

Vi har for mange dårlige dage på jobbet

Travlhed, for lidt ros og langsomme computere. Det er nogle af de ting, der giver os en dårlig dag på arbejdet

Niels C. Jensen

ncj@sondagsavisen.dk

Alle kan have en træls dag på arbejdet, hvor humøret er i kælderen, og tiden går uendeligt langsomt.

Men hvis der er for mange dårlige dage, kan det give seriøse problemer - og mange er tilsyneladende i den situation.

Faktisk har hele 29 procent af danskerne minimum to dårlige dage på arbejdet om måneden.

Det viser en ny undersøgelse fra analysebureauet Interresearch.

»Det er okay med en dårlig dag om måneden. Herregud. Men flere dage, så er det kriminelt,« siger Alexander Kjerulf, der ekspert i arbejdsliv og stifter af Projekt Arbejdsglæde.

Han forklarer, at for mange dårlige dage på jobbet kan føre til depression og stress. Desuden kan det skade helbredet og få konsekvenser på hjemmefronten.

Dårlige dage starter på jobbet

Undersøgelsen afleverer myten om, at en dårlig dag på jobbet nødvendigvis skyldes problemer med konen eller familien derhjemme.

Mindre end hver femte peger på, at faktorer udenfor arbejdspladsen var skyld i, at de fik en dårlig dag.

Til gengæld er den store-fællesnævner for, hvornår danskerne har en dårlig dag, travlhed.

»Der er altid mere arbejde, og derfor handler det om at flytte fokus fra det, man ikke har nået, til det, man rent fak-

HVOR OFTE HAR DU EN DÅRLIG DAG PÅ JOBBET?

Hver dag	1%
Flere dage om ugen	5%
En dag om ugen	8%
2-3 dage om måneden	15%
En dag om måneden	21%
Aldrig eller næsten aldrig	50%

KILDE: INTERRESEARCH, 1.204 ADSPURGT

5 TING, DER KAN ØDELÆGGE DIN ARBEJDS DAG

Hvad gjorde din dag på arbejdet dårlig?

1. Travlhed
2. Mangel på anerkendelse
3. For lidt opbakning fra chefen
4. Brok fra kollegaerne
5. Langsom eller ustabil it

KILDE: INTERRESEARCH, 519 ADSPURGT

// Det er okay med en dårlig dag om måneden. Herregud. Men flere dage, så er det kriminelt
Alexander Kjerulf, ekspert i arbejdsliv

Vi har brug for at få ros, så vi selv og andre kan se, at man gør det godt,« siger Alexander Kjerulf.

Han forklarer, at chefen har afgørende betydning for en dårlig dag på arbejdet.

»Det er dræbende for arbejdsglæden, hvis man føler, at ledelsen ikke bakker en op og har tid til en.«

Vi hader ustabile computere

I top fem over, hvad der giver os en dårlig dag på jobbet, finder man ikke mangelfuld løn, bonus, frynsegoder eller lignende.

Til gengæld er vi godt trætte af langsom og problematisk it.

»Vi er magtesløse, når mailen ikke virker og computeren er 20 minutter om at starte op. Derfor bliver vi frustrerede.«

HVORNÅR HAVDE DU SIDST EN DÅRLIG DAG PÅ JOBBET?



For få folk på arbejde

»For 14 dage siden var der en, der var syg. Vi er ikke så mange medarbejdere, så når der er sygdom, har vi ekstra travlt. Det er hårdt, fordi vi skal lave arbejdet for en person mere. Jeg savner, at chefen kunne hjælpe til, når der er ekstra travlt, men det har hun desværre ikke mulighed for. Generelt synes jeg, at der mangler ros og anerkendelse på alle arbejdspladser.«

Catja Valentín, køkkenarbejder hos Frokostpakken



Dårligt vejr og meget trafik

»På et tidspunkt var der meget sne og is på vejene, og man skulle køre meget forsigtigt. Det kræver, at man er 100 procent opmærksom på trafikken og meget, meget koncentreret. Det samme gælder, hvis der er meget trafik eller trafikulykker, og det kan være svært at komme frem. Derfor er det meget vigtigt, at man holder pause, for ellers kan det gå rigtig galt.«

Wadie Ali Dirawi, buschauffør hos Movia



Når der ikke er noget at lave

»For et par måneder siden fik jeg at vide, at dette lager lukkede, og vi skulle flytte arbejdsplads. Det gav en masse usikkerhed om, hvad vi nu skulle. Jeg elsker at have travlt. En dårlig dag for mig er, hvis der ikke er noget at lave, så bliver dagen 16 timer lang. Jeg kan simpelthen ikke være her, hvis der ikke er noget at lave.«

Preben Schjødt, lagermedarbejder hos it-firmaet Zyxel



Chefs støtte er afgørende

»Det var en træls dag, da min forhenværende chef sagde op i slutningen af januar. Jeg havde en rigtig god chef og vidste ikke, hvad der ville ske fremover. Ville den nye chef have de samme faglige egenskaber, og ville jeg arbejde lige så godt med den nye? Den uvished er ødelæggende, for en god chef er meget vigtig.«

Majbritt Fie Nielsen, marketingkoordinator hos jobportalen Ofir.dk



SF OG SF: STRAF TIL KØBERE AF SORT ARBEJDE

Socialdemokraterne og SF støtter en norsk model, hvor købere af sort arbejde skal kunne straffes. De kan kun gå fri, hvis arbejdet er betalt elektronisk via netbank

eller med kreditkort. På den måde efterlader det sorte arbejde nemlig et spor, som senere kan følges, så de ansvarlige kan blive straffet. **LÆS MERE PÅ AVISEN.DK**



BØSSER BLIVER I SKABET

Det er kun hver anden danske homoseksuel, der lader arbejdspladsen vide det. Det viser en ny undersøgelse fra Q-faktor. 30 procent er fuldstændig i skabet eller kun åbne over for de nærmeste

kollegaer. Hos kvinder ligger gennemsnittet omkring 23 procent, mens det for mænd ligger på omkring 33 procent. **LÆS MERE PÅ AVISEN.DK**



KOMMUNALT LIGRØVERI

Der skal spares 1,5 milliarder kroner på administration ifølge den nye kommuneaftale. »Det nærmer sig ligrøveri,« lyder det fra HK/Kommunals formand Bodil Otto. »Kommunerne er i forvejen så

udsultede, at der ikke er noget fedt at skære væk af,« siger hun og pointerer, at konsekvensen bliver dårligere service til borgerne. **LÆS MERE PÅ AVISEN.DK**



MOBNING PÅ ARBEJDE ER BLEVET VÆRRE

Mobning er blevet et større problem på de danske arbejdspladser. Det viser en omfattende rapport fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø. Flere oplever vold, trusler og mobning

på jobbet. Mobningen foregår især inden for hjemmeplejen, blandt pædagoger og pædagogmedhjælpere samt rengøringsassistenter. **LÆS MERE PÅ AVISEN.DK**