

Trivsel og stress blandt ledere i den private sektor



Indledning

Undersøgelsen belyser privatansatte lederes trivsel, i hvilket omfang de føler sig stressede, årsagerne hertil, samt udviklingen i andelen af ledere, der føler sig stressede i perioden fra 2002 til 2013.

Trivsel og stress blandt ledere

Langt de fleste ledere trives på jobbet. 63 procent af lederne svarer, at de "I høj grad" eller "I meget høj grad" trives på deres arbejde. Som det også fremgår af tabel 1, er der 15 procent af lederne, som svarer, at de "I høj grad" eller "I meget høj grad" følger sig stressede.

Tabel 1. Trivsel og stress. Procent.

	Slet ikke	I mindre grad	I nogen grad	I høj grad	I meget høj grad	I alt
<i>I hvilken grad trives du på dit arbejde?</i>	1	8	28	46	17	100
<i>I hvilken grad føler du dig stresset?</i>	12	34	39	13	2	100

I Det Danske Ledelsesbarometer er ledere i årene 2002, 2005, 2008 og 2011 tilsvarende blevet spurgt om, de føler sig stressede. I tabel 2 er svarene her fra for de privatansatte ledere sammenholdt med svarene fra denne undersøgelse.

Tabel 2. I hvilken grad føler du dig stresset? Udvikling 2002-2013 – privat sektor. Procent.

Årstal	I mindre grad	I nogen grad	I høj grad
2002	50	36	14
2005	60	28	12
2008	52	36	12
2011	57	34	9
2013	46	39	15

Note: "I mindre grad" er "Slet ikke" og "I mindre grad" lagt sammen. "I høj grad" er "I høj grad" og "I meget høj grad" lagt sammen. Tallene for årene 2002, 2005, 2008 og 2011 er fra Ledelsesbarometret.

Der er således tale om en stigning fra 2011 til 2013. 2011 var dog det år i perioden, hvor markant færrest "I høj grad/I meget høj grad" følte sig stressede.

Ledelsesniveau – trivsel og stress

Hvor i ledelseshierarkiet, man befinder sig, kan have betydning både for trivsel og stress. Sammenhængen mellem trivsel og ledelsesniveau fremgår af tabel 3.

Tabel 3. I hvilken grad trives du på dit arbejde? Procent.

	I mindre grad	I nogen grad	I høj grad	I alt
Direktion	10	12	79	100
Mellemledere	7	31	63	100
Linjeledere	8	28	64	100
Leder uden personaleansvar/ Særligt betroet medarbejder	14	31	56	100

Note: "I mindre grad" er "Slet ikke" og "I mindre grad" lagt sammen. "I høj grad" er "I høj grad" og "I meget høj grad" lagt sammen.

Gruppen "Direktion" skiller sig markant ud. Her er det otte ud af ti, der svarer, at de "I høj grad/ I meget høj grad" trives på deres arbejde.

Ser man på sammenhængen mellem stress og ledelsesniveau er det gruppen af mellemledere, der skiller sig ud. Hver femte mellemleder svarer, at de "I høj/ I meget høj grad" føler sig stresset, se tabel 4.

Tabel 4. I hvilken grad føler du dig stresset? Fordelt på ledelsesniveau. Procent.

	I mindre grad	I nogen grad	I høj grad	I alt
Direktion	38	47	15	100
Mellemledere	42	40	19	100
Linjeledere	47	39	14	100
Leder uden personaleansvar/ Særligt betroet medarbejder	51	35	14	100

Note: "I mindre grad" er "Slet ikke" og "I mindre grad" lagt sammen. "I høj grad" er "I høj grad" og "I meget høj grad" lagt sammen.

Stress og alder

Der er en sammenhæng mellem alder og stress. En større andel af de yngre aldersgrupper føler sig "I høj/ I meget høj grad" stressede. Tendensen er, at jo ældre man bliver, jo færre føler sig stresset, se tabel 5 og tabel 6.

Tabel 5. I hvilken grad føler du dig stresset? Fordelt på alder – 5 års intervaller. Procent.

Alder	I mindre grad	I nogen grad	I høj grad	Antal respondenter
Under 40	38	40	22	184
40-44	44	39	17	198
45-49	45	42	14	287
50-54	47	40	13	229
55-59	52	36	12	147
60-	67	21	12	70

Note: "I mindre grad" er "Slet ikke" og "I mindre grad" lagt sammen. "I høj grad" er "I høj grad" og "I meget høj grad" lagt sammen. Bemærk, at der er få respondenter i gruppen 60 og derover.

Der er især gruppen 35-39 år, der "trækker" stressniveauet op blandt ledere under 40 år. I den gruppe svarer 25 procent (110 respondenter), at de i meget høj grad/i høj grad føler sig stresset. Det er måske også netop i den alder, hvor kombinationen af at være på vej i karrieren kombineret med familieliv/mindre børn slår igennem.

Samtidig er der dog 43 procent i den gruppe, og således meget tæt på gennemsnittet, der svarer "Slet ikke/ I ringe grad".

Tabel 6. I hvilken grad føler du dig stresset? Fordelt på alder. Procent.

Alder	I mindre grad	I nogen grad	I høj grad	I alt
Under 45 år	41	40	19	100
45 og derover	49	38	13	100

Årsager til stress hos ledere

Der kan være flere forskellige årsager til, at man føler sig stresset. Det kan være forhold på arbejdet, at man ikke kan få arbejdsliv og familieliv/privatliv til at balancere fornuftigt, at man stiller for store krav til sig selv eller en kombination af flere årsager.

Tabel 5. Hvad er årsagen til, at du føler dig stresset? Prioriteret. Mulighed for flere svar

	Procent
Mine arbejdsforhold	53
Mine egne forventninger og ambitioner	52
Virksomheden stiller for høje krav	26
Det psykiske arbejdsmiljø	23
Mit familieliv/privatliv	20
Min personlighed	12
Andet	10
Livs- eller karrierebegivenheder	8
Ved ikke	0

Note: Spørgsmålet er kun stillet til de respondenter, der på spørgsmålet "I hvilken grad føler du dig stresset?" har svaret "I meget høj grad", "I høj grad eller "I nogen grad".

Over halvdelen af de ledere, som i en eller anden grad føler sig stressede, peger på arbejdsforhold samt egne forventninger og ambitioner som årsagen til at føle sig stresset.

Alder og årsager til stress

Nogle årsager til stress kan hænge sammen med alder. Tabel 6 viser sammenhængen mellem årsag/årsager til stress og alder.

Tabel 6. Sammenhængen mellem alder og årsag til at føle sig stresset. Procent.

	Under 45 år	45 år og derover
Mine arbejdsforhold	53	53
Mine egne forventninger og ambitioner	58	48
Virksomheden stiller for høje krav	32	22
Det psykiske arbejdsmiljø	23	23
Mit familieliv/privatliv	32	13
Min personlighed	13	12
Andet	8	12
Livs- eller karrierebegivenheder	10	6
Ved ikke	0	0

Ikke overraskende er det særligt "Familieliv/privatliv", hvor alderen spiller en markant rolle, når det gælder årsager til at føle sig stresset. Cirka en tredjedel af lederne under 45 år peger på dette som en årsag, mens det kun er cirka hver ottende ledere på 45 år eller mere, der peger på "Familieliv/privatliv", som en årsag. Det kan hænge sammen med, at langt flere ledere under 45 år har hjemmeboende mindre børn, og dermed flere forpligtelser i dagligdagen i forhold til familien. Når det gælder de øvrige aldersbetingede forskelle i årsager til at føle sig stresset, er overgangen væsentligt mere glidende.

Ledelsesniveau og årsager til stress

Tabel 7. Sammenhæng mellem niveau og årsag til at føle sig stresset. Procent.

	Direktion	Mellemlider	Linjeleder	Leder uden personaleansvar/ Særligt betroet medarbejder
Mine arbejdsforhold	38	53	55	53
Mine egne forventninger og ambitioner	60	53	49	48
Virksomheden stiller for høje krav	22	27	27	24
Det psykiske arbejdsmiljø	24	15	27	22
Mit familieliv/privatliv	19	23	21	19
Min personlighed	21	9	10	15
Andet	16	6	9	16
Livs- eller karrierebegivenheder	10	5	7	11
Ved ikke	0	0	0	0

Note: Bemærk, at antallet af respondenter på dette spørgsmål i gruppen "Direktion" er 58.

Om undersøgelsen

Undersøgelsens respondenter er 1.115 ledere i den private sektor fra Ledernes spørgepanel. Undersøgelsen er gennemført i juni måned 2013. Nedenstående er en gennemgang af udvalgte baggrundsvariabler.

Tabel A. Respondenternes køn

	Antal	Procent
Mænd	768	69
Kvinder	347	31
Total	1.115	100

Tabel B. Respondenternes alder

	Antal	Procent
Under 40 år	184	17
40-49 år	485	43
Fra 50 år og op	446	40
Total	1.115	100

Tabel C. Stillingsniveau

	Antal	Procent
Direktion ¹	94	8
Mellemleder ²	220	20
Linjeleder ³	486	44
Leder uden personaleansvar/særligt betroet medarbejder	222	20
Uoplyst ledelsesniveau	93	8
Total	1.115	100

Tabel D. Uddannelsesniveau

	Antal	Procent
Ingen ud over folkeskoleniveau	35	3
Student/HF/HH/HTX o.l.	98	9
Faglært, erhvervsfaglig o.l.	186	17
Videregående uddannelse	664	60
Anden/uoplyst uddannelse	132	12
Total	1.115	100

I tabeller med procentangivelser kan det ske, at summen angives til 100 procent, mens en simpel sammentælling af tallene giver 1–2 point højere eller lavere. Det er ikke udtryk for en fejl, men skyldes, at procentangivelsen er afrundet. Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til analysechef Kim Møller Laursen, kml@lederne.dk telefon 32 83 32 83.

¹ Administrerende direktører samt øvrig direktion

² Leder med ledelsesansvar for ledere og eventuel også andre medarbejdere

³ Leder med ledelsesansvar for medarbejdere, men ikke for andre ledere