



Jobbet gör dig inte sjuk - men kan hålla dig frisk

Feelgood presenterar nya undersökningsresultat

Arbetsmiljöfaktorer som ledarskap, arbetsklimat och möjlighet till återhämtning tycks påverka hälsan betydligt mer än tempo och arbetsbelastning. Det visar en omfattande undersökning från Feelgood.

- Vårt omfattande undersökningsmaterial ger stöd för vår övertygelse att de flesta mår bra av att arbeta, om bara arbetsgivarna förmår att skapa en god arbetsmiljö. Här har företagshälsan en viktig roll för att vägleda arbetsgivarna i hur de förstärker friskfaktorer i arbetsmiljön, kommenterar Göran Hägglund, styrelseordförande i Feelgood.

Feelgood presenterar för andra gången undersökningsresultat baserade på 170 000 enkätsvar om hälsa, arbetsmiljö och livsstil under perioden 2008-2015. Tvärt emot en utbredd uppfattning visas att den upplevda jobbstressen inte ökar. Därmed kan den inte förklara den ökande ohälsan i arbetslivet. 70 procent av de som deltagit i Feelgoods fleråriga undersökning säger visserligen att de ofta eller åtminstone ibland känner sig stressade på jobbet, men andelen minskar under undersökningsperioden.

- Vi ser att när människor trivs på jobbet mår de flesta bra. Däremot finns tydliga samband mellan hälsa och arbetsmiljöfaktorer såsom ledarskap, arbetsklimat och möjligheter till återhämtning. Vi kallar dem friskfaktorer eftersom de visar vägen för hur jobbet kan hålla oss friska, säger Joachim Morath, vd för Feelgood.

I undersökningen säger sig över 70 procent trivas på jobbet. Ju bättre hälsa, desto större är andelen som säger sig trivas med sitt arbete. Av de som uppger att hälsan är mycket bra är det 88 procent som trivs. Av de med dålig eller mycket dålig hälsa är det bara 54 procent som säger sig trivas. Vid en djupare analys framträder arbetsmiljöfaktorer med tydlig koppling till hälsan hos medarbetarna.

Arbetsmiljöfaktorer avgör om vi mår bra på jobbet

I undersökningen har respondenterna fått svara på frågor dels om hur de upplever sin arbetsmiljö, dels om hur de mår. När svaren kombineras framträder faktorer som oftare förekommer när människor som mår bra beskriver sin arbetsmiljö:

- **Ledarskapet:** En märkbart högre andel av de som har god eller mycket god hälsa uppger att de upplever stöd från sin chef, får uppskattning på jobbet och upplever god balans mellan krav och resurser.
- **Arbetsklimatet och medarbetarna:** Undersökningsresultatet visar också tydligt att de som mår bra i högre grad finns på arbetsplatser som präglas av ett gott arbetsklimat, respekt och öppenhet.
- **Balans och återhämtning:** Möjlighet att ta paus, prata med arbetskamrater och varva ner är i likhet med balans mellan privatliv och arbete tydliga friskfaktorer, som personer med god hälsa finner på sina arbetsplatser i högre grad än de med sämre hälsa.

- Vi ser att individer som säger sig må bra är mer positiva till ledarskapet, arbetsklimatet och sina möjligheter till återhämtning på arbetsplatsen. Det ger konkret vägledning till arbetsgivare om hur de kan förbättra arbetsmiljön och därmed hälsan på arbetsplatsen, kommenterar Feelgoods vd, Joachim Morath.

Uppgifterna är hämtade ur Feelgoods så kallade HALU, en omfattande enkätstudie med 140 frågor om hälsa, arbetsmiljö och livsstil. Enkäterna används i företagshälsövärden som underlag för åtgärder inom arbetsmiljö, organisation och hälsa. Cirka 20 000 personer deltar varje år och materialet täcker perioden 2008-2015, vilket har möjliggjort analyser av utvecklingen över tid. Resultat ur undersökningen presenterades för första gången förra året. De slutsatser som då drogs om upplevd stress bekräftas av årets siffror.

Feelgoods rapport kan hämtas på Feelgoods hemsida: www.feelgood.se/almedalen

Stockholm 2016-07-06
Feelgood Svenska AB (publ)

För mer information, kontakta:

Johan Mähler
Marknads- och försäljningschef, Feelgood
Telefon: 072-500 3060
E-post: johan.mahler@feelgood.se

Joachim Morath
VD, Feelgood
Telefon: 08-545 810 00
E-post: joachim.morath@feelgood.se

Om Feelgood

Feelgood är ett av Sveriges ledande hälsoföretag och verkar inom företagshälsa, träning, och sjukgymnastik. Vi erbjuder innovativa hälsojänster till företag, organisationer och privatpersoner. Vårt motto är att satsningar på hälsa ska vara en lönsam investering, genom ökad produktivitet och sänkta kostnader för ohälsa i företag och ökad livskvalitet för privatpersoner. Feelgood är ett rikstäckande företag med cirka 500 medarbetare och levererar hälsojänster nära 200 enheter över hela landet, av dessa är sextioalet egna anläggningar. Företaget grundades år 1995 och är noterat på Nasdaq Stockholm, lista över små bolag. www.feelgood.se