

The background image shows a young woman with long blonde hair and bangs, wearing a black blazer over a black and white striped shirt. She is sitting at a desk, resting her head on her hand with a stressed expression. In the foreground, there are stacks of papers and a calculator.

OFFICERERNES STRESS

Undersøgelse 2015



Indholdsfortegnelse

Stress	3
Stress i hverdagen og på arbejdspladsen	4
Den vigtigste kilde til stress.....	5
Køn og stress	5
Stillingsniveau og stress.....	6
Alder og stress.....	7
Familiære forhold og stress	8
Nærmeste leder og stress	10
Arbejdspladskultur og stress.....	13
Produktivitet, faglig kvalitet og stress	15
Psykisk arbejdsmiljø og stress	17
Generende forstyrrelser og stress.....	18
Arbejdsomængde og stress	19



Stress

Stress kan medføre alvorlige konsekvenser for de personer, der rammes. Både sundhedsmæssigt, økonomisk og socialt. Men også for arbejdspladserne og samfundet er der store gevinster at hente ved at nedbringe graden af stress. I denne rapport sættes der derfor fokus på stress.

I rapporten ses der nærmere på, i hvilken grad officerer er stressede i hverdagen og oplever problemer med stress på deres arbejdsplads. Vi ser desuden nærmere på, om der er særlige grupper blandt officerer, der er i større risiko for stress end andre. Vi ser også på, hvilken betydning en række faktorer har for risikoen for stress. Det undersøges desuden, hvilken rolle ledelse og arbejdspladskultur spiller i forhold til stress. Sammenhængen mellem produktivitet, kvalitet og stress er et yderligere fokuspunkt i rapporten.

775 officerer har deltaget i undersøgelsen, hvilket svarer til en svarprocent på 45,7 pct. Grundet afrunding af decimaler kan der være tilfælde, hvor tabellerne ikke summer til 100.

Stress i hverdagen og på arbejdspladsen

I undersøgelsen er officererne blevet spurgt ind til, om de vil beskrive deres arbejdsplads som præget af stress. Undersøgelsen viser, at næsten 7 ud af 10 officerer, 69 pct., i meget høj, høj eller nogen grad oplever deres arbejdsplads som præget af stress. Kun lidt mere end hver fjerde officer, 26 pct., arbejder et sted, der i lav grad er præget af stress, og 5 pct. et sted, der kun i meget lav grad eller slet ikke er præget af stress.

Tabel 1

Vil du beskrive din arbejdsplads som præget af stress?		
	HOD	AC
I meget høj grad	4 %	5 %
I høj grad	17 %	17 %
I nogen grad	48 %	50 %
I lav grad	26 %	24 %
I meget lav grad/slet ikke	5 %	4 %

Undersøgelsen viser videre, at 43 pct. af officererne i meget høj, høj eller nogen grad er stresset i hverdagen. Hver 10. officer er i meget høj eller høj grad stresset i hverdagen. Lidt over halvdelen, 57 pct., har kun i lav, meget lav grad eller slet ikke selv problemer med stress i dagligdagen.

Tabel 2

Vil du beskrive dig selv som stresset i hverdagen?		
	HOD	AC
I meget høj grad	2 %	2 %
I høj grad	8 %	8 %
I nogen grad	33 %	36 %
I lav grad	41 %	40 %
I meget lav grad/slet ikke	16 %	14 %

Den vigtigste kilde til stress

Analysen viser, at arbejdet er den vigtigste kilde til stress blandt officererne. De officerer, der har angivet, at de i meget høj, høj eller nogen grad er stressede i hverdagen, er blevet spurgt til, hvad der er den vigtigste kilde til deres stress. Heraf svarer 60 pct., at arbejdet den vigtigste kilde til stress. 37 pct. svarer, at det er en blanding af arbejds- og privatlivet, der stresser dem, mens kun 2 pct. mener, at det er privatlivet.

Tabel 3

Hvad er den vigtigste kilde til din stress?		
	HOD	AC
Arbejde	60 %	58 %
Privatliv	2 %	3 %
Både arbejde og privatliv	37 %	39 %

Køn og stress

Undersøgelsen viser, at kvinder i højere grad end mænd er stressede. I alt 45 pct. af de kvindelige officerer beskriver i meget høj, høj eller nogen grad deres hverdag som præget af stress. Det gælder for 43 pct. af mændene.

Der ses også en kønsforskel, når der spørges ind til, om arbejdspladsen er præget af stress. I alt 68 pct. af de kvindelige officerer beskriver i meget høj, høj eller nogen grad deres arbejdsplads som præget af stress, hvilket gør sig gældende for 70 pct. af de mandlige officerer.

Tabel 4

Vil du beskrive dig selv som stresset i hverdagen?				
	HOD		AC	
	Kvinde	Mand	Kvinde	Mand
I meget høj grad	3 %	2 %	3 %	2 %
I høj grad	8 %	8 %	10 %	7 %
I nogen grad	34 %	33 %	39 %	33 %
I lav grad	26 %	42 %	38 %	42 %
I meget lav grad/slet ikke	29 %	15 %	11 %	16 %

Tabel 5

Vil du beskrive din arbejdsplads som præget af stress?	Hvad er dit køn?			
	HOD		AC	
	Kvinde	Mand	Kvinde	Mand
I meget høj grad	8 %	4 %	5 %	4 %
I høj grad	18 %	17 %	19 %	15 %
I nogen grad	42 %	49 %	51 %	49 %
I lav grad	24 %	26 %	21 %	28 %
I meget lav grad/slet ikke	8 %	5 %	4 %	5 %

Stillingsniveau og stress

Når undersøgelsen opdeles på stillingsniveau, ses en lille afvigelse blandt ledere og chefer der oplever stress i hverdagen. Heraf kan det ses, at 44 pct. af officererne på lederniveau oplever i meget høj, høj eller nogen grad stress i hverdagen. Dette er tilfældet for 41 pct. af officererne på chefniveau.

Tabel 6

Vil du beskrive dig selv som stresset i hverdagen?	Hvad er dit stillingsniveau?		
	Lederniveau	Chefniveau	Andet
I meget høj grad	2 %	2 %	-
I høj grad	8 %	5 %	-
I nogen grad	34 %	34 %	-
I lav grad	41 %	44 %	-
I meget lav grad/slet ikke	15 %	15 %	-

Note: Kategorien for "andet" er ikke medtaget på grund af for få respondenter.

Undersøgelsen viser et markant højere stressniveau når spørgsmålet undersøges på arbejdspladsniveau. Heraf oplever 70 pct. af officererne på lederniveau såvel som chefniveau en arbejdsplads, der i meget høj, høj eller nogen grad er præget af stress.

Tabel 7

Vil du beskrive din arbejdsplads som præget af stress?	Hvad er dit stillingsniveau?		
	Lederniveau	Chefniveau	Andet
I meget høj grad	4 %	4 %	-
I høj grad	18 %	16 %	-
I nogen grad	48 %	50 %	-
I lav grad	26 %	24 %	-
I meget lav grad/slet ikke	4 %	6 %	-

Note: Kategorien for "andet" er ikke medtaget på grund af for få respondenter.

Alder og stress

Analysen viser, at officerer mellem 30 og 44 år er mere stressede end officerer i de øvrige aldersgrupper.

Dette ses ved, at henholdsvis 43 pct. af de yngre end 30-årige og 48 pct. af de 30-44-årige i meget høj, høj eller nogen grad oplever en stresset hverdag. Det gælder for 38 pct. af de 45-59-årige.

Tabel 8

Vil du beskrive dig selv som stresset i hverdagen?				
	Yngre end 30 år	30 - 44 år	45 - 59 år	60 år eller ældre
I meget høj grad	0 %	2 %	2 %	-
I høj grad	8 %	10 %	6 %	-
I nogen grad	35 %	36 %	30 %	-
I lav grad	43 %	38 %	44 %	-
I meget lav grad/slet ikke	15 %	14 %	18 %	-

Note: Kategorien "60 år eller ældre" er ikke medtaget på grund af for få respondenter.

Tabel 9

Vil du beskrive din arbejdsplads som præget af stress?	Yngre end 30 år	30 - 44 år	45 - 59 år	60 år eller ældre
I meget høj grad	3 %	4 %	4 %	-
I høj grad	20 %	19 %	16 %	-
I nogen grad	45 %	47 %	50 %	-
I lav grad	25 %	26 %	25 %	-
I meget lav grad/slet ikke	8 %	4 %	6 %	-

Note: Kategorien "60 år eller ældre" er ikke medtaget på grund af for få respondenter.

Den vigtigste kilde til stress for forskellige aldersgrupper

Arbejdet er for alle aldersgrupper den vigtigste kilde til stress. Analysen viser dog en stor aldersforskel på, hvor store andele af de enkelte aldersgrupper der angiver, at arbejdet er den vigtigste kilde.

53 pct. af de yngre end 30-årige opfatter arbejdet som den vigtigste stresskilde, mens det gør sig gældende for 55 pct. af de 30-44-årige og 67 pct. af de 45-59-årige. Det er værd at bemærke, at en betydelig mindre andel af officererne mellem 45 og 59 år angiver både arbejde og privatliv som den største stresskilde sammenlignet med de øvrige aldersgrupper.

Tabel 10

Hvad er den vigtigste kilde til din stress?	Yngre end 30 år	30 - 44 år	45 - 59 år
Arbejde	53 %	55 %	67 %
Privatliv	6 %	2 %	2 %
Både arbejde og privatliv	41 %	43 %	31 %

Familiære forhold og stress

I det følgende undersøges, hvilken rolle officerernes familiære status spiller ind på graden af deres stress, og hvad de oplever som den vigtigste kilde til stress. I undersøgelsen skelnes der mellem officerer med hjemmeboende børn under 7 år, officerer med hjemmeboende børn på 7 år eller ældre, samt officerer uden hjemmeboende børn.

Undersøgelsen viser, at officerer med hjemmeboende børn under 7 år er mere stressede end både officerer med hjemmeboende børn på 7 år eller ældre og officerer uden hjemmeboende børn.

Endvidere fremgår det, at officerer med børn på 7 år eller ældre er mere stressede end de officerer, der ikke har hjemmeboende børn.

Der er således 45 pct. af officererne med hjemmeboende børn under 7 år, som i meget høj, høj eller nogen grad oplever stress i hverdagen. Dette gør sig gældende for henholdsvis 42 pct. af officererne med hjemmeboende børn på 7 år eller ældre, og 41 pct. af officerer uden hjemmeboende børn.

I alt 71 pct. af officerer uden hjemmeboende børn oplever i meget høj, høj eller nogen grad, at deres arbejdsplads er præget af stress, det gør sig gældende for 69 pct. af officerer med hjemmeboende børn både under og over 7 år.

Tabel 11

Vil du beskrive dig selv som stresset i hverdagen?	Har du hjemmeboende børn?		
	Nej	Ja, under 7 år	Ja, 7 år eller ældre
I meget høj grad	2 %	2 %	2 %
I høj grad	7 %	10 %	6 %
I nogen grad	32 %	33 %	34 %
I lav grad	41 %	41 %	41 %
I meget lav grad/slet ikke	17 %	14 %	17 %

Tabel 12

Vil du beskrive din arbejdsplads som præget af stress?	Har du hjemmeboende børn?		
	Nej	Ja, under 7 år	Ja, 7 år eller ældre
I meget høj grad	5 %	4 %	3 %
I høj grad	19 %	18 %	15 %
I nogen grad	47 %	47 %	51 %
I lav grad	25 %	27 %	24 %
I meget lav grad/slet ikke	5 %	4 %	6 %

Den vigtigste kilde til stress på baggrund af familiære forhold

For 75 pct. af officererne uden hjemmeboende børn er arbejdet er den vigtigste kilde til stress, mens det kun for 3 pct. er privatlivet. 23 pct. angiver, at både arbejde og privatliv er den vigtigste årsag til deres stress.

Der tegner sig et markant andet billede, når der ses på officererne med hjemmeboende børn under 7 år. Her er kombinationen af arbejde og privatlivet for størstedelen, i alt 50 pct., den

vigtigste kilde til stress. 4 pct. svarer, at det er privatlivet, mens arbejdet er den vigtigste kilde til stress for 46 pct. af officerer med små børn.

Arbejdet er for 57 pct. af officererne med hjemmeboende børn på 7 år eller derover den vigtigste kilde til stress, mens 42 pct. svarer, at det er en kombination af arbejde og privatliv. Blot 1 pct. angiver privatlivet som hovedårsagen til deres stress.

Tabel 13

Hvad er den vigtigste kilde til din stress?	Har du hjemmeboende børn?		
	Nej	Ja, under 7 år	Ja, 7 år eller ældre
Arbejde	75 %	46 %	57 %
Privatliv	3 %	4 %	1 %
Både arbejde og privatliv	23 %	50 %	42 %

Nærmeste leder og stress

I det følgende undersøges det, hvilken betydning den nærmeste leder har for, om officererne er stressede i hverdagen. Først ses der på, hvilken betydning det har, om officererne har en god nærmeste leder, og dernæst hvilken betydning det har, om den nærmeste leder er faglig klædt på til at håndtere eventuelle problemer med stress og psykisk arbejdsmiljø.

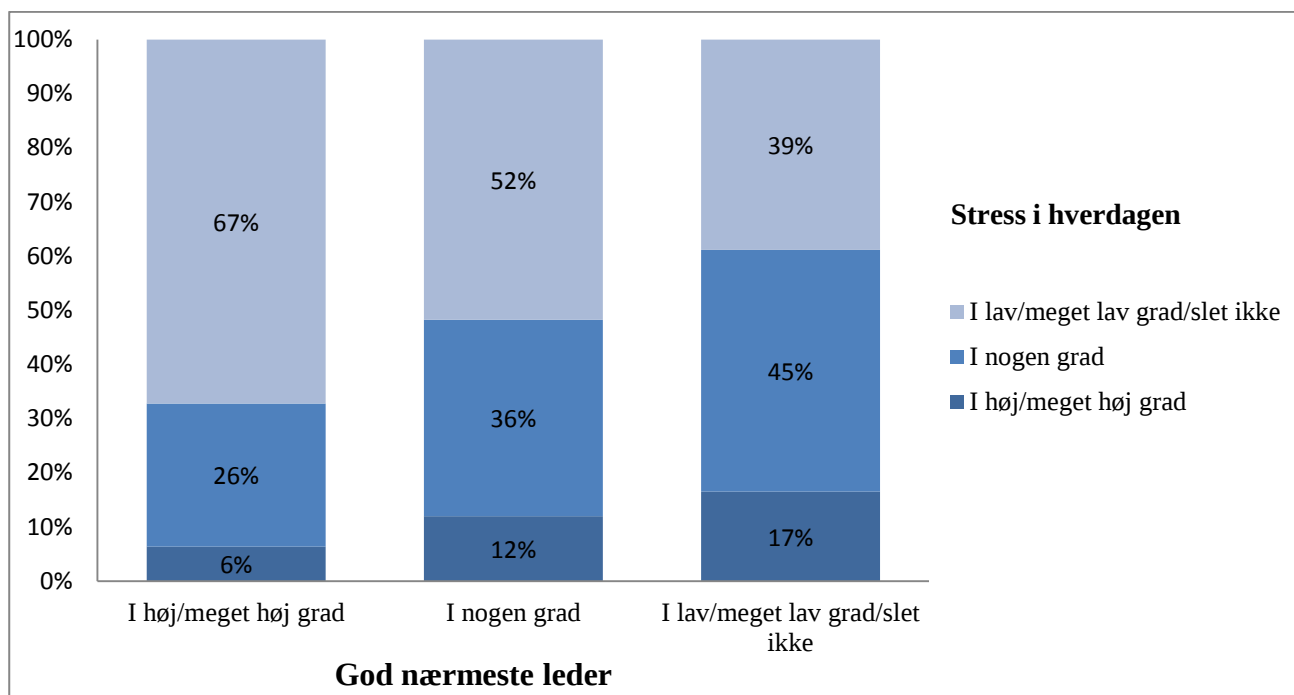
Undersøgelsen viser, at halvdelen af officererne alt i alt synes, at de har en god nærmeste leder. 35 svarer, at det i nogen grad er tilfældet, mens knap hver femte officer, 16 pct., kun i lav, meget lav grad eller slet ikke synes, de har en god nærmeste leder.

Tabel 14

Synes du alt i alt, at du har en god nærmeste leder?	HOD		AC	
I meget høj grad	10 %		16 %	
I høj grad	40 %		34 %	
I nogen grad	35 %		33 %	
I lav grad	10 %		13 %	
I meget lav grad/slet ikke	6 %		5 %	

6 pct. af de officerer, der har en god nærmeste leder oplever i meget høj eller høj grad stress i hverdagen. Det forholder sig markant anderledes, når der ses på officererne, der kun i lav, meget lav grad eller slet ikke har en god leder. I denne gruppe er 17 pct. af officererne i meget høj eller høj grad stressede i hverdagen. For officererne, der i nogen grad mener, at de har en god nærmeste leder, er 12 pct. i meget høj eller høj grad stressede.

Figur 1



Nærmeste leder faglig klædt på

I undersøgelsen er officererne som nævnt desuden blevet spurgt ind til, i hvilken grad deres nærmeste leder er faglig klædt på til at håndtere eventuelle problemer med stress og psykisk arbejdsmiljø. Officererne har haft mulighed for at svare "ved ikke", da det kan være svært at svare på, hvis ikke der har været problemer med stress eller det psykiske arbejdsmiljø på arbejdspladsen, eller hvis den enkelte ikke har kendskab til, hvordan den nærmeste leder har håndteret sådanne problemstillinger. I alt 9 pct. har svaret "ved ikke".

Undersøgelsen viser, at 29 pct. af officererne kun i lav, meget lav grad eller slet ikke mener, at deres nærmeste leder er fagligt klædt på til at håndtere eventuelle problemer med stress og psykisk arbejdsmiljø, mens 34 pct. mener, at lederen i nogen grad er i stand til dette. Lidt mere end hver fjerde officer, 28 pct., mener i meget høj eller høj grad, at deres nærmeste leder fagligt er klædt på til at håndtere denne slags problemstillinger.

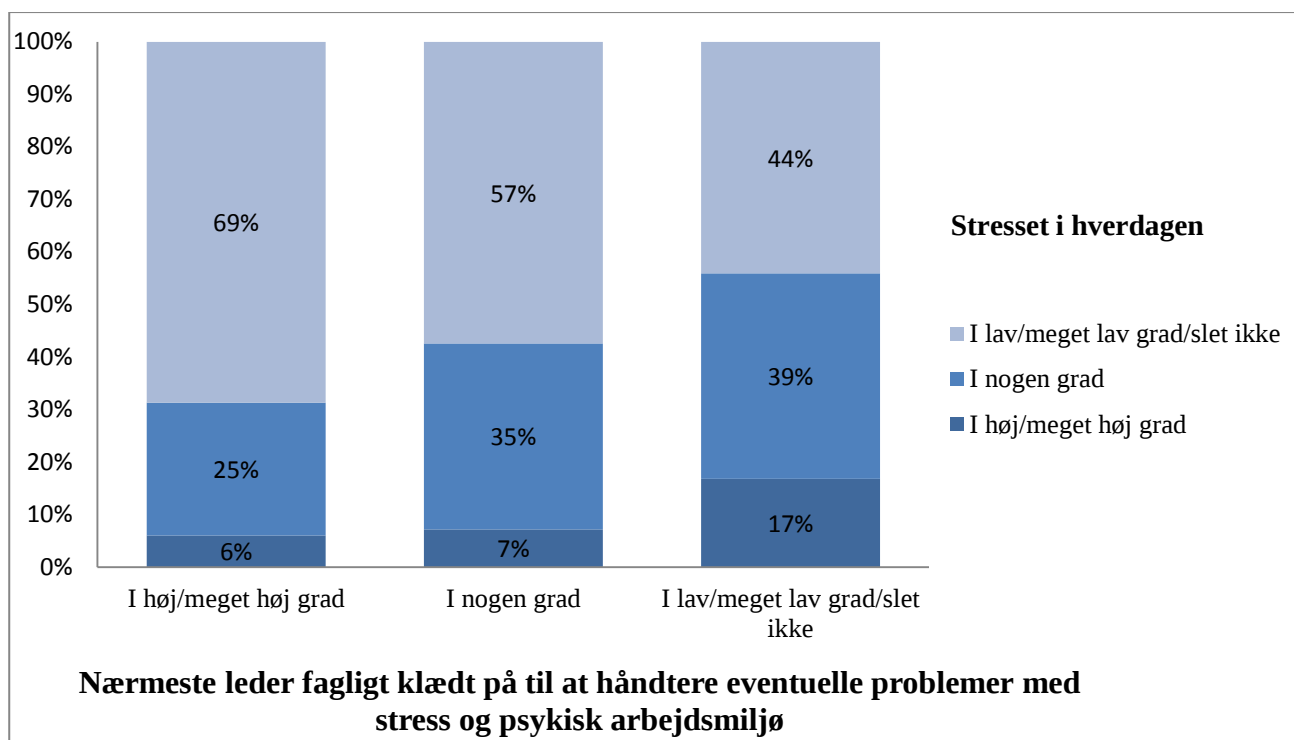
Figur 2 viser sammenhængen mellem, om den nærmeste leder er faglig klædt på til at håndtere eventuelle problemer med stress og officerernes risiko for at opleve stress i hverdagen. Blandt de officerer, hvis nærmeste leder fagligt er godt klædt på til at håndtere stress og psykisk arbejdsmiljø, oplever 6 pct. i meget høj eller høj grad stress i hverdagen, mens det er tilfældet for 17 pct. af de officerer, som ikke har en nærmeste leder, der er fagligt klædt på til dette. Det drejer sig om 7 pct., når der ses på de officerer, der svarer at den nærmeste leder i nogen grad er fagligt klædt på til opgaven.

Tabel 15

Er din nærmeste leder fagligt klædt på til at håndtere eventuelle problemer med stress og psykisk arbejdsmiljø?

	HOD	AC
I meget høj grad	5 %	5 %
I høj grad	23 %	17 %
I nogen grad	34 %	30 %
I lav grad	19 %	21 %
I meget lav grad/slet ikke	10 %	14 %
Ved ikke	9 %	12 %

Figur 2



Arbejdspladskultur og stress

Officererne er blevet bedt om at vurdere, om der på deres arbejdsplads gøres tilstrækkeligt for at forebygge stress. Undersøgelsen viser, at blot 16 pct. af officererne arbejder på en arbejdsplads, hvor dette i meget høj eller høj grad finder sted, mens 46 pct. svarer, at det i nogen grad sker. I alt 38 pct. af officererne er ansat på en arbejdsplads, hvor dette kun i lav, meget lav grad eller slet ikke finder sted.

Tabel 16

På din arbejdsplads, i hvilken grad gøres der tilstrækkeligt for at forebygge stress?		
	HOD	AC
I meget høj grad	2 %	2 %
I høj grad	14 %	15 %
I nogen grad	46 %	42 %
I lav grad	26 %	27 %
I meget lav grad/slet ikke	12 %	14 %

En stor del af officererne arbejder på en arbejdsplads, hvor stress ses som den enkelte ansattes eget problem. Hele 24 pct. af officererne oplever i meget høj eller høj grad, at det er tilfældet, mens yderligere 33 pct. svarer, at det i nogen grad gør sig gældende på deres arbejdsplads. I alt 44 pct. af officererne er på en arbejdsplads, hvor det stress kun i lav, meget lav grad eller slet ikke ses som den enkeltes eget problem.

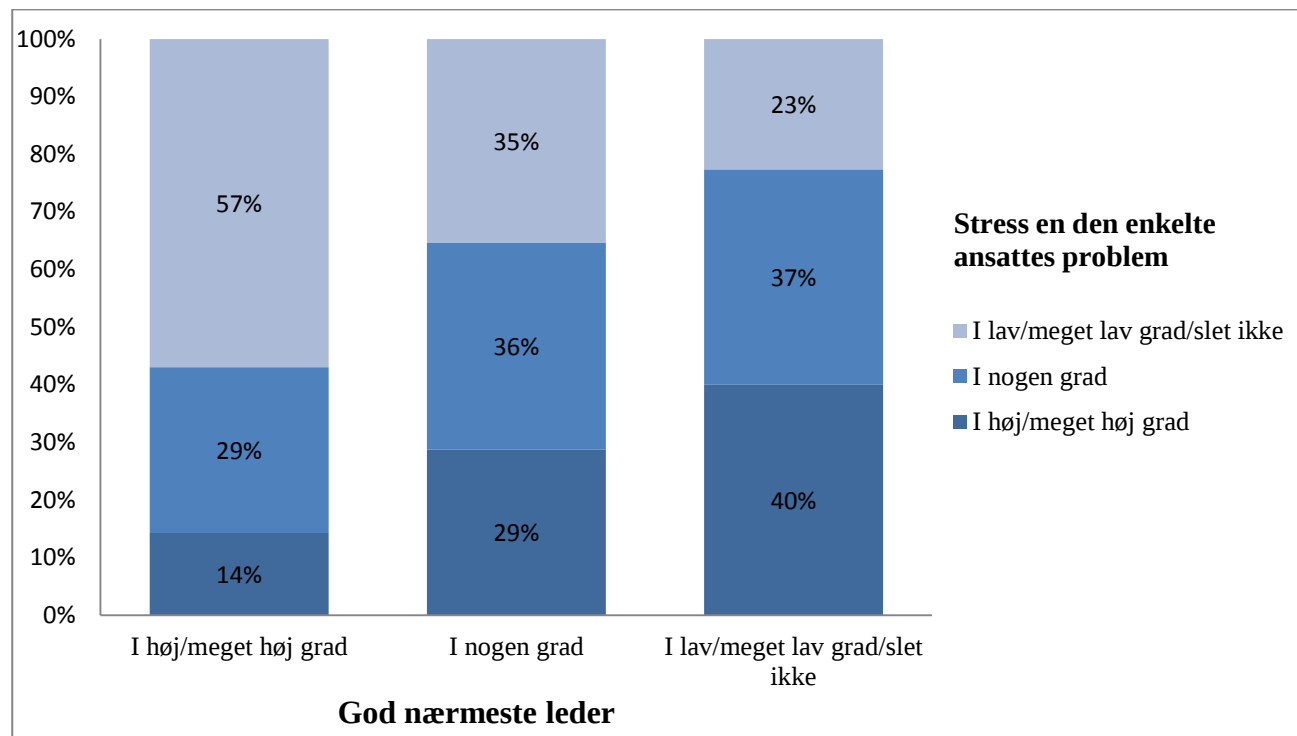
Tabel 17

På din arbejdsplads, i hvilken grad ses stress som den enkelte ansattes eget problem?		
	HOD	AC
I meget høj grad	4 %	7 %
I høj grad	20 %	18 %
I nogen grad	33 %	34 %
I lav grad	26 %	28 %
I meget lav grad/slet ikke	18 %	14 %

Undersøgelsen viser en positiv sammenhæng mellem jo bedre nærmeste ledelse, officeren oplever, desto sjældnere oplever officeren, at stress er den enkelte ansattes problem. Denne sammenhæng fremgår af, at blot 14 pct. af officererne, der i høj eller meget høj grad har en god nærmeste ledelse, oplever stress som værende den enkelte ansattes problem. Denne andel

er stigende til henholdsvis 29 pct. af officererne, der i nogen grad har en god nærmeste leder og 40 pct. for de officerer, der i lav, meget lav grad eller slet ikke har en god nærmeste leder.

Figur 3



Produktivitet, faglig kvalitet og stress

I undersøgelsen er det blevet undersøgt, hvilken betydning stress har for officerernes produktivitet og kvalitet i arbejdet. Resultaterne af dette belyses i det følgende.

Produktivitet

I undersøgelsen er officererne blevet bedt om at vurdere deres produktivitet. Det spørgsmål, de er blevet stillet, lyder som følger: "Forestil dig, at din produktivitet er 10 point værd, når den er bedst. Hvor mange point vil du give din nuværende produktivitet? Sæt kun ét kryds på skalaen fra 0 – 10, hvor 0 er lig med ingen produktivitet og 10 er lig med størst produktivitet". Spørgsmålet er udviklet med inspiration fra et spørgsmål om selv vurderet arbejdsevne fra WAI (The workability Index udviklet af Det Finske Arbejdsmiljøinstitut).

Officererne vurderer i gennemsnit deres produktivitet til at være 8,1.

Analysen viser en tydelig sammenhæng mellem stress og produktivitet. De officerer, der i meget høj grad er stressede i hverdagen, vurderer i gennemsnit deres produktivitet til at være 5,5 pct., mens officerer, der i meget lav grad eller slet ikke er stressede i hverdagen vurderer deres gennemsnitlige produktivitet til at være 8,3. Produktiviteten er 50,9 pct. højere for officerer, der i meget lav grad eller slet ikke er stressede, i forhold til officerer, der i meget høj grad er stressede. Der synes således også, at være store gevinster at hente, ved at nedbringe graden af stress blandt officerer.

Tabel 18

Den gennemsnitlige produktivitet	Vil du beskrive dig selv som stresset i hverdagen?				
	I meget høj grad	I høj grad	I nogen grad	I lav grad	I meget lav grad/slet ikke
HOD	5,5	7,6	8,1	8,4	8,3
AC	6,8	7,8	8,4	8,7	8,8

Faglig kvalitet

Officererne spørges i undersøgelsen ind til, i hvilken grad de oplever, at de kan udføre arbejdsopgaverne med en forsvarlig faglig kvalitet. Det er positivt, at mere end 6 ud af 10 officerer i meget høj eller høj grad oplever, at de har mulighed for dette. Dog svarer 32 pct., at de kun i nogen grad har mulighed for at udføre arbejdsopgaverne i en forsvarlig faglig kvalitet, og 6 pct. svarer, at de kun i lav, meget lav grad eller slet ikke har mulighed herfor.

Undersøgelsen viser, at der er en markant sammenhæng mellem, hvor stresset officererne er og deres mulighed for at udføre arbejdsopgaverne i en forsvarlig faglig kvalitet.

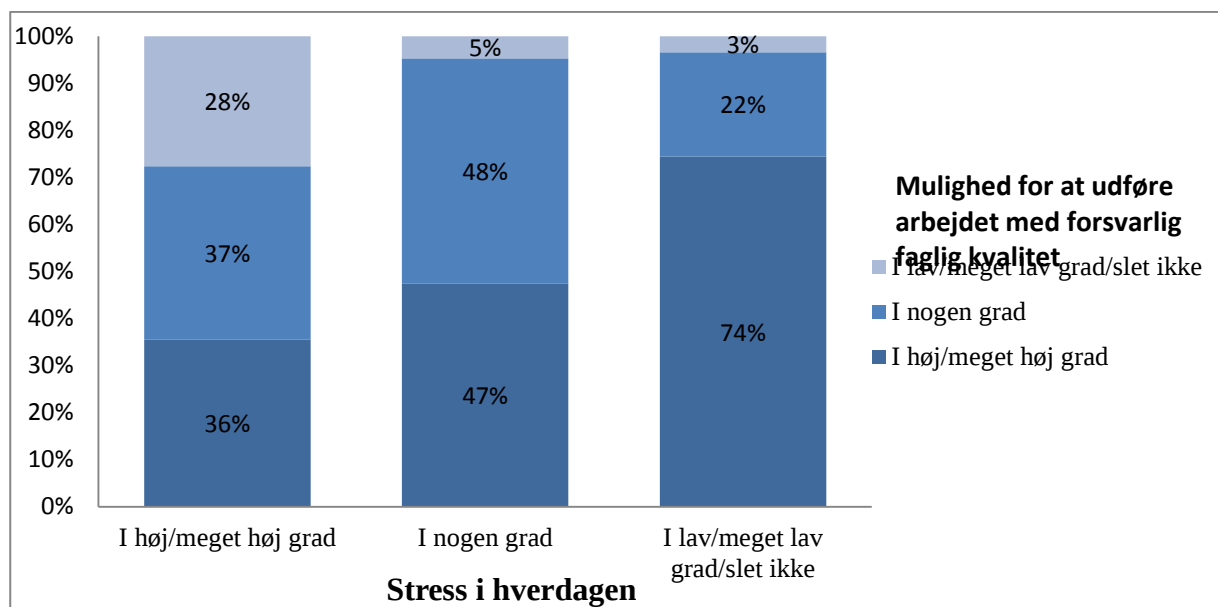
Blandt officerer, der kun i lav, meget lav grad eller slet ikke oplever problemer med stress i hverdagen, svarer 74 pct., at de i meget høj eller høj grad har mulighed for at udføre arbejdet med en forsvarlig faglig kvalitet. Færre, i alt 47 pct. af officererne, der i nogen grad er stressede, har i meget høj eller høj grad mulighed for at levere en forsvarlig faglig kvalitet, mens blot 36 pct.

af officererne, der i meget høj grad eller høj grad er stressede, har mulighed for dette. Dette peger ligeledes på, at der er et stort potentiale i at nedbringe stress blandt officererne.

Tabel 19

I hvilken grad oplever du, at du har mulighed for at udføre arbejdsopgaverne med en forsvarlig faglig kvalitet?		
	HOD	AC
I meget høj grad	13 %	21 %
I høj grad	49 %	48 %
I nogen grad	32 %	26 %
I lav grad	5 %	4 %
I meget lav grad/slet ikke	1 %	1 %

Figur 4

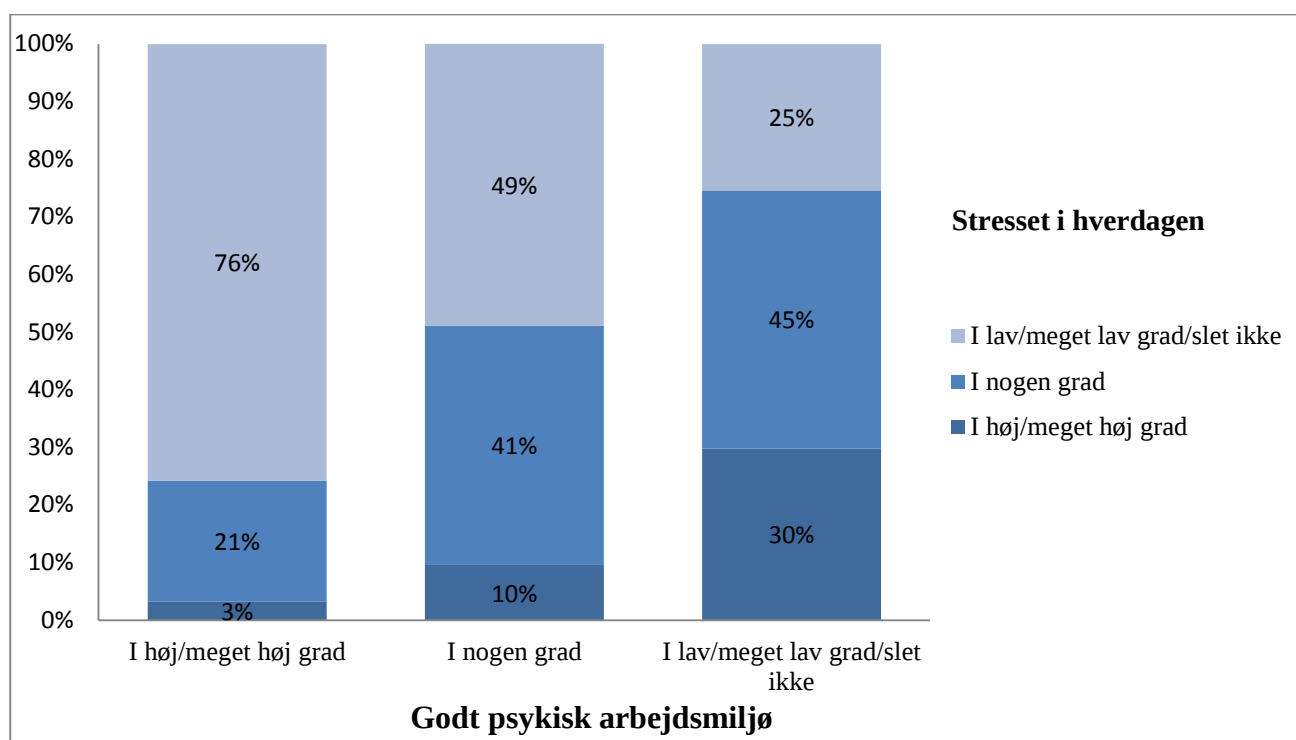


Psykisk arbejdsmiljø og stress

Undersøgelsen viser en sammenhæng mellem psykisk arbejdsmiljø og graden af stress. Des bedre det psykiske arbejdsmiljø er, des mindre er risikoen for at være ramt af stress.

Denne sammenhæng fremgår af figur 5, der viser, at 30 pct. af de officerer, der i lav, meget lav grad eller slet ikke har et godt arbejdsmiljø, svarer, at de er i meget høj eller høj grad stressede i hverdagen. Mens dette kun gør sig gældende for 3 pct. af de officerer, der i høj eller meget høj grad har et godt psykisk arbejdsmiljø, og 10 pct. af de officerer, der i nogen grad har et godt psykisk arbejdsmiljø.

Figur 5: Psykisk arbejdsmiljø og stress



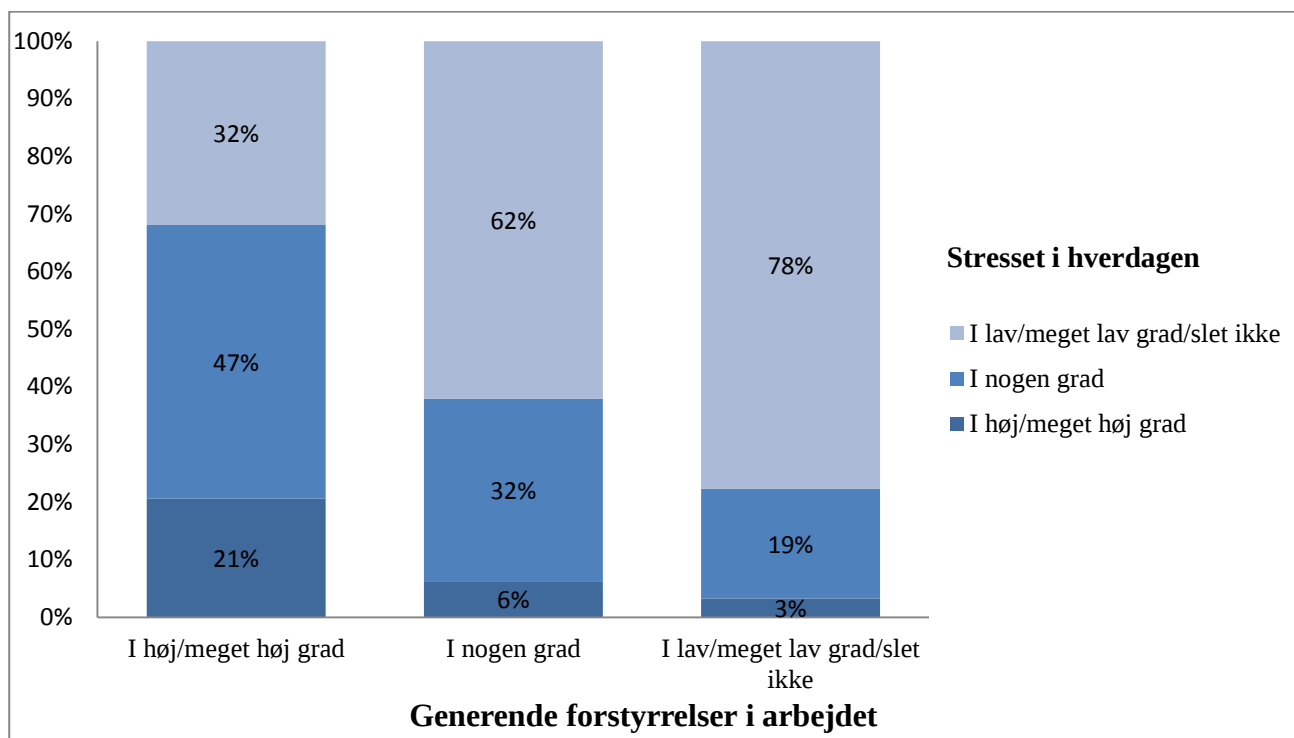
Generende forstyrrelser og stress

Undersøgelsen viser, at 31 pct. af officererne i meget høj eller høj grad oplever generende forstyrrelser i arbejdet. Blandt denne gruppe er mere end hver femte officer i meget høj eller høj grad stresset i hverdagen, hvilket i sammenligning kun gælder for 3 pct. af de officererne, der i lav, meget lav grad eller slet ikke oplever generende forstyrrelser i arbejdet, og 6 pct. af de officerer, der i nogen grad oplever generende forstyrrelser i arbejdet.

Tabel 20

Oplever du generende forstyrrelser i dit arbejde?		
	HOD	AC
I meget høj grad	11 %	11 %
I høj grad	20 %	20 %
I nogen grad	41 %	41 %
I lav grad	24 %	24 %
I meget lav grad/slet ikke	4 %	4 %

Figur 6



Arbejdsomængde og stress

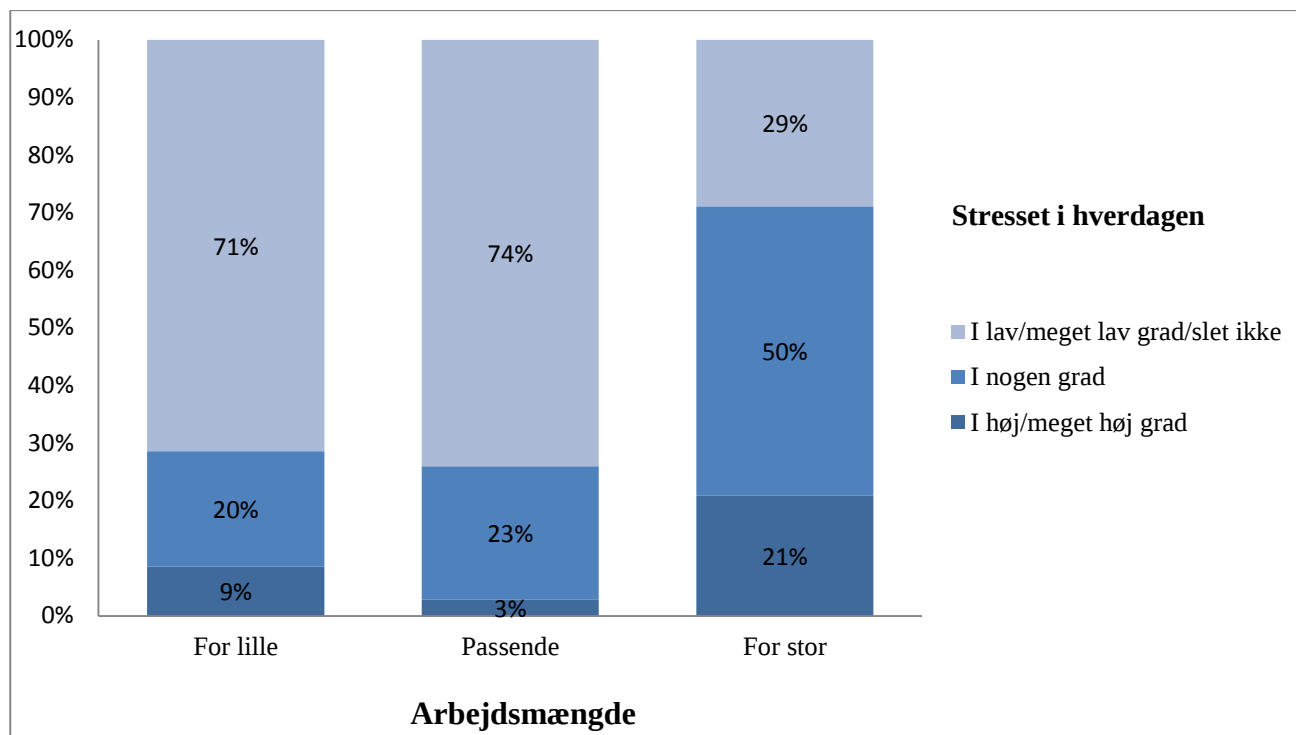
Undersøgelsen viser, at 37 pct. af officererne anser deres mængde af arbejdsopgaver som for stor, hvor 58 pct. synes, at den er passende. Ganske få anser deres arbejdsomængde som værende for lille, i alt 5 pct.

Officerer, hvis arbejdsomængde er for stor, oplever i markant højere grad stress, end officerer der har en passende eller for lille arbejdsomængde.

Tabel 21

Hvordan vurderer du generelt mængden af dine arbejdsopgaver?		
	HOD	AC
For lille	5 %	3 %
Passende	58 %	59 %
For stor	37 %	38 %

Figur 7





Nørre Voldgade 29
DK-1358 København K
Tlf: 33 69 40 40
E-mail: ac@ac.dk