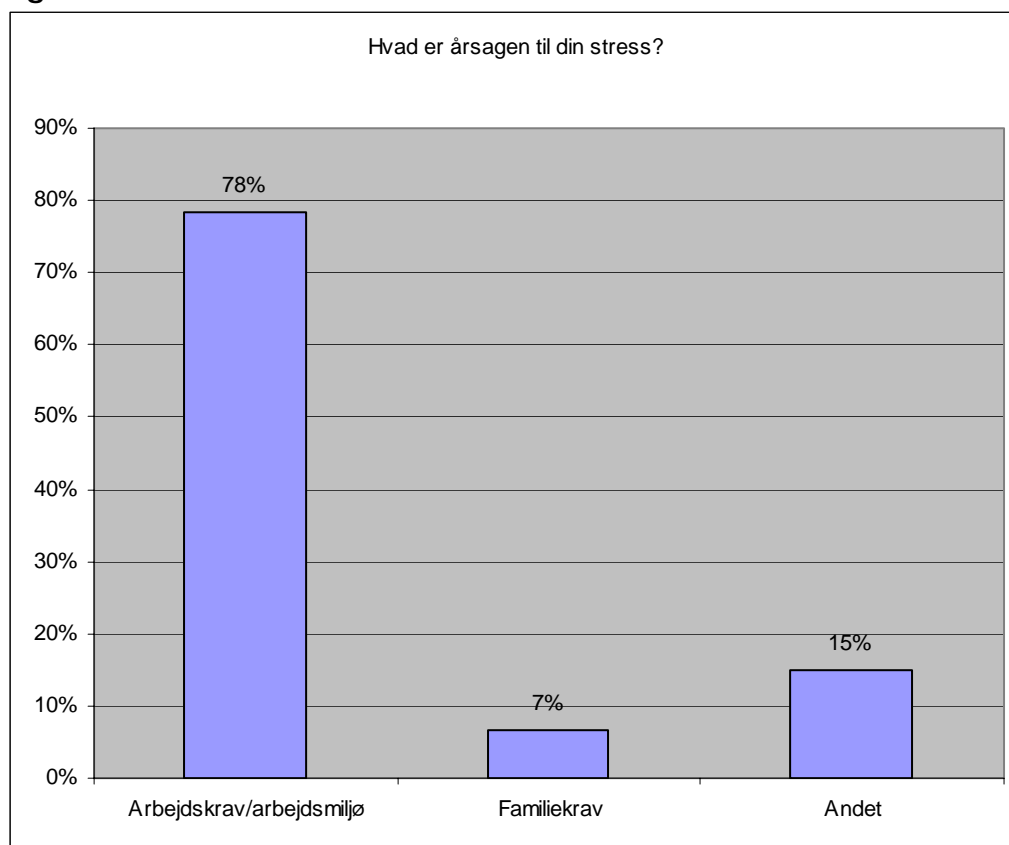
Medlemmerne er blevet bedt om at angive én årsag til deres stress blandt tre mulige: Arbejdskrav/arbejds miljø, familiekraft og "andet".

Figur 3 nedenfor viser medlemmernes svar. Det fremgår, at næsten 8 ud af 10 medlemmer peger på arbejdskrav/arbejds miljø som årsag. Kun 6 % eller 1 ud af 16 udpeger familiekraft som (hoved)årsag, og 16 % eller 1 ud af 6 har valgt "andet".

De medlemmer, der har markeret "andet " som årsag, har kunnet uddybe deres svar, og en del af disse medlemmer har gjort opmærksom på, at de **ikke** er stressede. En række af de øvrige medlemmer, der har markeret "andet", har skrevet, at det er en blanding af arbejds- og familiekraft, der er årsag til deres stress.

Gennemsnitsalderen blandt medlemmerne af FOA og medlemmerne i medlemspanelet er relativt høj. Det er sandsynligt, at familiekraft generelt vejer mindre tungt med alderen – og større eller voksne børn. Blandt de deltagere i undersøgelsen, der er i 30'erne, er der relativt flere, som peger på familiekraft som årsag til deres stress. Men arbejdskrav er også altdominerende i denne aldersgruppe.

**Figur 3**

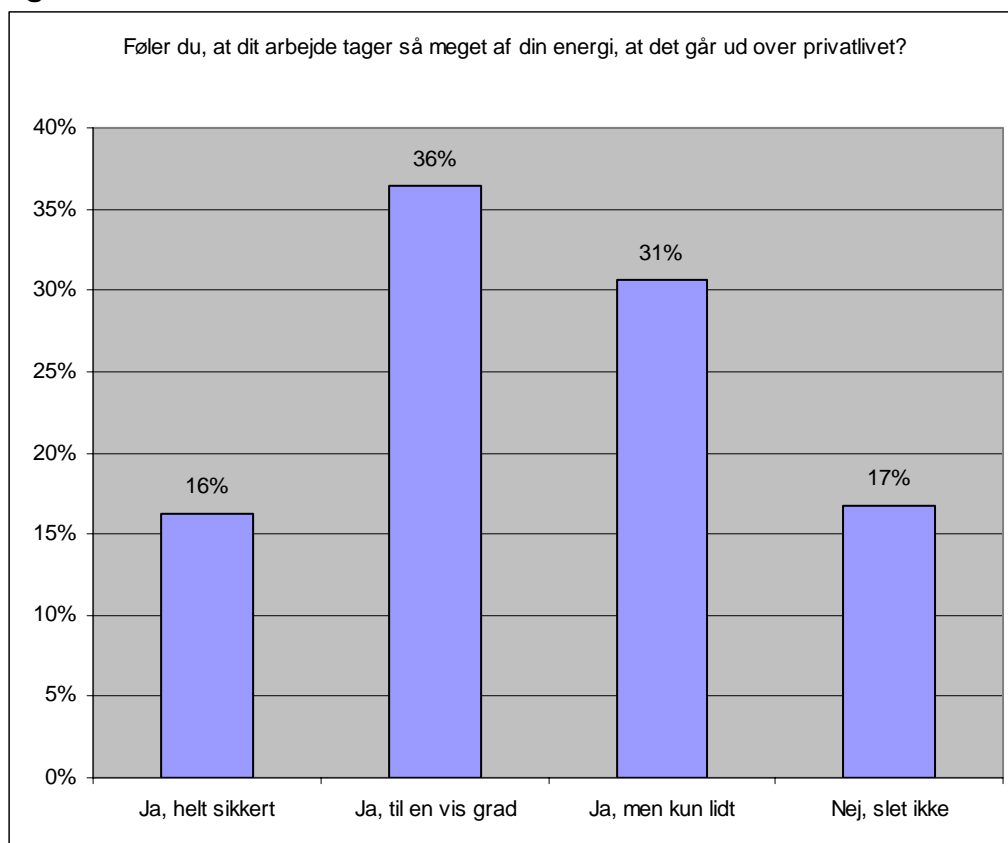


Figur 4 nedenfor viser, at 1 ud 7 medlemmer føler, at deres arbejde helt sikkert tager så meget af deres energi, at det går ud over privatlivet. Her ud over er der 1/3, for hvem dette gælder til en vis grad.

I forhold til AMI's undersøgelse fra 2004-05 føler medlemmerne af FOA i højere grad, at deres arbejde går ud over privatlivet. I AMI's undersøgelse var der i alt 34 % eller lidt over 1 ud 3, der svarede, at arbejdet helt sikkert eller til en vis grad tog så meget energi, at det gik ud over deres privatliv. Blandt medlemmerne af FOA er det 52 % eller over halvdelen, der har afgivet disse svar.

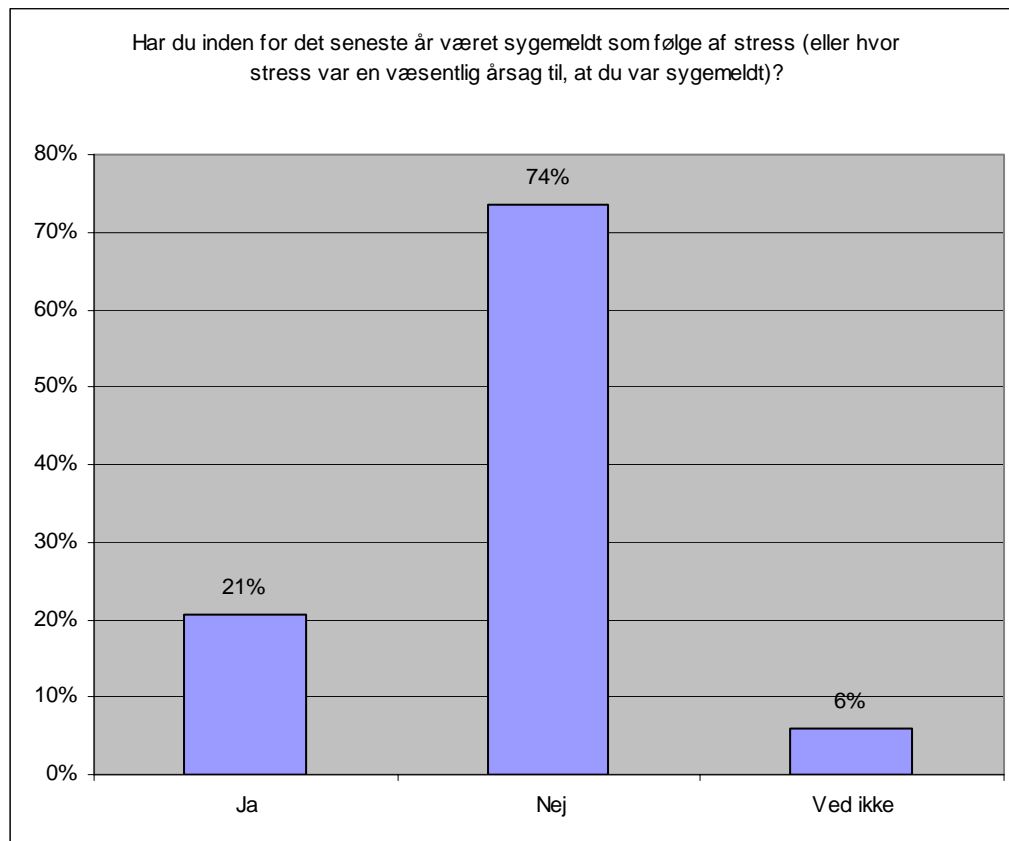
Tæt på 1 ud af 5 medlemmer føler på ingen måde, at deres arbejde går ud over privatlivet. Denne andel er lavere end i AMI's undersøgelse, hvor der var over ¼ af lønmodtagerne, der svarede, at deres arbejde slet ikke tog så meget energi, at det gik ud over deres privatliv.

**Figur 4**



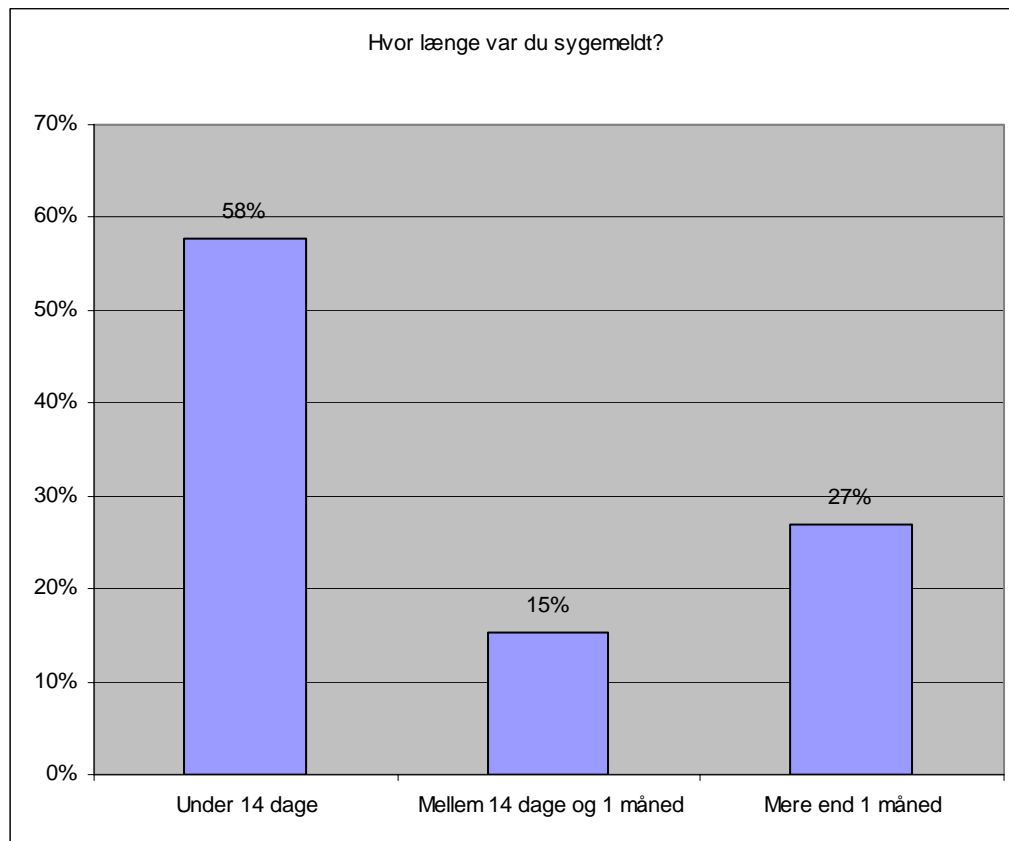
Figur 5 viser, at 1 ud 5 medlemmer har været sygemeldt som følge af stress inden for det seneste år.

**Figur 5**



Det fremgår af figur 6, at over halvdelen af de medlemmer, der har været sygemeldt som følge af stress, havde en relativt kort sygeperiode på under 14 dage. 1 ud af 4 medlemmer var sygemeldt i mere end 1 måned.

**Figur 6**





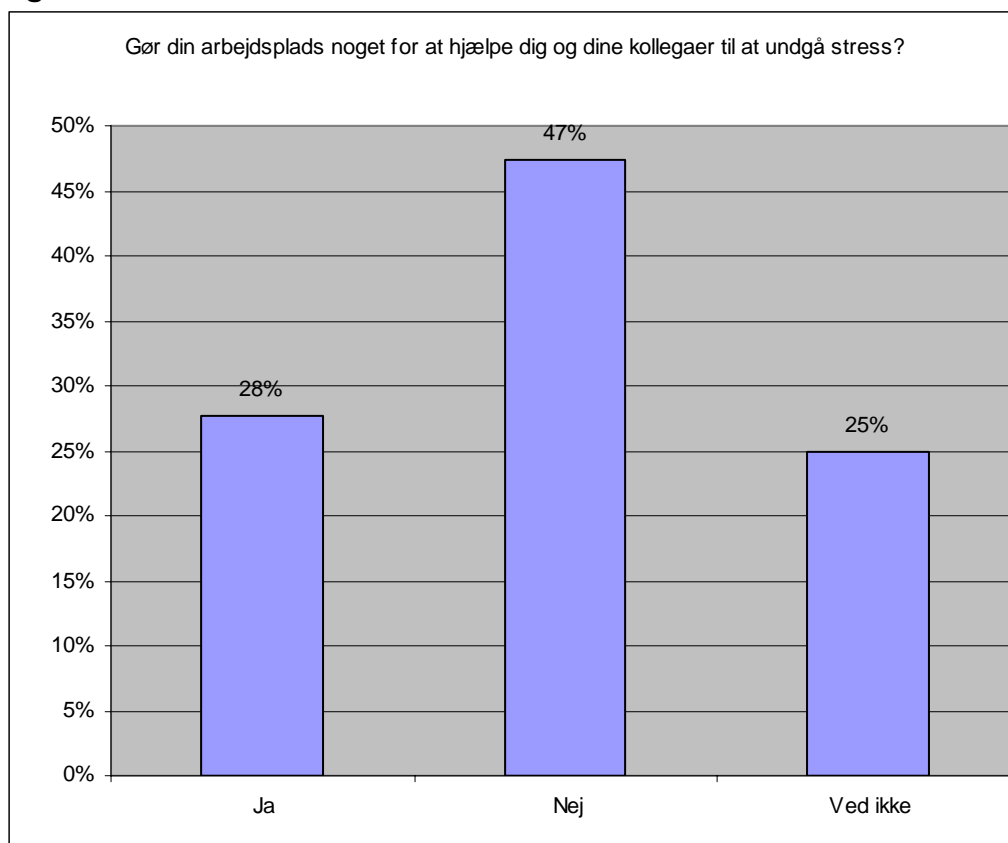
## Forebyggelse af stress og stresshåndtering på arbejdspladserne

Figur 7 nedenfor viser, at lidt mere end 1 ud 4 har svaret ja til, at deres arbejdsplads gør noget for at hjælpe dem og deres kolleger til at undgå stress. Lidt under halvdelen mener ikke, at deres arbejdsplads gør noget, og 1 ud 4 ved ikke, om det sker.

De tillids- og sikkerhedsrepræsentanter, der har medvirket i undersøgelsen, er mindre usikre på, hvad arbejdspladsen gør end medlemmerne uden disse tillidshverv. Kun 1 ud af 8 tillids- og sikkerhedsrepræsentanter har således svaret "ved ikke" til spørgsmålet.

Hertil kommer, at 53 % eller lidt over halvdelen af sikkerhedsrepræsentanterne vurderer, at deres arbejdsplads gør noget for at undgå stress. Den tilsvarende andel blandt de "menige" medlemmer er som nævnt ovenfor  $\frac{1}{4}$  eller 28 %.

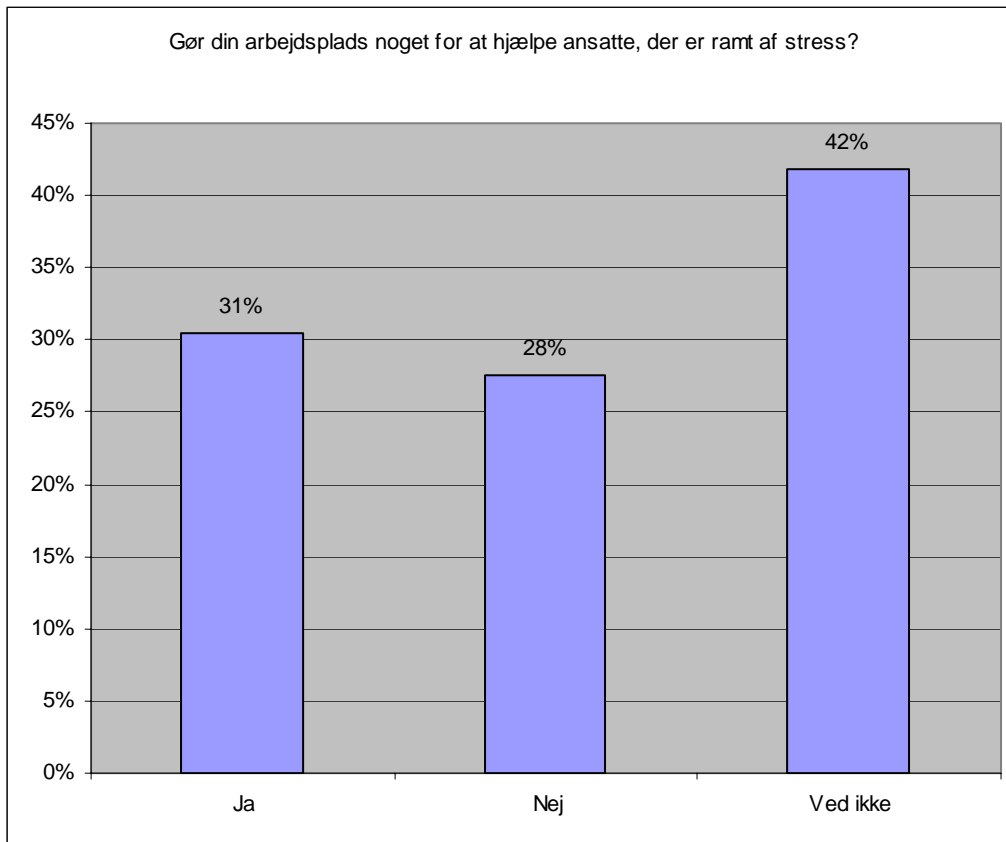
**Figur 7**



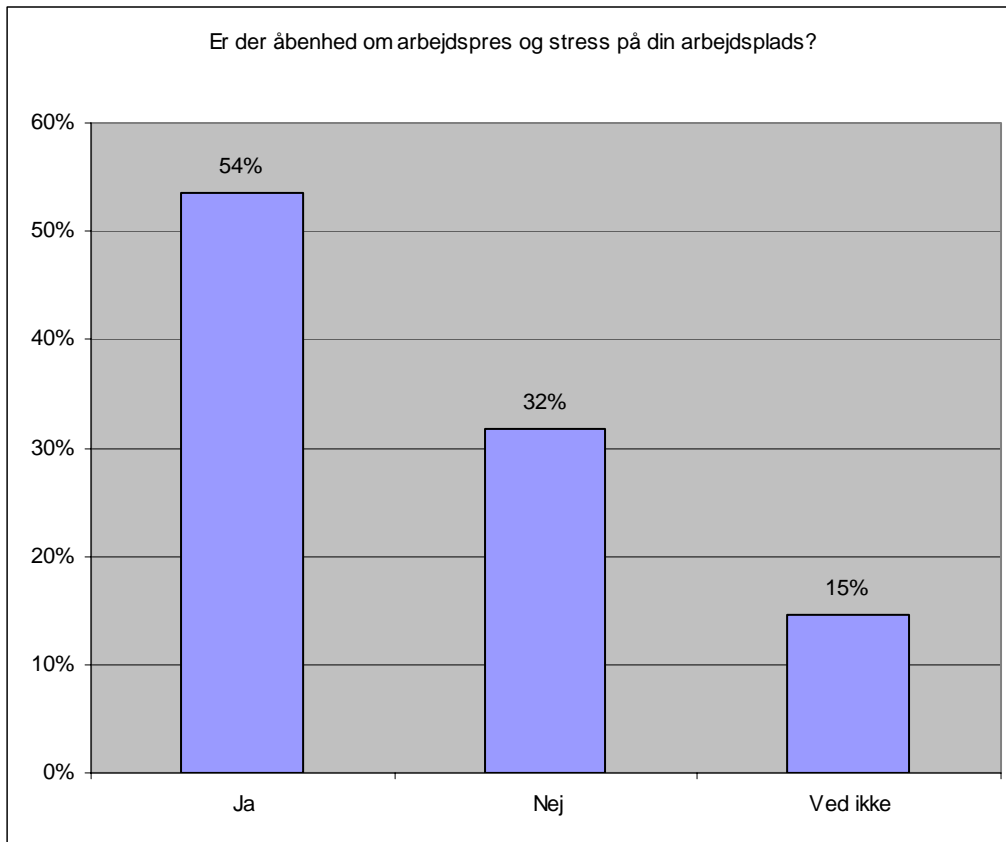
Medlemmerne er også blevet spurgt, om deres arbejdsplads gør noget for at hjælpe ansatte, der er ramt af stress. Figur 8 nedenfor viser, at 4 ud af 10 medlemmer er usikre på, om dette sker. Knap 1/3 mener, at arbejdspladsen hjælper stressramte, mens mere end ¼ vurderer, at arbejdspladsen ikke gør noget for at hjælpe.

Også mht. dette spørgsmål er sikkerheds- og tillidsrepræsentanterne mindre usikre end de øvrige medlemmer. Der er således 1 ud af 5 eller 22 % i denne gruppe, der har svaret "ved ikke" til spørgsmålet. Og der er 55 % eller mere end halvdelen af sikkerhedsrepræsentanterne, som har svaret "ja" til, at deres arbejdsplads hjælper stressramte.

**Figur 8**



Lidt over halvdelen af de menige medlemmer vurderer, at der er åbenhed om arbejdspress og stress på deres arbejdsplads. Blandt sikkerhedsrepræsentanterne er andelen 7 ud af 10. 1 ud 3 mener ikke, at det er en sådan åbenhed. 15 % har ikke vidst, hvad de skulle svare på spørgsmålet. Svarene fremgår af figur 9 nedenfor.

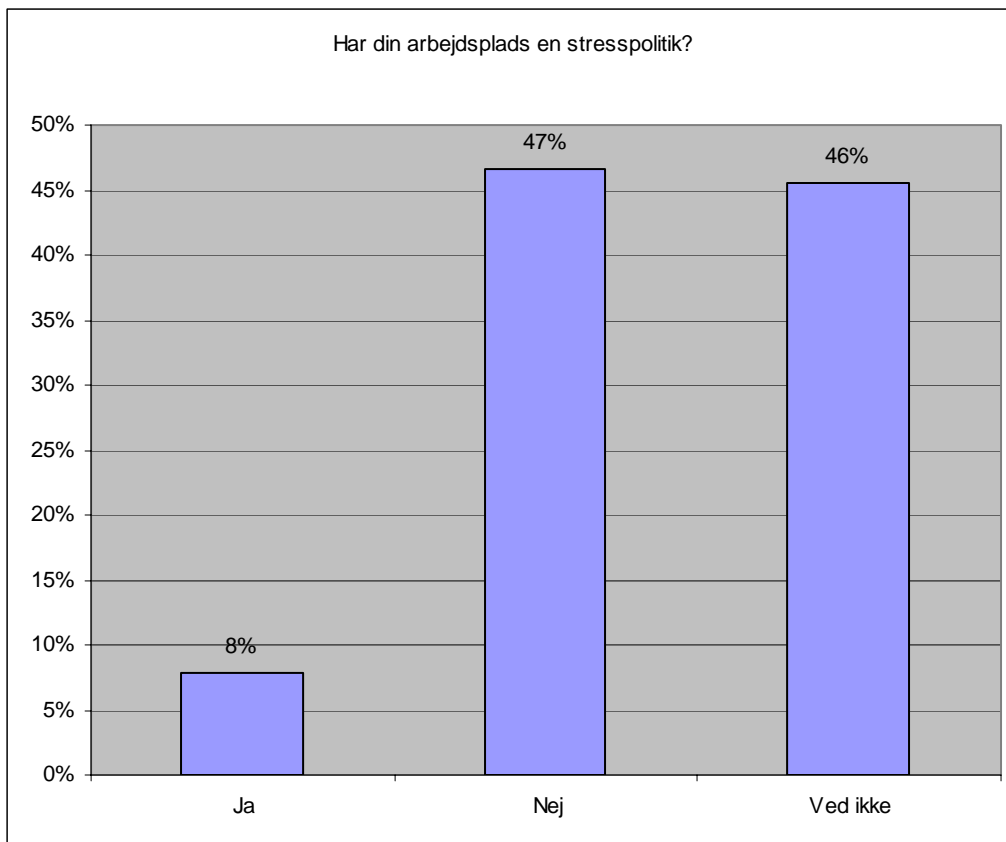
**Figur 9**

Kun 1 ud af 12 medlemmer svarer, at de er på en arbejdsplads med en stresspolitik. Lidt flere – 15 % - af sikkerhedsrepræsentanterne har svaret "ja" til, at de er på en arbejdsplads med en stresspolitik. Svarene fra de "menige" medlemmer fremgår af figur 10 nedenfor.

Knapt halvdelen af de medvirkende medlemmer er sikre på, at deres arbejdsplads ikke har en stresspolitik. Blandt sikkerhedsrepræsentanterne er det mere end 2 ud 3, der har svaret, at deres arbejdsplads **ikke** har en stresspolitik.

Der er igen stor forskel på, hvor meget sikkerheds- og tillidsrepræsentanterne ved i forhold til de øvrige medlemmer. Det er kun 10-15 % af de tillidsvalgte, som ikke ved, om deres arbejdsplads har en stresspolitik. Den tilsvarende andel blandt de øvrige medlemmer er 46 %.

**Figur 10**

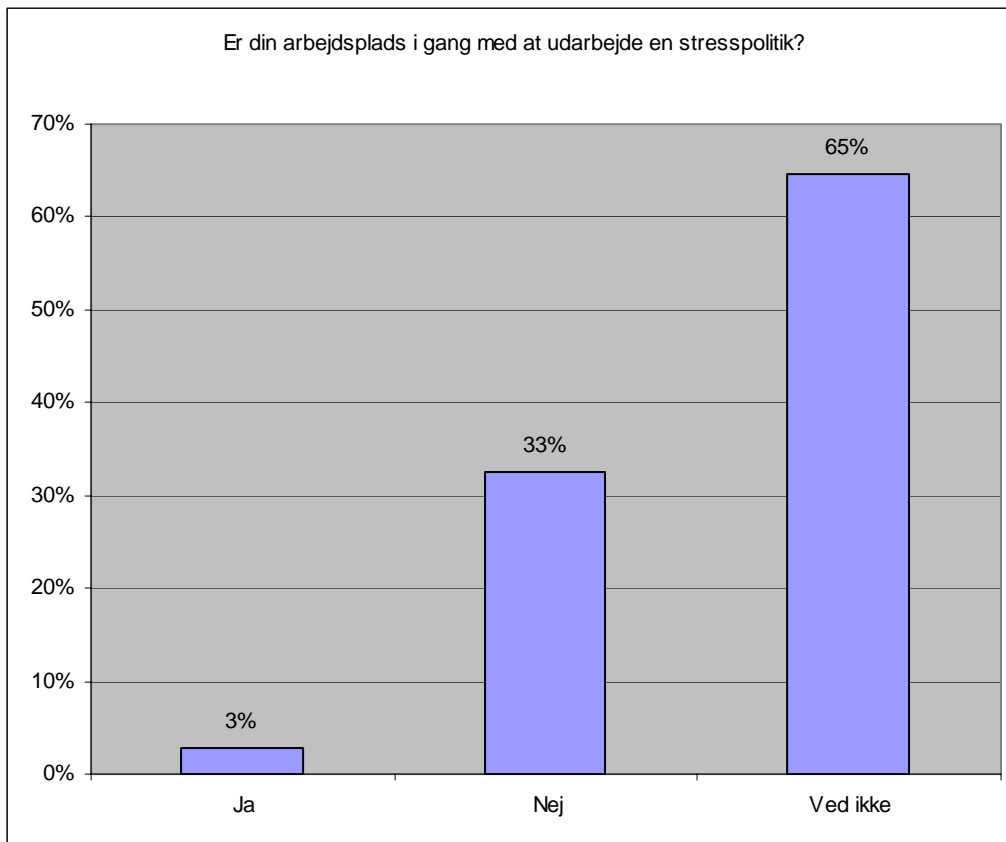


De medlemmer, der ikke har oplyst, at deres arbejdsplads har en stresspolitik, er blevet spurgt, om man er i gang med at udarbejde en sådan politik på arbejdspladsen. Svarene ses i figur 11 nedenfor.

Figur 11 viser, at det kun er 3 % af disse medlemmer, der mener, at arbejdspladsen er i gang med at udarbejde en stresspolitik. 3 ud 10 mener ikke, at der er ved at blive udarbejdet en stresspolitik, og resten – 2 ud af 3 - ved ikke, om noget sådant er i gang.

Også her er der forskel på svarene fra sikkerheds- og tillidsrepræsentanterne og de øvrige medlemmer. De tillidsvalgte fremstår igen bedre informerede end de øvrige medlemmer, men der hersker dog en vis usikkerhed: ¼ af de sikkerhedsrepræsentanter, som er på en arbejdsplads uden en stresspolitik, ved således ikke, om arbejdspladsen er i gang med at udarbejde en sådan politik.

**Figur 11**

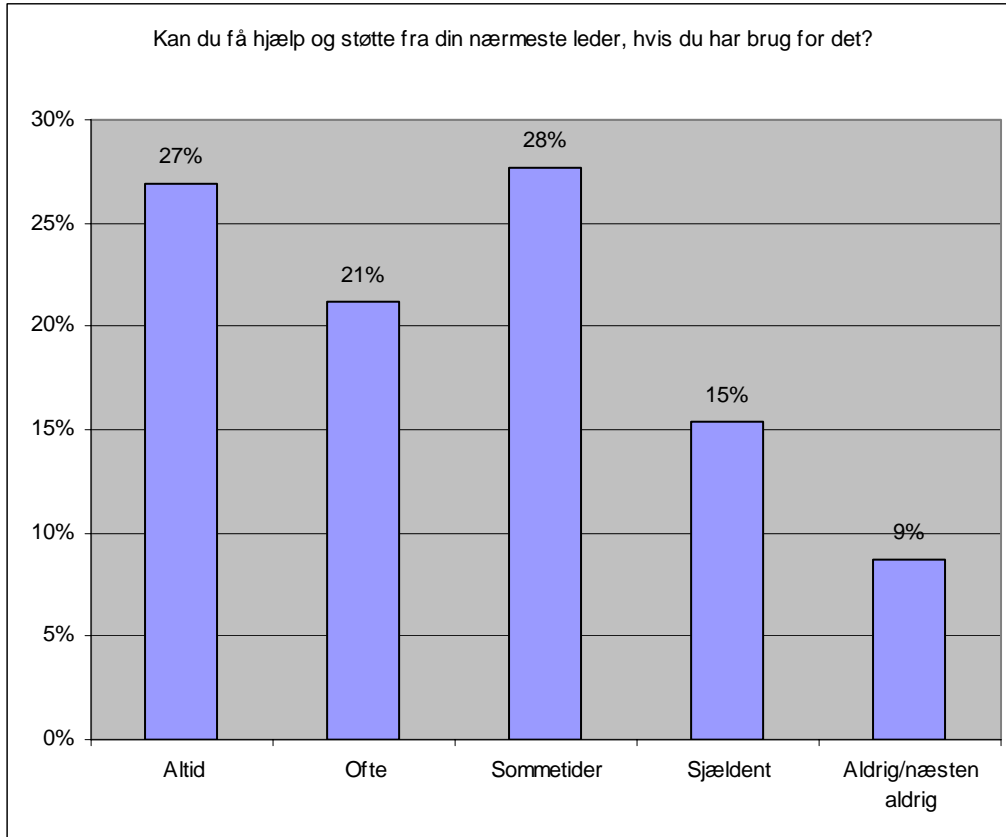


## Hjælp og støtte fra leder og kolleger

Medlemmerne er blevet spurgt, om de kan få hjælp og støtte fra deres nærmeste leder, hvis de har brug for det. Svarene fremgår af figur 12.

Det er under halvdelen af medlemmerne, der giver udtryk for, at de altid eller ofte kan få hjælp og støtte fra deres nærmeste leder, hvis de har brug for det. ¼ svarer, at de kun sjældent eller aldrig/næsten aldrig kan få en sådan hjælp og støtte.

**Figur 12**

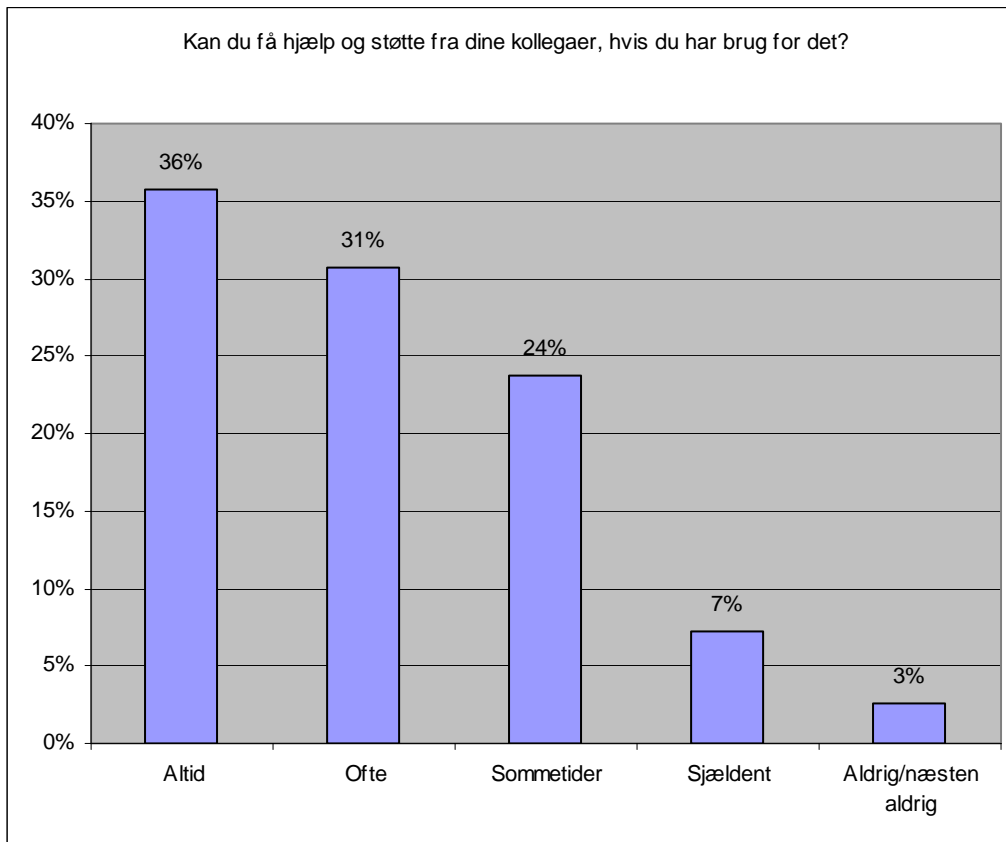


Figur 13 viser, hvor tit medlemmerne kan hente den hjælp og støtte, de har brug for, hos deres kolleger.

En sammenligning af figur 13 og figur 12 viser, at medlemmerne oftere kan få hjælp og støtte hos kollegerne end hos deres nærmeste leder. Der er således 67 % eller 2/3, der altid eller ofte kan få hjælp og støtte fra kollegerne, men kun 48 % eller knapt halvdelen, der altid eller ofte kan få hjælp fra deres leder, når de har brug for det.

Et tilsvarende billede af mere udbredt kollega- end lederstøtte er tegnet i AMI's undersøgelse, hvor spørgsmålene dog har været lidt anderledes formuleret.

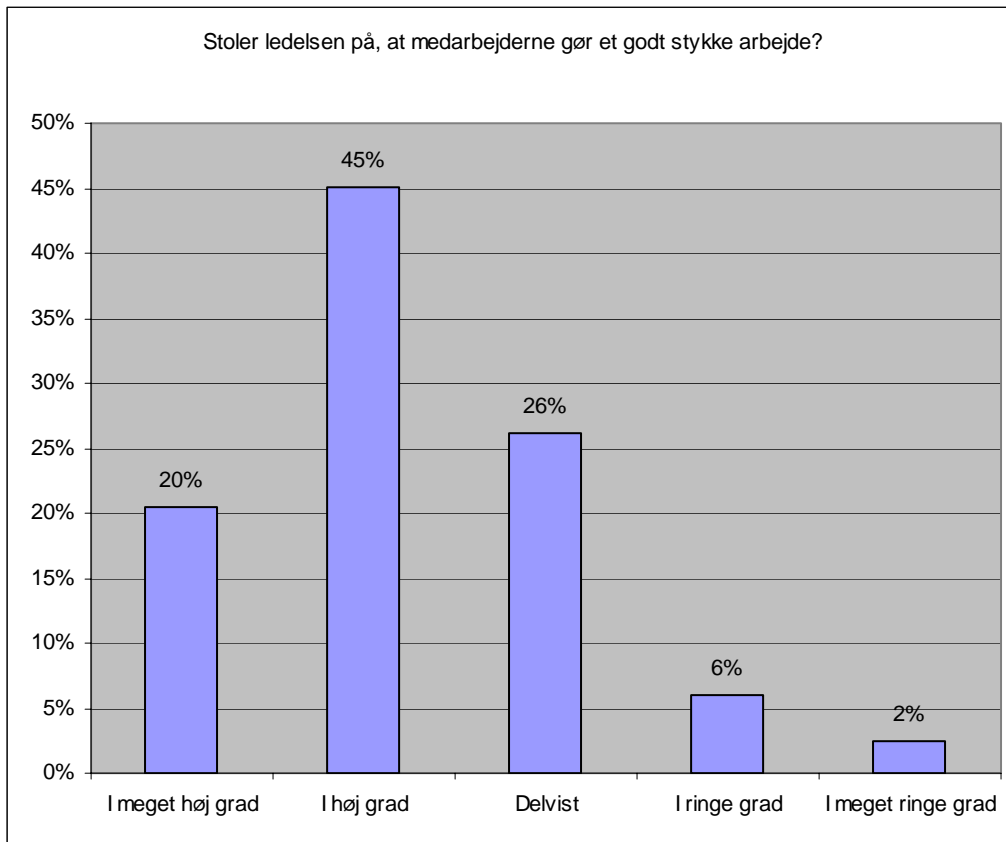
**Figur 13**



Figur 14 nedenfor viser, at 2 ud af 3 medlemmer (65 %) mener, at ledelsen på deres arbejdsplads stoler på, at medarbejderne gør et godt stykke arbejde. Næsten 74 % havde den oplevelse i AMI-undersøgelsen fra 2004.

I AMI-undersøgelsen mente 5 %, at ledelsen kun i ringe eller meget ringe grad stolede på, at medarbejderne gjorde det godt. Som det fremgår af figur 14, er der 8 % af FOA-medlemmerne, der deler den opfattelse af ledelsen.

**Figur 14**



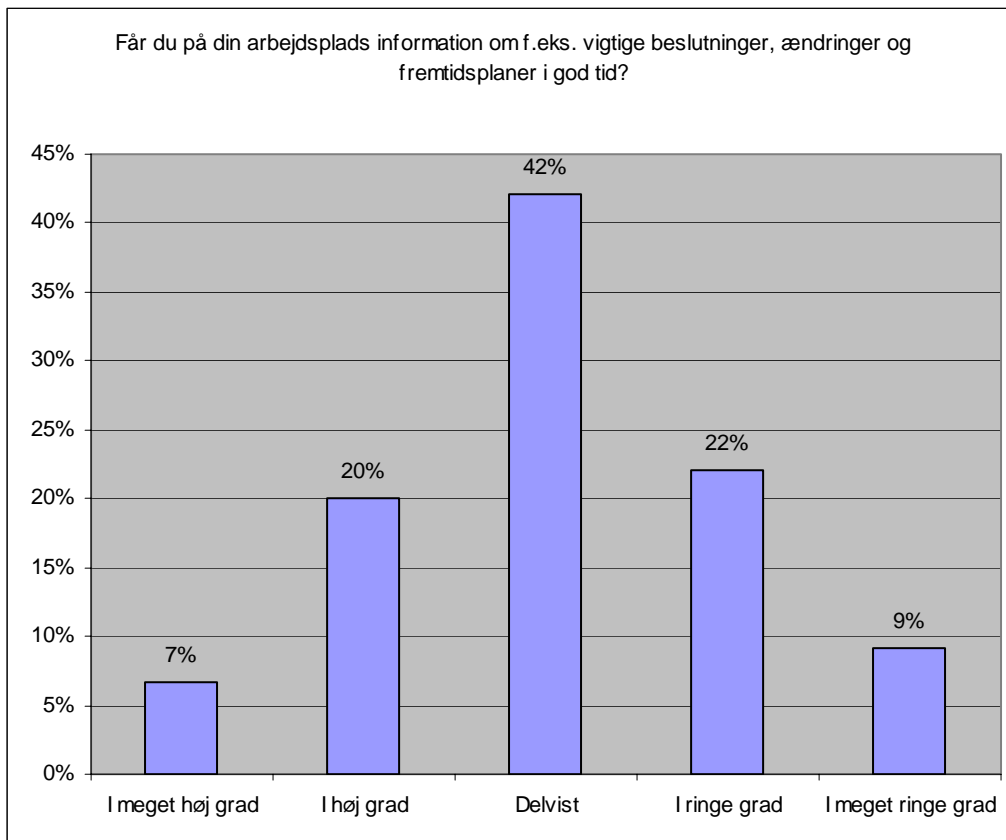


## Information om vigtige beslutninger

Figur 15 nedenfor viser, at kun 27 % eller  $\frac{1}{4}$  af medlemmerne i meget høj eller høj grad får information om vigtige beslutninger mv. i god tid. I AMI-undersøgelsen var den tilsvarende andel 36 %.

31 % eller næsten  $\frac{1}{3}$  af medlemmerne mener, at de i meget ringe eller ringe grad får en sådan information i god tid. I AMI-undersøgelsen var der 23 %, der afgav disse svar.

**Figur 15**



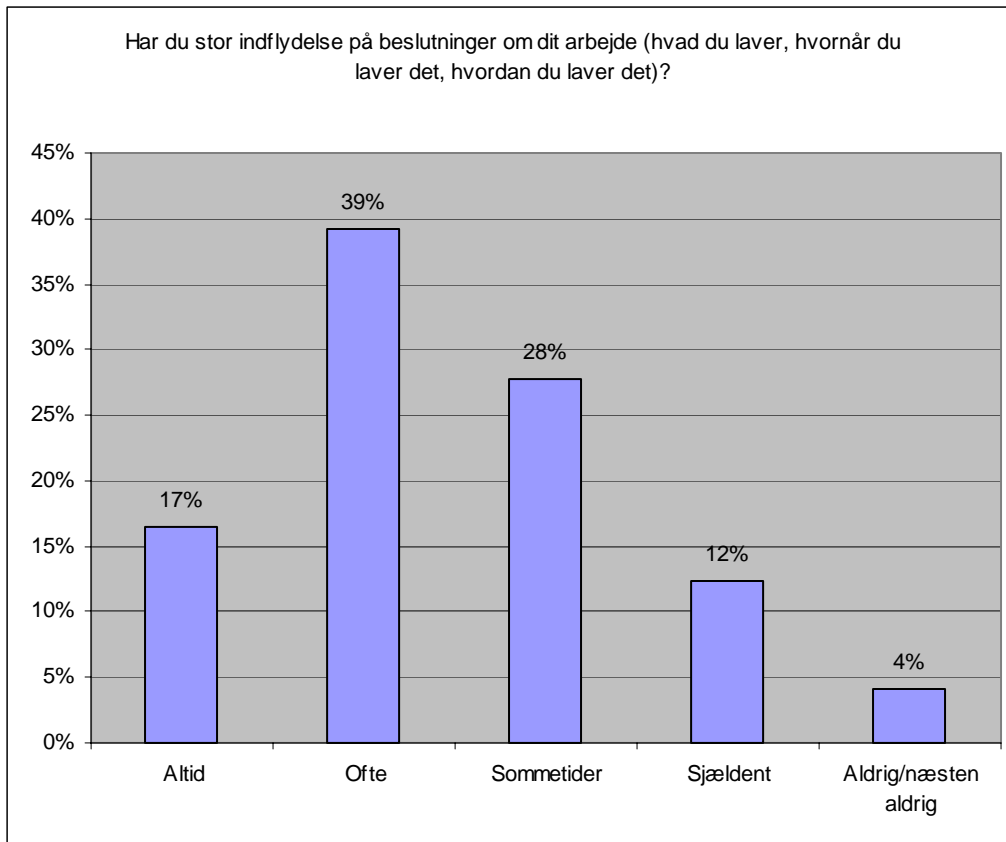
## Medlemmernes indflydelse på deres arbejde og arbejdstid

Figur 16 nedenfor viser, hvor (ofte) medlemmerne oplever, at de har stor indflydelse på beslutninger om deres arbejde. Lidt under 1 ud af 5 har altid stor indflydelse, og 4 ud af 10 har det ofte.  $\frac{1}{4}$  oplever sommetider at have stor indflydelse, mens 16 % eller 1 ud af 6 kun sjældent oplever dette. En lille andel på 3 % har aldrig eller næsten aldrig stor indflydelse på beslutninger om deres arbejde.

Medlemmernes svar svarer stort set til svarene fra lønmodtagerne i AMI's undersøgelse.

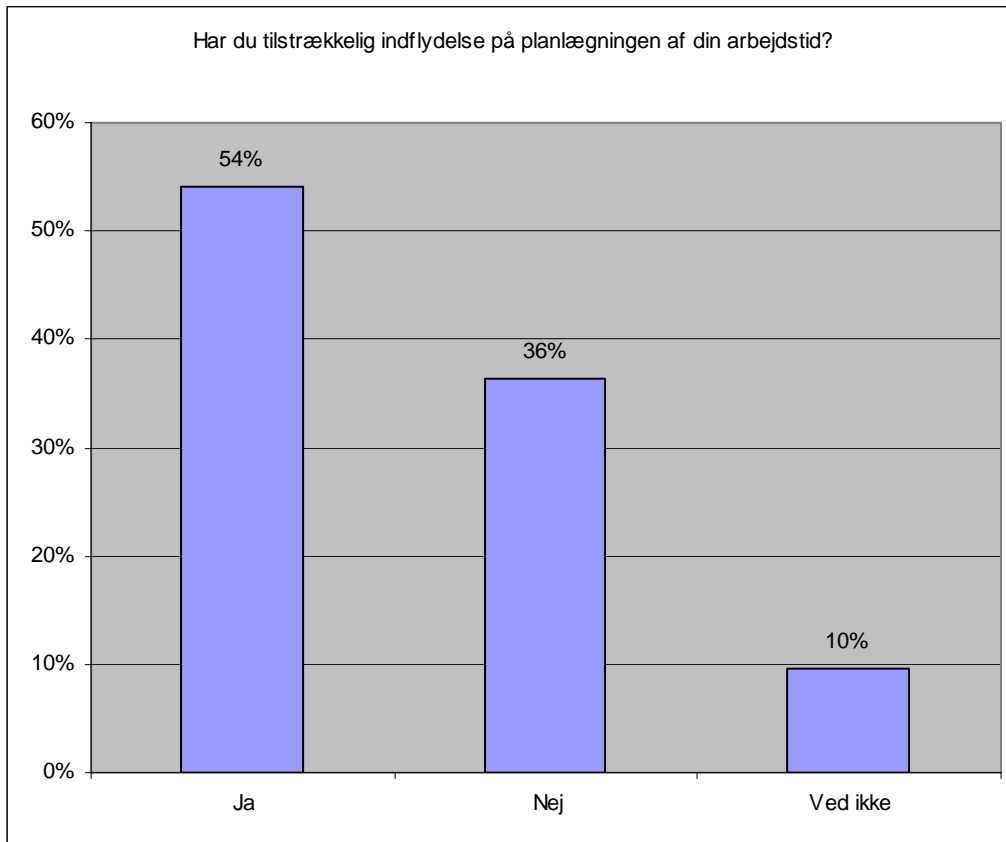
De medlemmer, der er sikkerheds- eller tillidsrepræsentanter, har relativt større indflydelse end de øvrige medlemmer.

**Figur 16**



Figur 17 nedenfor viser, at over halvdelen af medlemmerne mener, at de har tilstrækkelig indflydelse på planlægningen af deres arbejdstid. 1/3 mener det modsatte, og 1 ud 10 har svaret "ved ikke" til spørgsmålet.

**Figur 17**



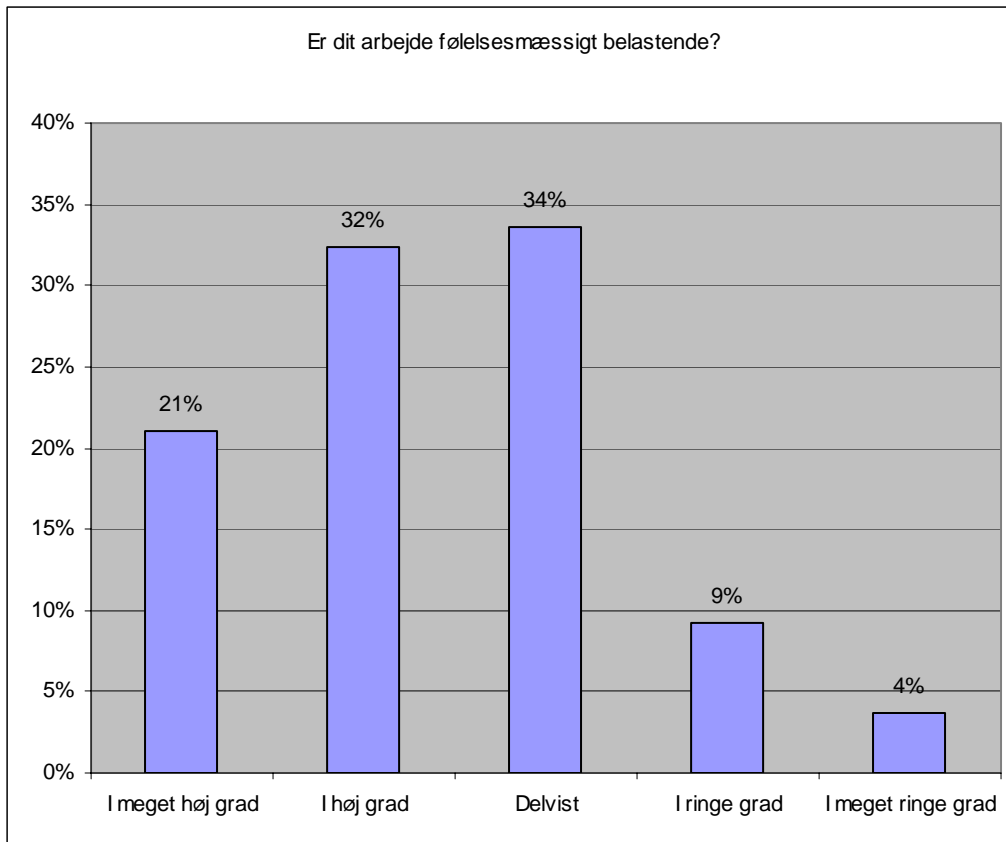
## Hvor belastende er medlemmernes arbejdssituation

En betydelig del af FOAs medlemmer synes, at deres job er følelsesmæssigt belastende. Det fremgår af figur 18 nedenfor.

Mere end 5 ud af 10 medlemmer mener, at deres job i meget høj eller i høj grad er følelsesmæssigt belastende. I AMI's undersøgelse var det kun 2 ud 10, der afgav disse svar.

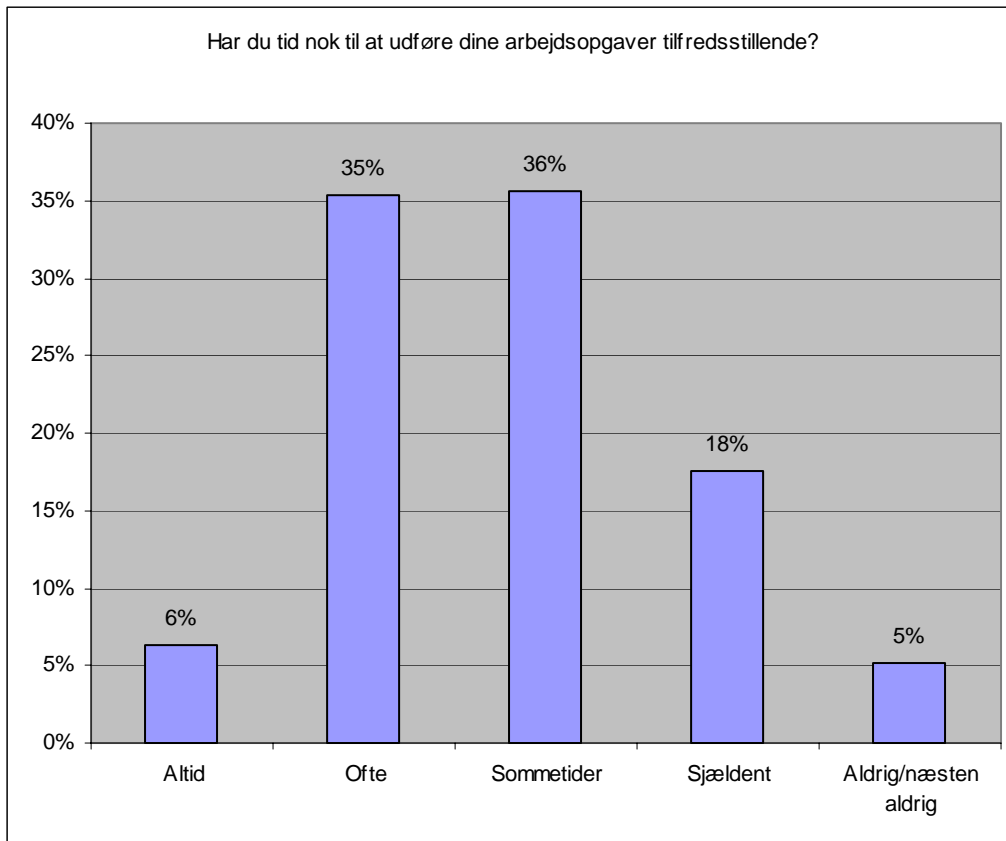
De mandlige medlemmer, der har medvirket i FOAs undersøgelse, finder ikke deres arbejde helt så belastende følelsesmæssigt, som de kvindelige gør. At der er relativt flere kvinder i FOA's undersøgelse end i AMI's, kan dog ikke forklare forskellen på FOA- og AMI-svarene.

**Figur 18**



Det ses i figur 19 nedenfor, at 41 % eller 4 ud 10 af deltagerne i undersøgelsen altid eller ofte har tid nok til at udføre deres arbejdsopgaver tilfredsstillende. 23 % eller næsten  $\frac{1}{4}$  mener, at de sjældent eller aldrig/næsten aldrig har tid nok. Lidt mere end  $\frac{1}{3}$  svarer, at de sommetider har tid nok.

**Figur 19**



## Medlemmernes tilfredshed, motivation og viden om ansvarsområde

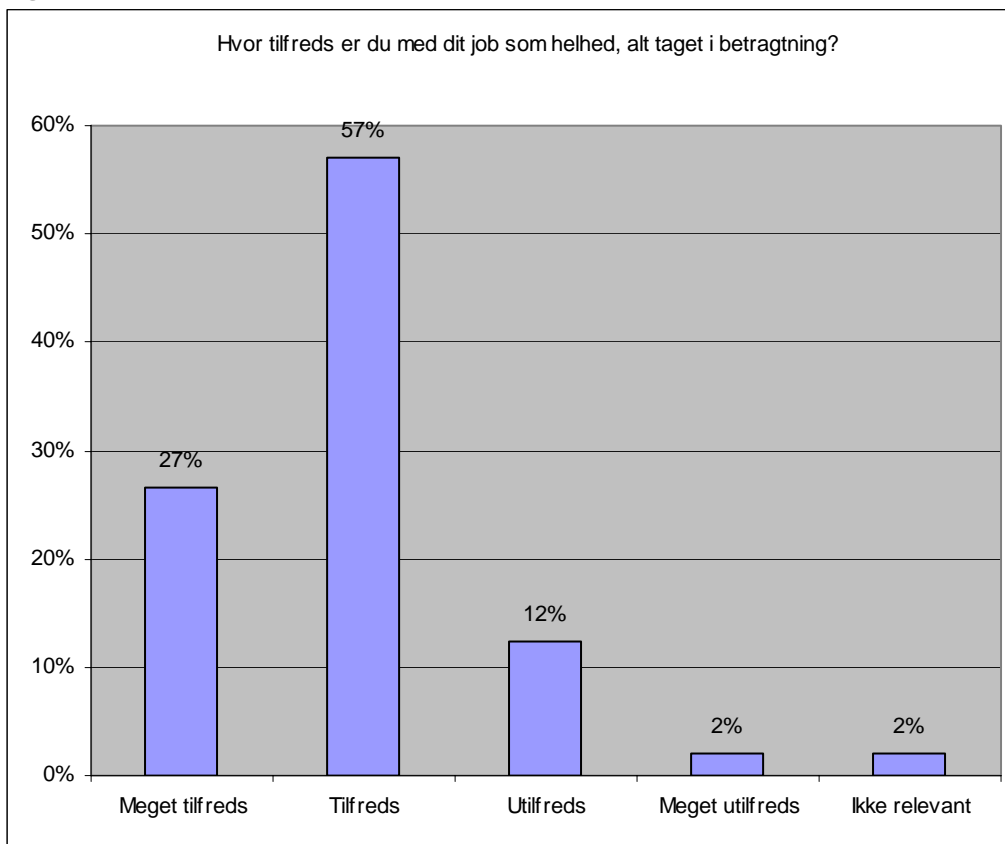
Medlemmerne er blevet spurgt, hvor tilfredse de er med deres job som helhed, alt taget i betragtning. Svarene ses i figur 20 nedenfor.

FOAs medlemmer er stort set lige så tilfredse eller utilfredse med deres job som andre danske lønmodtagere. I AMI's undersøgelse fra 2004-05 var 23 % af lønmodtagerne meget tilfredse, og 66 % var tilfredse med deres job. 9 % var utilfredse og 2 % meget utilfredse.

Blandt de medvirkende i FOAs undersøgelse svarer 27 % eller lidt over ¼ af medlemmerne, at de er meget tilfredse med deres job. Mere end halvdelen - 57 % - svarer, at de er tilfredse. Endelig er 12 % af de medvirkende medlemmer utilfredse, alt taget i betragtning, og 2 % er meget utilfredse.

De sikkerheds- og tillidsrepræsentanter, der har medvirket i undersøgelsen, er mere tilfredse end de øvrige medlemmer.

**Figur 20**



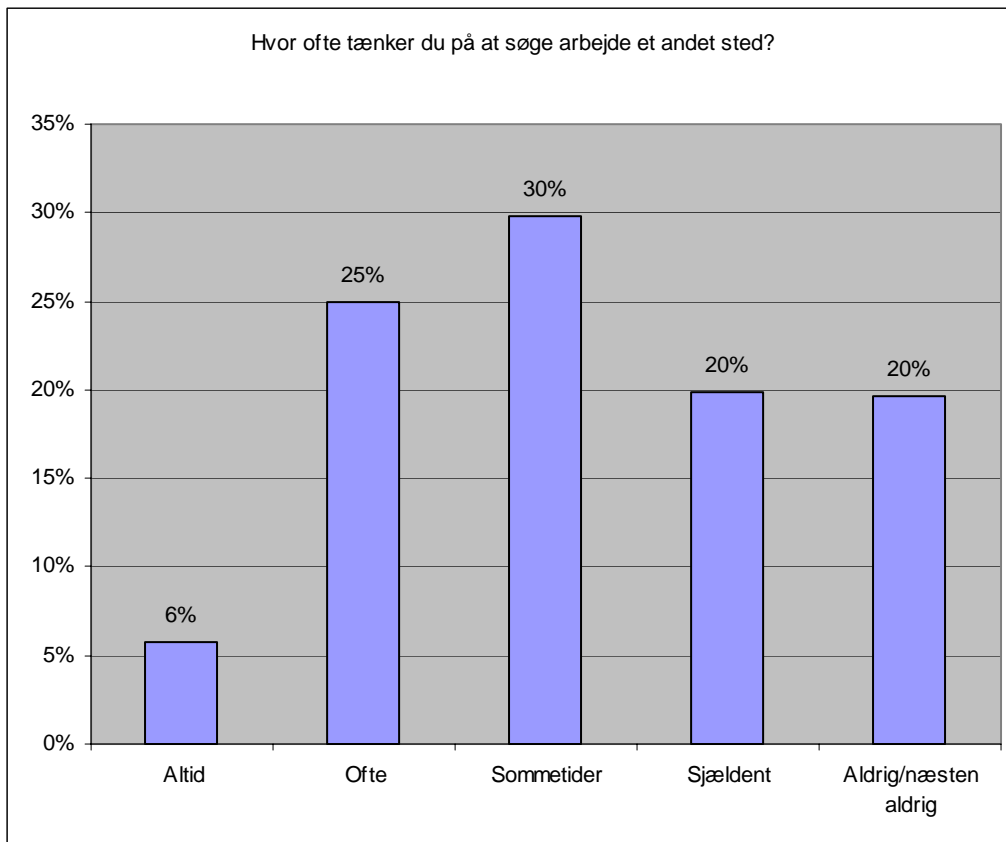
Medlemmerne er også blevet spurgt om, hvor ofte de tænker på at søge arbejde et andet sted. Svarene fremgår af figur 21 nedenfor. 1 ud af 5 tænker aldrig eller næsten aldrig på dette. En tilsvarende andel tænker sjældent på det. 3 ud af 10 tænker sommetider på det, og for ¼ sker det ofte. En meget lille del af medlemmerne – 1 ud af 20 – tænker altid på at søge arbejde et andet sted.

Sammenlignet med AMI's undersøgelse er der relativt flere i FOAs undersøgelse, der overvejer at søge job et andet sted.

I AMI's undersøgelse var der således 16 %, der gav udtryk for, at de altid eller ofte tænkte på at søge andet arbejde – mod 31 % blandt FOAs medlemmer.

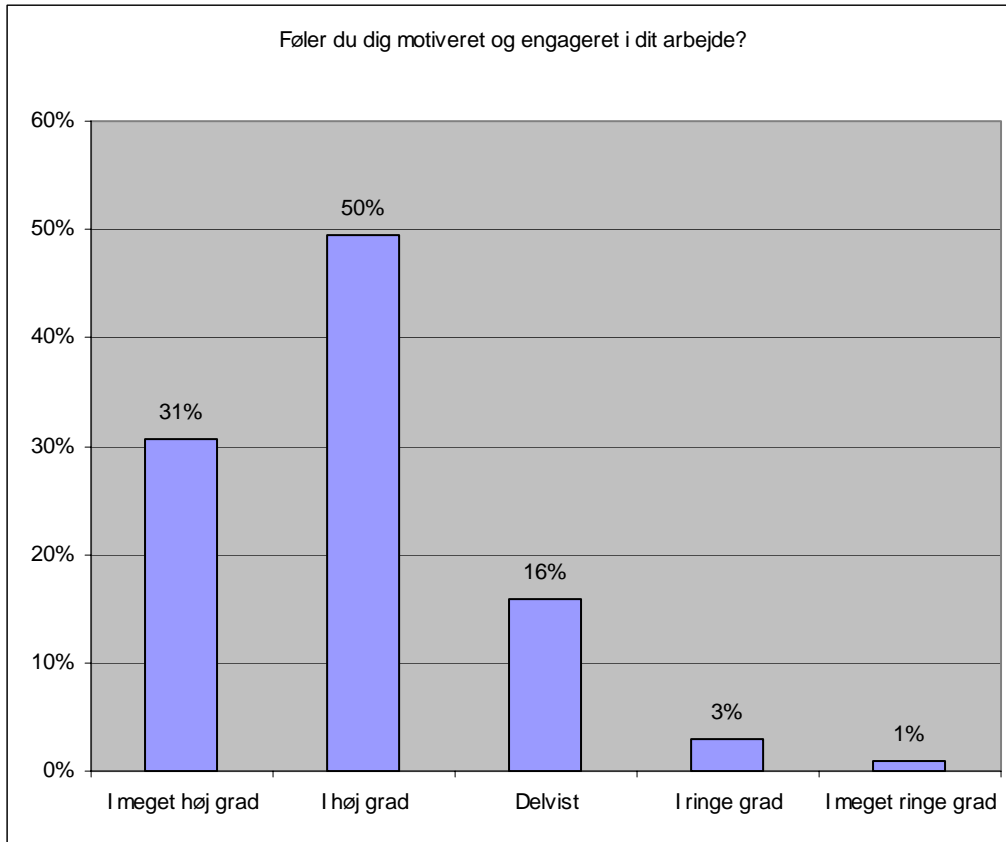
Mens 61 % af lønmodtagerne i AMI's undersøgelse svarede, at de sjældent eller aldrig/næsten aldrig tænkte på at søge arbejde et andet sted, gælder det samme kun for 40 % af FOAs medlemmer.

**Figur 21**



Figur 22 nedenfor viser, at FOAs medlemmer er meget motiverede og engagerede i deres arbejde. 81 % eller 8 ud af 10 har således svaret, at de i meget høj eller høj grad føler sig motiverede og engageret i deres arbejde. Det samme gjaldt kun for 7 ud 10 af de lønmodtagere, der deltog i AMI's undersøgelse i 2004-05.

**Figur 22**





## Medlemmernes helbred de seneste fire uger

Medlemmerne er blevet stillet en række helbredsmæssige spørgsmål, der alle stammer fra AMI's undersøgelse. Medlemmerne har skullet vurdere, hvor tit de har været irritable mv. inden for de seneste fire uger.

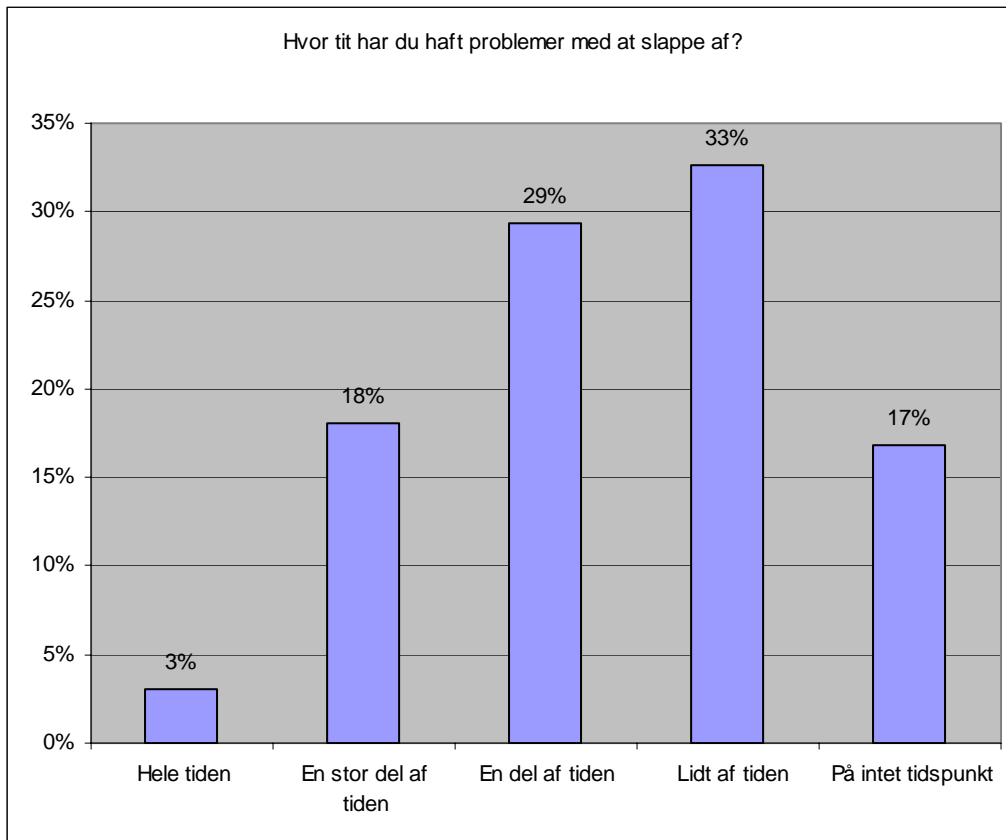
I forhold til AMI's undersøgelse er der relativt flere af FOAs medlemmer, der har haft problemer med at sove, slappe af mv. i de sidste fire uger.

De mandlige og kvindelige medlemmer svarer ikke væsentligt forskelligt på disse spørgsmål.

Figur 23 nedenfor viser, at der er 3 % af medlemmerne i FOA, der svarer, at de har haft problemer med at slappe af hele tiden. 18 % har haft problemer en stor del af tiden, mens 33 % har haft sådanne problemer lidt af tiden. Kun 17 % siger, at der ikke har været noget tidspunkt i de sidste uger, hvor de har haft problemer med at slappe af.

I AMI's undersøgelse svarede 1 %, at de havde haft problemer med at slappe af i hele den pågældende periode. 7 % havde haft sådanne problemer i en stor del af tiden. 37 % havde på intet tidspunkt oplevet sådanne problemer.

**Figur 23**

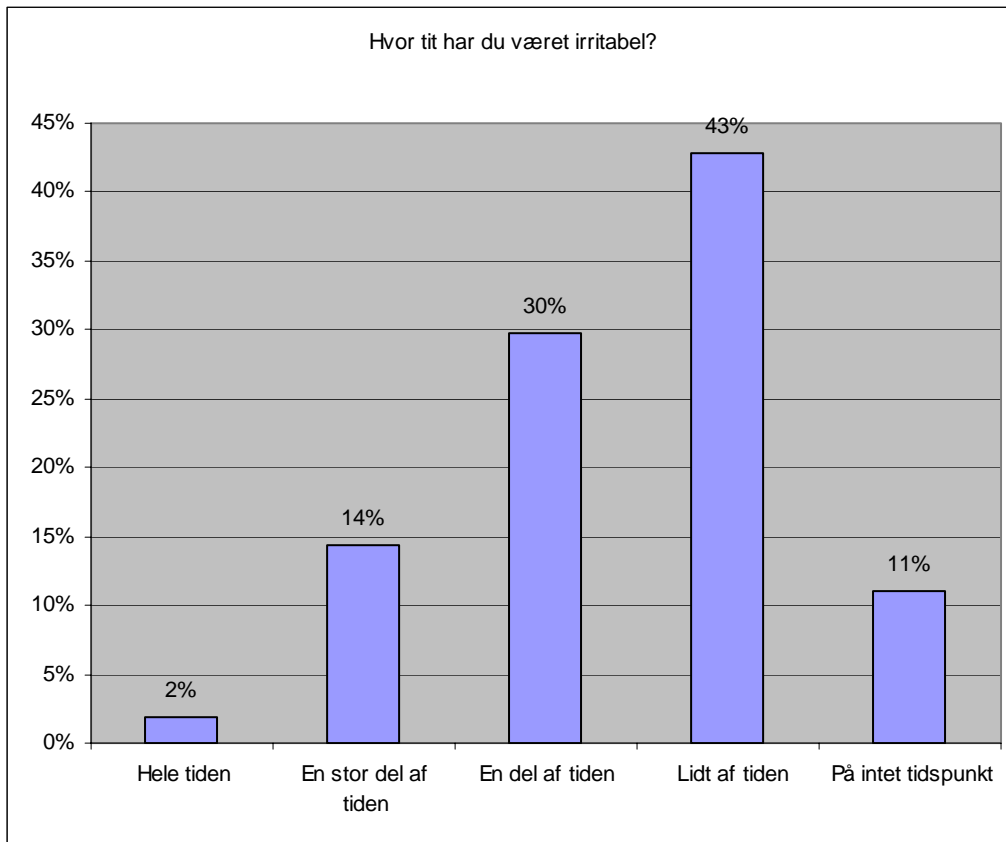


Ifølge FOAs undersøgelse oplever henholdsvis 14 % og 30 %, at de har været irritable en stor del af tiden eller en del af tiden inden for de sidste fire uger. Til sammenligning svarede kun 5 % og 17 % det samme i AMI-undersøgelsen, og under 1 % havde været irritable hele tiden.

Mens 3 ud af 4 i AMI-undersøgelsen svarede, at de havde været irritable lidt af tiden eller slet ikke, er det kun halvdelen (54 %) af FOAs medlemmer, der kan sige det samme.

FOA-svarene fremgår af figur 24 nedenfor.

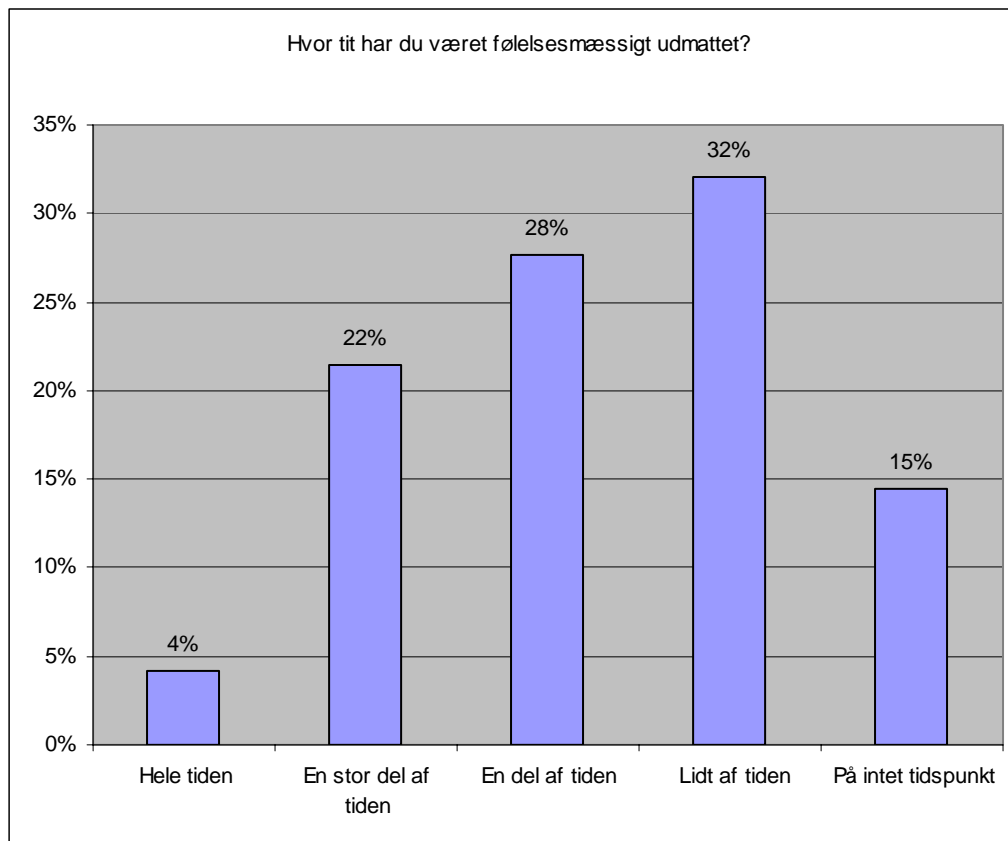
**Figur 24**



Ligeledes er FOAs medlemmer ofte følelsesmæssigt udmattede, jf. figur 25 nedenfor.

26 % eller ¼ svarer, at de har været følelsesmæssigt udmattede enten hele tiden eller en stor del af tiden. Kun 15 % giver udtryk for, at de på intet tidspunkt i de sidste fire uger har en sådan følelse. De tilsvarende tal for AMI-undersøgelsen er henholdsvis 8 % og 33 %.

**Figur 25**



På et spørgsmål om søvn svarede kun 1 % af de medvirkende i AMI-undersøgelsen, at de i sidste fire uger havde sovet dårligt eller uroligt hele tiden. Den tilsvarende andel er 7 % blandt FOAs medlemmer. 8 % af lønmodtagerne i AMI's undersøgelse gav udtryk for, at de havde sovet dårligt en stor del af de fire uger. Den tilsvarende andel blandt FOAs medlemmer er 23 % eller næsten  $\frac{1}{4}$ .

Næsten 3 ud af 4 af lønmodtagerne i AMI's undersøgelse svarede, at de havde sovet dårligt og uroligt lidt af tiden eller slet ikke. Kun halvdelen af FOAs medlemmer siger det samme.

**Figur 26**

