

# Tjulahop, vi skal på job: Arbejdsglæden bobler



Arbejdsglæden trives hos danskerne, viser undersøgelse. Gode kolleger og meningsfulde opgaver betyder, at mange er glade for at være på arbejde. (Foto: Colourbox)

# Mange danskerne har det godt på jobbet, viser undersøgelse. Meningsfulde opgaver og fællesskabsfølelse med kolleger skaber glæde, lyder det.

Af **Charlotte Holst**

15. december 2014 04:00

Horror-historier om stress, mobning eller udbændthed tegner et noget skævt billede af danskernes arbejdsliv. For rigtig mange er nemlig glade for deres arbejde.

Hver fjerde oplever arbejdsglæde hver eneste dag, og over halvdelen flere gange ugentligt. Kun en procent siger, at de aldrig oplever arbejdsglæde.

Det viser en undersøgelse, analysebureauet Wilke har lavet for Avisen.dk.

-Det er glædeligt, og det bekræfter andre undersøgelser om trivsel på danske arbejdspladser sammenlignet med andre lande. Der ligger vi i top, og det hænger især sammen med meningsfulde opgaver og gode kolleger, siger Rikke B. Ørum, der er chef for HR & Arbejdsmiljø i Dansk Erhverv.

## Familie-følelse på jobbet

Især kolleger kan sende arbejdsglæden i vejret. De giver tryghed og det Rikke Ørum kalder 'team-familiefølelse,' når man er på job.

- Det, at man også deler noget privat med hinanden, at man passer på hinanden, det giver tillid, tryghed og glæde. Når folk skal stoppe på en arbejdsplads, så peger de også ofte på kollegerne som dem, de kommer til at savne mest, siger Rikke Ørum.

Undersøgelsen viser da også, at søde, glade og engagerede kolleger er noget af det vigtigste for arbejdsglæden - kun overgået af meningsfulde og udfordrende opgaver.

## Rimelig let at smutte

Alexander Kjerulf, der har stiftet arbejdsglaede.nu og holder foredrag om emnet, siger, at danskerne også har en forventning om, at der er glæde forbundet med deres job. For er der ikke det, så er det relativt omkostningsfrit at smutte fra et job - i hvert fald hvis man sammenligner med andre lande.

-Det danske flexicurity-system betyder, at det ikke er så svært at sige op i Danmark, som det er i for eksempel USA, hvor man bare er på den, hvis man siger op. I Danmark får du nogle ugers karantæne og så kan du komme på dagpenge.

Den sikkerhed, der ligger i det danske system, betyder, at vi kan tillade os at være mere kræsne og ikke finder os i et job, vi afskyr.

-I mange andre lande er det ret normalt at hade sit arbejde. Det er sjældent i Danmark, vi går ikke bare på job, hvis vi hader det, siger Alexander Kjerulf.

En anden arbejdsglæde-booster er den afslappede kultur, der hersker på de fleste danske arbejdspladser.

-Vi har den meste demokratiske ledelsesstil i verden. Den er åben og inddragende og involverer medarbejderne. Danske ledere giver sjældent ordre. Der er medbestemmelse og frihed, og det giver i særlig grad arbejdsglæde, siger han.

## **Løn kun vigtigt, hvis man får for lidt**

Undersøgelsen viser også, at danskerne vurderer meningsfulde og udfordrende opgaver og søde, glade og engagerede kolleger som det, der giver dem, den højeste grad af arbejdsglæde. Løn og fed fryns er der kun 3,5 procent, der peger på.

Det handler dog også om, at mange danskere er aflønnet på en måde, der står mål med de opgaver og det ansvar, de har. Derfor behøver de ikke tænke så meget over lønnen.

- Hvis man skulle være direktør i Arla, men blev aflønnet som på McDonald's, så ville man nok ikke være tilfreds. Men når lønnen er afstemt og så at sige ikke et tema, så kan man koncentrere sig om de andre parametre, og der er det oplagt at meningsfulde opgaver og kolleger boner ud, siger Ebbe Lavendt, der er erhvervspsykolog med speciale i positiv psykologi.

## **Mennesker der hopper ovenpå**

Blandt de vigtige kolleger, kan der være nogle, som har en særlig rolle, fordi de med deres energi og personlighed er med til at sende arbejdsglæde-barometeret i vejret, siger både Rikke B. Ørum og Alexander Kjerulf.

-Der er bare mennesker, som er mere grundglade end andre. Folk der har en super energi, er positive og som - ligesom når man slår smut med en sten - hele tiden hopper ovenpå. De er jo inspirerende at være sammen med, siger Rikke Ørum