

Fremtidens arbeidsmiljø

Emosjonelle krav i yrker som jobber med mennesker

[LES MER](#)

Kunnskapsoppsummering

[Les mer](#)



Kvalitativ intervjuundersøkelse

[Les mer](#)



Kvantitativ spørreundersøkelse

[Les mer](#)

Våre yrkesgrupper



SYKEPLEIERE

[LES MER](#)



BARNEHAGELÆRERE

[LES MER](#)



GRUNNSKOLELÆRERE

[LES MER](#)



FYSIOTERAPEUTER

[LES MER](#)



POLITI

[LES MER](#)

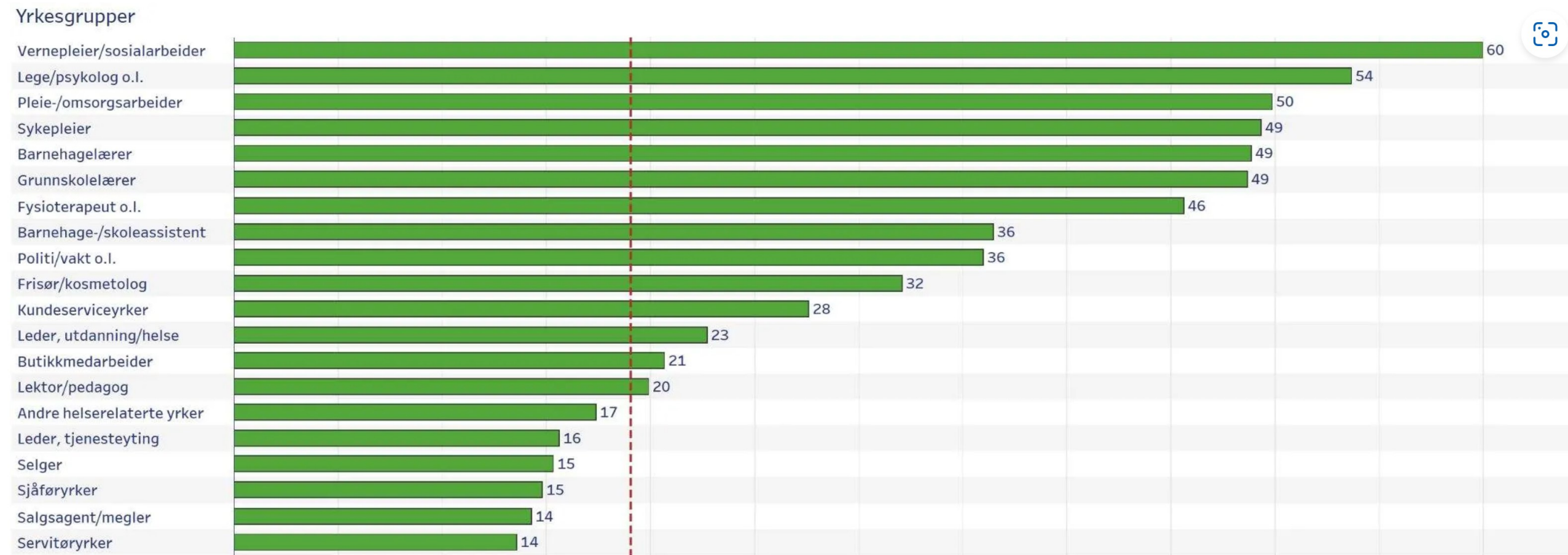


ANNET

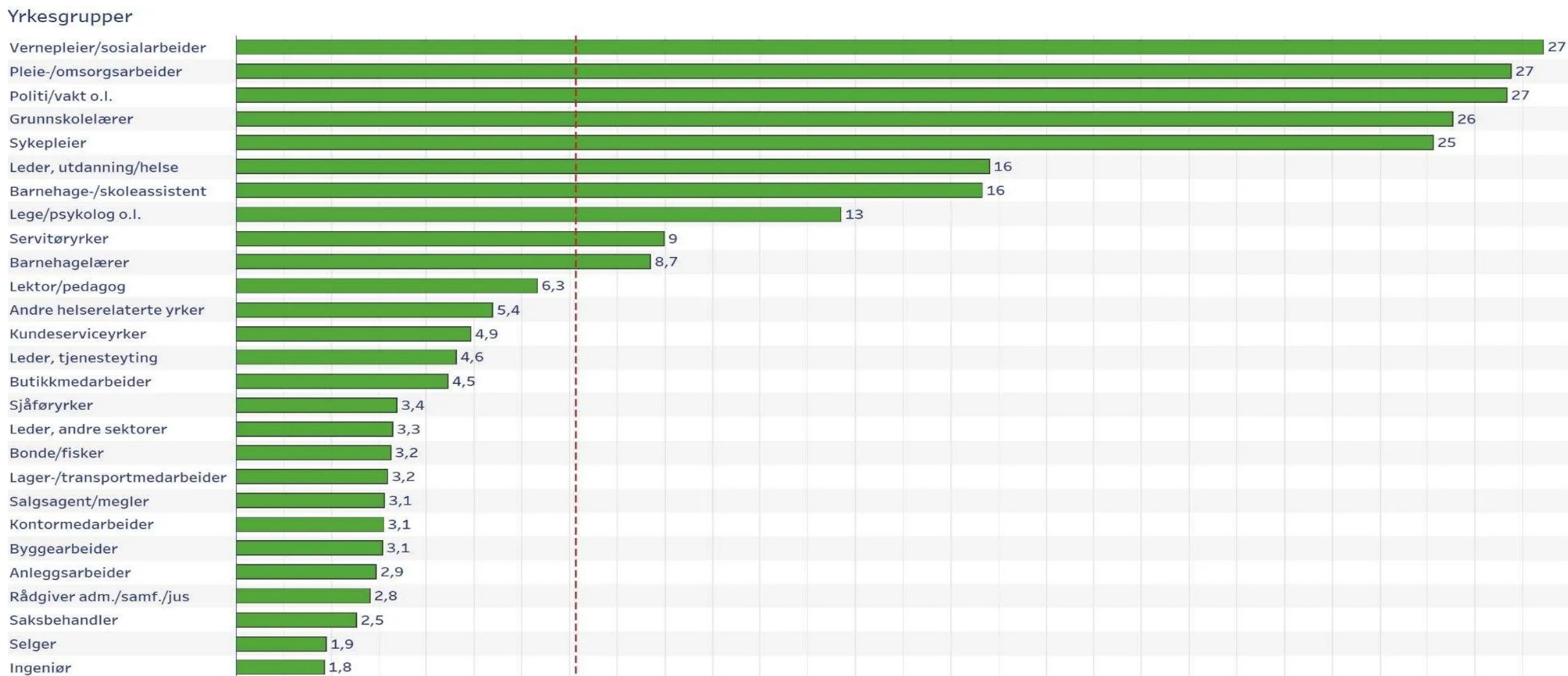
[LES MER](#)

Emosjonelle og relasjonelle krav handler om de aspektene ved jobben som krever følelsesmessig innsats på grunn av samspill og kontakt med andre mennesker.

Tall fra SSB viser at de yrkene som oppgir høyest andel emosjonelle krav i stor grad inngår i Unios medlemsmasse. Her ser vi at sykepleiere, barnehagelærere, grunnskolelærere, fysioterapeuter o.l. og politi oppgir å ha høye emosjonelle krav langt over gjennomsnittet, som er 19 prosent.



Figuren under viser prosentandelen som oppgir at de i løpet av ett år (2019) ble utsatt for vold og/eller trusler på arbeidsplassen. Tallene viser at mange av Unios yrkesgrupper ligger høyt over gjennomsnittet på 7,1 prosent.



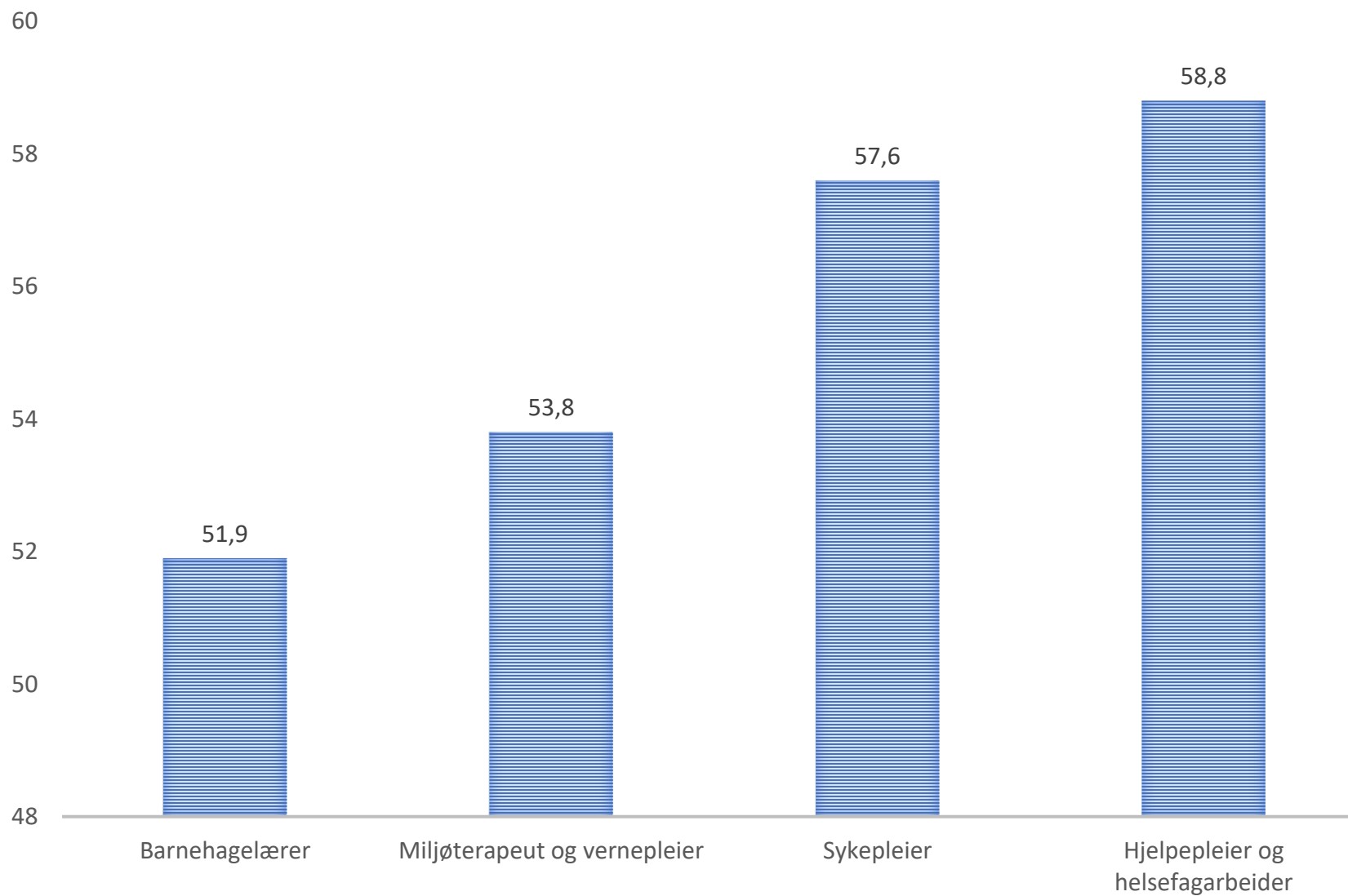
Mind the gap

Selv om det norske arbeidsmiljøet rangeres i verdenstoppen, får stadig flere av oss arbeidsrelaterte plager. Flere bransjer, for eksempel pleie- og omsorgsektoren, har store utfordringer med sykefravær og at ansatte går tidlig ut av arbeidslivet.

Gjennomsnittlig frafallsalder for mange av de relasjonelle yrkene er mellom 51–60 år. Det blir et stort gap opp til alminnelig pensjonsalder.



Tallene viser gjennomsnittlig alder for overgang fra aktiv stilling til hel eller delvis uførepensjon, AFP eller alderspensjon i kommunal sektor. Kilde: KLP



Funn fra undersøkelsen

Undersøkelsen viser at emosjonelle utfordringer i arbeidslivet er et forsømt område som er viet svært lite oppmerksomhet i det systematiske HMS-arbeidet.

De emosjonelle belastningene betraktes ofte som «noe» som er frakoblet arbeidsoppgavene, selv om det emosjonelle aspektet ofte er helt sentralt i selve arbeidet i mange yrker.

I spørreundersøkelsen viser tallene at emosjonelle belastninger fører til sykefravær. I hele utvalget er det 19 prosent som oppgir at de har hatt egenmelding som følge av emosjonelle belastninger i arbeidet i løpet av de siste seks månedene.

Undersøkelsen viser også at det er «svarte hull» i sykefraværstatistikken fordi det fortsatt, til dels, er tabubelagt å si til sykmelder eller arbeidsplassen at årsaken er emosjonell belastning. Emosjonell belastning som årsak kan skjule seg bak en vond rygg eller kne hos ansatte i enkelte yrker.

Funn fra undersøkelsen

Det er høy yrkesstolthet og et stort jobbengasjement blant de som arbeider for og med mennesker. Samtidig oppgir hele 80 prosent i stor eller svært stor grad at det er belastende å kjenne på at en ikke strekker til.

Å hjelpe andre og møte andre folks følelser som del av jobben kan både være givende og utmattende. 74 prosent oppgir i stor eller svært stor grad at det er belastende å konstant være til stede følelsesmessig. Samlet sier 68 % at de ofte eller alltid må håndtere andre personers personlige problem som en del av jobben.

Det er en utbredt holdning blant de ansatte innenfor alle yrkesgruppene at man setter brukere, pasienter, barn og elever foran seg selv. Hele 91 prosent av barnehagelærerne er helt enig i dette.

71 prosent oppgir at det er opp til hver enkelt å sette grenser for hvor følelsesmessig involvert og berørt en blir av arbeidet.

Funn fra undersøkelsen

Kun 5 prosent av utvalget svarer at det i stor eller svært stor grad arbeides med emosjonelle krav og belastninger som en del av det systematiske HMS-arbeidet på deres arbeidsplass. Vernetjenesten er påfallende lite koblet på arbeidet.

Det er svært få ledere som selv tar tak i de emosjonelle utfordringene de ansatte er utsatt for.

Det er mye opp til den enkelte å si ifra om og håndtere krav og belastninger. Mange ansatte føler skyld og skam for ikke å takle belastningene på egenhånd.

Kolleger er den viktigste støtten når belastninger oppstår (70 prosent), etterfulgt av familien/venner (65 prosent). Uformell kontakt med kolleger oppleves som en positiv buffer, selv om svært få har en ordning med kollegaveiledning.

Funn fra undersøkelsen

Emosjonelt belastende arbeid gir en uheldig balanse mellom jobb og fritid ved at jobben påvirker fritiden negativt.

Hele 88% av barnehagelærerne sier at jobben min gjør at jeg har mindre overskudd til aktiviteter hjemme. 58% av politiet i undersøkelsen svarer at belastningen på jobben gjør meg irritabel hjemme.

Nesten ingen svarer at de i stor/svært stor grad er tilstrekkelig forberedt gjennom utdanningen/praksis på de emosjonelle kravene i yrket. Bare 2% av grunnskolelærerne er enig i at de er godt forberedt. Omtrent alle sier at det er behov for mer kunnskap i utdanningen og på arbeidsplassen.

Omtrent 1/3 svarer at det i stor eller svært stor grad eksisterer konflikter eller kollisjoner mellom arbeidsmiljøloven og lovverkene de arbeider etter. Andelen er høyest blant grunnskolelærere (53 prosent) og blant politi (36 prosent), barnehagelærere (34 prosent).

Det er også behov for mer oppmerksomhet og kunnskap om «kollisjoner» mellom ansattes rett til et fullt forsvarlig arbeidsmiljø og andres rettigheter og behov. 57 prosent som mener dette i stor eller svært stor grad, høyest blant grunnskolelærere (73 prosent).

Praktiske råd

1. Øk anerkjennelsen av at det å jobbe med mennesker gir en annen type belastning.
2. Økt bevissthet om bredden av emosjonelle og relasjonelle krav.
3. Øk kunnskapsnivået både i utdanningen og på arbeidsplassen.
4. Mer systematisk kartlegging og håndtering, bruk det lokale partssamarbeidet.
5. Styrk lederstøtten.
6. Bruk møtepunkter i hverdagen.
7. Gi rom og mulighet for kollegastøtte.
8. Bedre balanse mellom jobb og fritid.
9. Bedre sammenheng mellom krav og ressurser.