

AC

Akademikerne



Selvstændiges psykiske arbejdsmiljø

Akademikernes psykiske arbejdsmiljø 2016

Hovedresultater: Delrapport om selvstændige

- 93 pct. af de selvstændige akademikere er tilfredse eller meget tilfredse med deres job, og kun 2 pct. tilkendegiver utilfredshed
- De selvstændige forventer at blive længe på arbejdsmarkedet. To ud af fem planlægger at trække sig tilbage, når de er 67 år eller ældre. Næsten en tredjedel har ikke taget stilling til tilbagetrækningstidspunktet endnu
- 2 af 5 selvstændige akademikere rapporterer, at de arbejder mindre end 40 timer om ugen, og kun hver femte arbejder 50 timer eller derover på ugebasis
- 31 pct. af de selvstændige vurderer deres arbejdsmængde som for stor, mens det samme er gældende for 38 pct. hele gruppen af akademikere
- 97 pct. af de selvstændige med en passende mængde arbejdsopgaver er i høj eller meget høj grad tilfredse med jobbet. Denne andel falder til 87 pct., når arbejdsmængden vurderes at være for stor, og yderligere ned til 71 pct. for selvstændige med en for lav arbejdsmængde
- Selvstændige beskriver oftere sig selv som stressede i hverdagen, jo flere timer de arbejder. Det vigtigste synes dog at være, at mængden af arbejdsopgaver ikke er for stor eller for lille, men passende. Hver femte af de selvstændige med en for stor arbejdsmængde beskriver sig selv som i høj eller meget høj grad stresset
- Sammenlignet med lønmodtagerne beskriver færre selvstændige sig selv som stressede i hverdagen
- Selvstændige ledere har en klart mere positiv vurdering af hhv. det psykiske arbejdsmiljø og stressniveauet på arbejdspladsen, end det er tilfældet for akademikere i den private sektor generelt
- De selvstændige ledere har en klar opfattelse af, at ledelsesopgaven indbefatter at sikre et godt psykisk arbejdsmiljø
- De mener også i stor udstrækning, at de får sat rammerne i form af at kommunikere prioritering og mål for opgaver og arbejdspladsen
- Der er under halvdelen (43 pct.) af de selvstændige ledere, som i høj eller meget høj grad føler sig fagligt klædt på til at sikre et godt arbejdsmiljø blandt deres medarbejdere
- De selvstændige mener ikke i særlig høj grad, at der er fokus på deres eget arbejdsmiljø som leder. En fjerdedel falder i kategorierne lav grad og meget lav grad på dette spørgsmål, og det er under halvdelen der i høj eller meget høj grad mener, at der er fokus på arbejdsmiljøet for dem.

Indhold

Selvstændiges arbejdsmiljø	4
De selvstændige i undersøgelsen.....	4
Jobtilfredshed og stress	6
Selvstændige ledere og arbejdsmiljø.....	11
Selvstændige lederes fokus på arbejdsmiljø	11
De selvstændiges eget arbejdsmiljø	13

Selvstændiges arbejdsmiljø

Delrapporten er en del af Akademikernes undersøgelse af psykisk arbejdsmiljø. I alt har 27.957 medlemmer af de akademiske fagforeninger besvaret spørgeskemaet. Heraf er i alt 2.595 selvstændige og resten lønmodtagere. I denne delrapport er fokus på de 9,3 pct. selvstændige.

De selvstændige i undersøgelsen

Hovedparten af de selvstændige i undersøgelsen er mellem 45 og 59 år. Der er også en stor gruppe på 28 pct., der er 60 år eller derover, hvorimod der næsten ikke er nogen under 30 år. Kønsfordelingen i undersøgelsen er forholdsvis jævn med en lille overvægt af mænd.

Tabel 1

Fordeling på køn og alder					
	Mand Antal	Kvinde Antal	Mand Procent	Kvinde Procent	I alt Procent
Yngre end 30 år	9	6	0	0	1
30 – 44 år	344	185	13	7	20
45 – 59 år	792	533	31	21	51
60 år eller derover	302	424	12	16	28
I alt	1447	1148	56	44	100

Omkring hver fjerde af de selvstændige i undersøgelsen har haft sin nuværende virksomhed i mindre end 5 år, og de kan derfor betragtes som iværksættere.

Tabel 2

Hvor længe har du haft din nuværende virksomhed/praksis?		
	Antal	Procent
Under 1 år	150	6
1-2 år	268	10
3-4 år	216	8
5 år derover	1957	76

Selvstændige uden ansatte udgør en stor del af de selvstændige i undersøgelsen, men hovedparten af respondenterne har ansatte. Kun 7 pct. har mere end 10 ansatte.

Tabel 3

Hvor mange har du i alt ledelsesansvar for?		
	Antal	Procent
0	1103	43
1 - 2	344	13
3 - 5	539	21
6 - 10	436	17
11 - 25	156	6
26 - 50	13	1
51 eller derover	2	0

Omkring to ud af fem selvstændige i undersøgelsen rapporterer, at de arbejder mindre end 40 timer om ugen, og kun hver femte arbejder 50 timer eller derover på ugebasis.

Tabel 4

Hvor mange timer arbejder du om ugen (hovedbeskæftigelse + bibeskæftigelse)		
	Antal	Procent
Under 35 timer	499	19
35-39 timer	493	19
40-44 timer	653	25
45-49 timer	406	16
50 timer eller derover	543	21

De selvstændige forventer at blive længe på arbejdsmarkedet. To ud af fem planlægger at trække sig tilbage, når de er 67 år eller ældre. Næsten en tredjedel har ikke taget stilling til tilbagetrækningstidspunktet endnu.

Tabel 5

Hvornår planlægger du at trække dig tilbage fra arbejdsmarkedet? Jeg planlægger at trække mig tilbage, når jeg er er...		
	Antal	Procent
61 år eller yngre	49	3
62 år	43	2
63 år	46	3
64 år	46	3
65 år	276	16
66 år	54	3
67 år	172	10
68 år eller ældre	510	29
Jeg har ikke besluttet mig	535	31

*Frequency Missing = 864

Jobtilfredshed og stress

Jobtilfredsheden er høj blandt de selvstændige. 93 pct. af respondenterne er tilfredse eller meget tilfredse med deres job, og kun 2 pct. tilkendegiver utilfredshed.

Tabel 6

Hvor tilfreds er du med dit job alt i alt?		
	Antal	Procent
Meget tilfreds	1512	58
Tilfreds	890	34
Hverken tilfreds eller utilfreds	145	6
Utilfreds	42	2
Meget utilfreds	6	0

Tre ud af fem selvstændige oplever en høj eller meget høj grad af balance mellem arbejdsliv og privatliv. 8 pct. oplever en lav grad eller meget lav grad af balance mellem arbejdsliv og privatliv.

Tabel 7

Har du generelt en god balance mellem arbejde og privatliv?		
	Antal	Procent
I meget høj grad	515	20
I høj grad	1040	40
I nogen grad	830	32
I lav grad	181	7
I meget lav grad/slet ikke	29	1

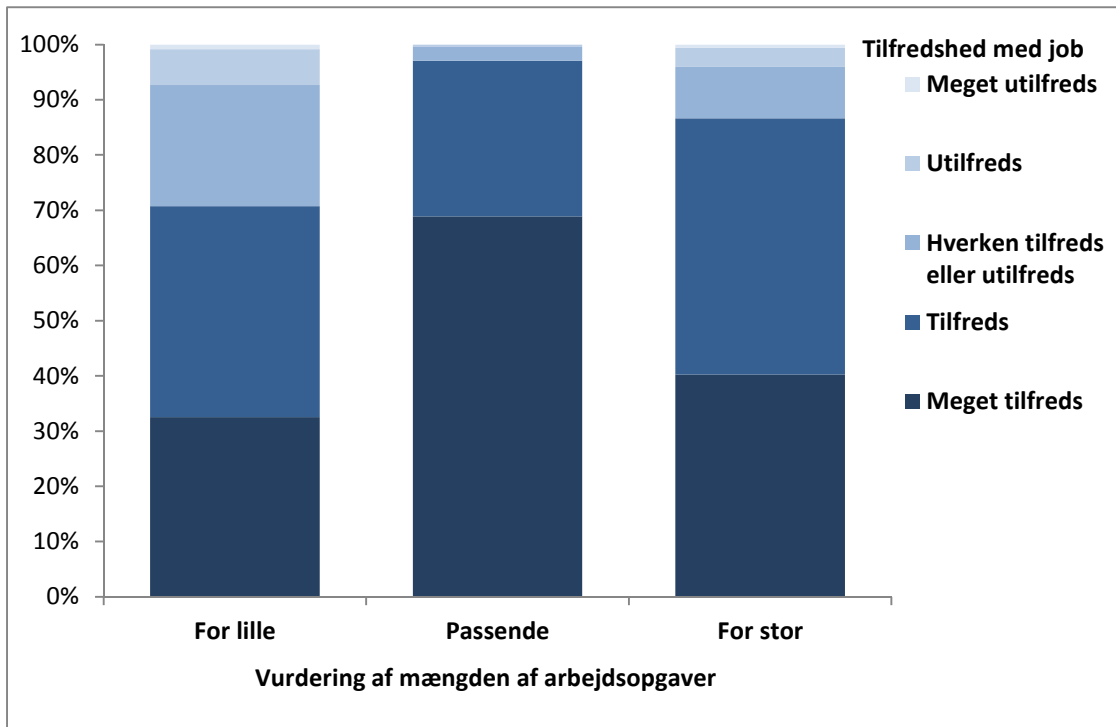
Næsten hver tredje af de selvstændige vurderer dog, at mængden af arbejdsopgaver er for stor. Der er dermed en lavere andel selvstændige, der vurderer at arbejdsomængden er for stor, end tilfældet er for lønmodtagerne.

Tabel 8

	Hvordan vurderer du generelt mængden af dine arbejdsopgaver?	
	Alle akademikere Procent	Selvstændige Procent
For lille	3	5
Passende	59	64
For stor	38	31

Hvis arbejdsomængden ikke er passende, kan det påvirke jobtilfredsheden. 97 pct. af de selvstændige, som vurderer mængden af arbejdsopgaver som passende, har en høj eller meget høj jobtilfredshed. Denne andel falder til 87 pct. for dem, der vurderer mængden af arbejdsopgaver som værende for stor. For selvstændige med en for lille arbejdsomængde er andelen med høj eller meget høj jobtilfredshed nede på 71 pct.

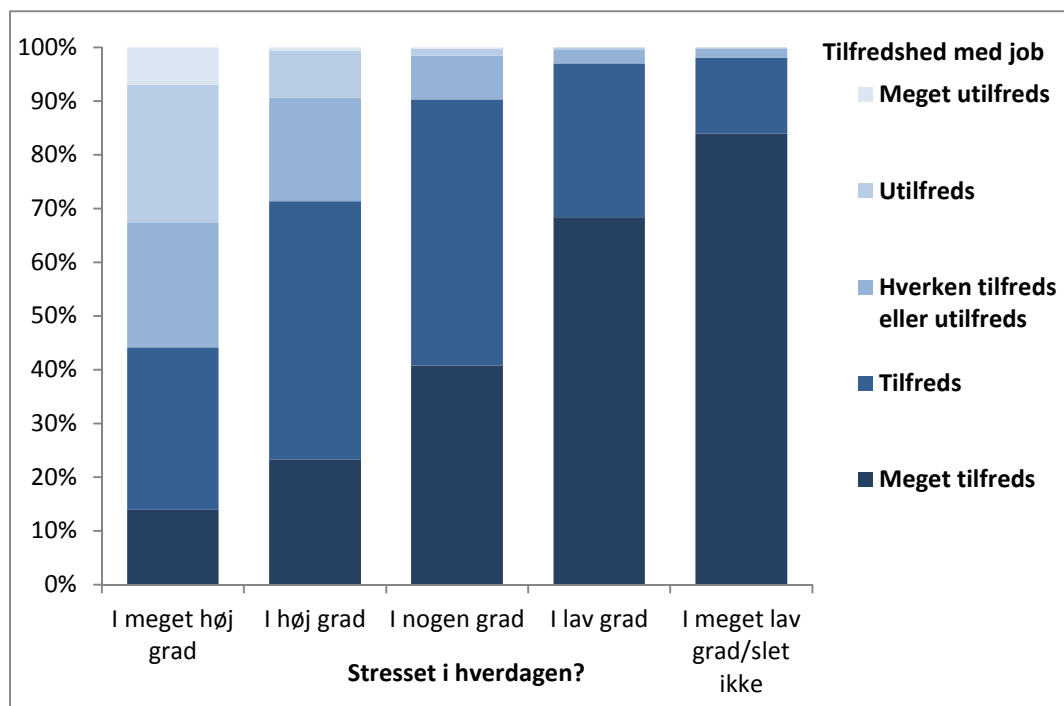
Figur 1:



Som selvstændig påvirker både et for højt og et for lavt arbejdspress således jobtilfredsheden negativt.

Tilfredsheden med jobbet alt i alt er meget højt for personer, der har et lavt niveau af stress i hverdagen. Med et højere niveau af stress følger også en større andel med lav jobtilfredshed.

Figur 2:



Godt 7 pct. af de selvstændige beskriver sig selv som i høj eller meget høj grad stressede i hverdagen. 58 pct. placerer derimod sig selv i kategorierne med lav eller meget lav grad af stress i hverdagen, hvilket er en højere andel end for lønmodtagerne i undersøgelsen.

Tabel 9

Vil du beskrive dig selv som stresset i hverdagen?		
	Lønmodtagere Procent	Selvstændige Procent
I meget høj grad	2	2
I høj grad	8	6
I nogen grad	36	34
I lav grad	40	40
I meget lav grad/slet ikke	14	18

Et lille flertal af de selvstændige, der i nogen, høj eller meget høj grad beskriver sig selv som stresset, peger på arbejde som den vigtigste kilde til stress. 44 pct. angiver både arbejde og privatliv.

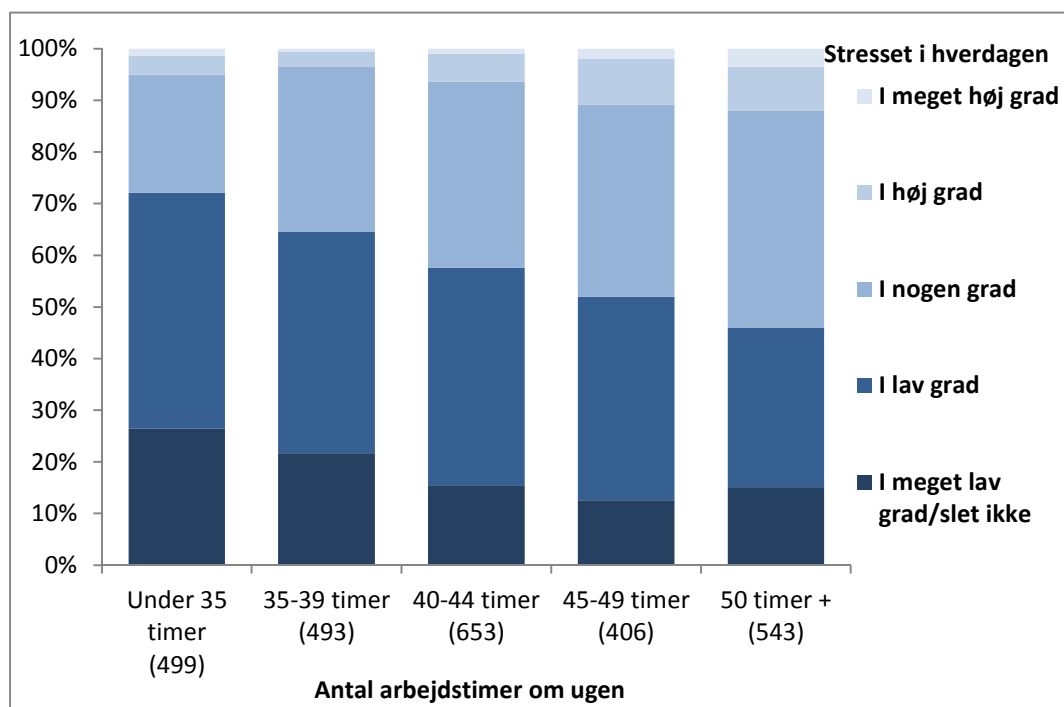
Tabel 10

Hvad er den vigtigste kilde til din stress?			
		Antal	Procent
	Arbejde	561	52
	Privatliv	40	4
	Både arbejde og privatliv	474	44

*Frequency Missing = 1518

Der viser sig en tendens til, at selvstændige oftere beskriver sig selv som stressede i hverdagen, jo flere timer de arbejder.

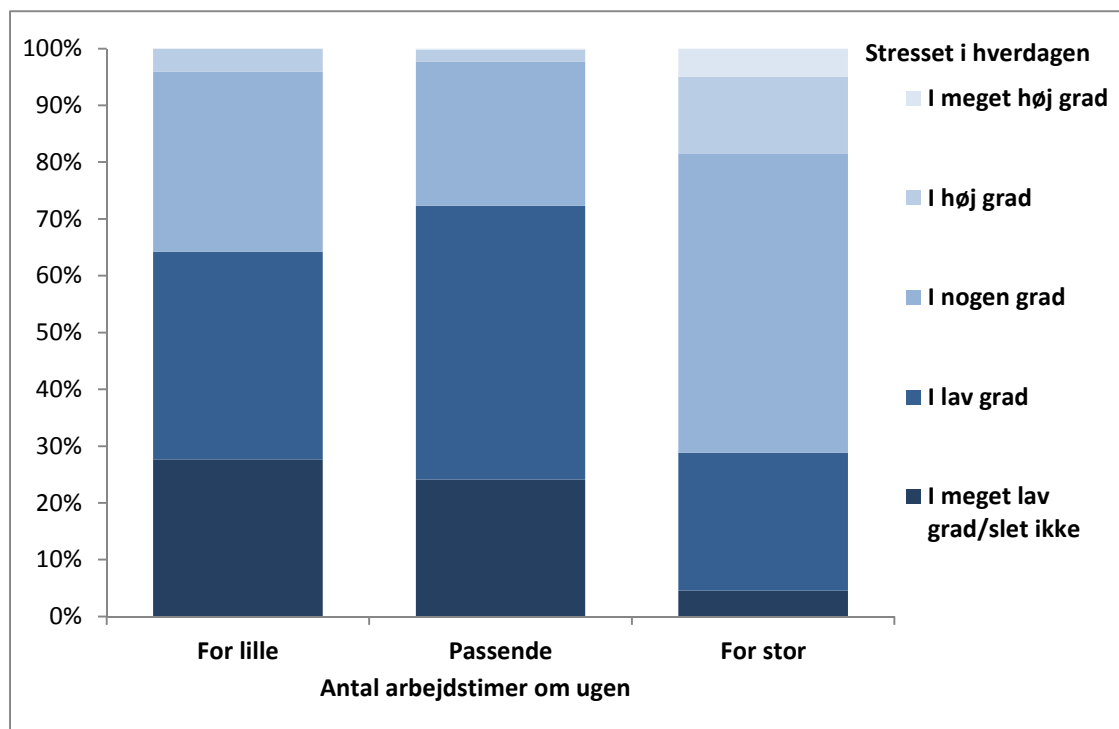
Figur 3:



Der er dog stadig 46 pct. af de selvstændige, der arbejder 50 timer eller mere, som beskriver sig selv som lav eller meget lav grad af stressede i hverdagen. Omvendt er der 1 ud af 20 (5 pct.) af dem, der arbejder under 35 timer, der beskriver sig selv som høj eller meget høj grad stressede. Antallet af arbejdstimer er således ikke nødvendigvis determinerende for det oplevede stressniveau.

Andelen med et lavt eller meget lavt stressniveau i hverdagen er således større for personer med en for lille arbejds mængde, end når arbejds mængden er passende. I gruppen med en for stor mængde arbejdsopgaver er stressniveauet dog markant højere end de andre to grupper.

Figur 4:



Hver femte af de selvstændige med en for stor arbejdsmængde beskriver sig selv som i høj eller meget høj grad stresset.

56 pct. af de selvstændige er inden for det seneste år gået på arbejde, selvom de egentlig var syge. For en tredjedel (35 pct.) er der tale om tre dage eller mere. Og for omkring hver syvende (14 pct.) har det været tilfældet i en uge eller mere.

Tabel 11

Hvor mange arbejdsdage inden for de sidste 12 måneder er du gået på arbejde, selvom du egentlig var syg? - Angiv ca. antal dage

	Antal	Procent
0	1103	44
1-2 dage	542	21
3-6 dage	534	21
1-4 uger	294	12
Mere end 4 uger	55	2

Selvstændige ledere og arbejdsmiljø

Selvstændige lederes fokus på arbejdsmiljø

I det følgende kaster vi lys på de selvstændige akademikere som ledere, og derfor ser vi kun på de selvstændige med ansatte.

Tre ud af fem selvstændige ledere vurderer, at stressniveauet på arbejdspladsen er lavt eller meget lavt. Det er omtrent dobbelt så stor en andel som vurderingen fra akademikerne, der er lønmodtagere i den private sektor.

Tabel 12

Vil du beskrive din arbejdsplads som præget af stress?		
	Lønmodtagere i privat sektor Procent	Selvstændige m. ansatte Procent
I meget høj grad	4	1
I høj grad	15	4
I nogen grad	48	34
I lav grad	27	45
I meget lav grad/slet ikke	5	16

De selvstændige ledere har ligeledes en klart mere positiv opfattelse af det psykiske arbejdsmiljø på arbejdspladsen end den gennemsnitlige akademiker i den private sektor.

Tabel 13

Psykisk arbejdsmiljø - Er der et godt psykisk arbejdsmiljø på din nuværende arbejdsplads?		
	Privat sektor Procent	Selvstændige m. ansatte Procent
I meget høj grad	12	37
I høj grad	43	51
I nogen grad	34	11
I lav grad	9	1
I meget lav grad/slet ikke	3	0

De selvstændige akademikere med ansatte har generelt en opfattelse af, at ledelsesopgaven indbefatter at sikre et godt psykisk arbejdsmiljø. To tredjedele mener i meget høj grad, at det er deres opgave. Til sammenligning angiver en væsentlig lavere andel (54 pct.) af de akademikere, der er ledere (som enten lønmodtagere eller selvstændige), at det i meget høj grad er en vigtig del af deres ledelsesopgave, at sikre et godt psykisk arbejdsmiljø.

Tabel 14

	I hvilken grad mener du, at				
	I meget høj grad	I høj grad	I nogen grad	I lav grad	I meget lav grad/slet ikke
Det er en vigtig del af min ledelsesopgave, at sikre et godt psykisk arbejdsmiljø	65%	32%	3%	0%	0%

De selvstændige ledere mener generelt, at de høj eller meget høj grad hhv. får sat mål for arbejdsopgaver og arbejdsmængde, får klargjort hvordan der skal prioriteres og hvordan medarbejderne bidrager til arbejdspladsens overordnede mål.

Tabel 15

	I hvilken grad mener du, at				
	I meget høj grad	I høj grad	I nogen grad	I lav grad	I meget lav grad/slet ikke
Jeg sætter klare mål for, hvornår mine medarbejders arbejdsopgaver er løst i en tilfredsstillende kvalitet	16%	46%	31%	5%	2%
Jeg sætter klare mål for, hvornår mine medarbejdere har leveret en tilfredsstillende arbejdsmængde	14%	44%	35%	5%	2%
Jeg sørger for at gøre det klart, hvordan mine medarbejdere skal prioritere mellem forskellige arbejdsopgaver, hvis det er nødvendigt	22%	49%	25%	4%	1%
Jeg gør det klart, hvordan mine medarbejdere bidrager til at nå arbejdspladsens overordnede mål	19%	48%	28%	4%	2%

Der er under halvdelen (43 pct.) af de selvstændige ledere, som i høj eller meget høj grad føler sig fagligt klædt på til at sikre et godt arbejdsmiljø blandt sine medarbejdere. Og hver syvende mener, at vedkommende kun i lav eller meget lav grad er klædt fagligt på til opgaven.

Tabel 16

	I hvilken grad mener du, at				
	I meget høj grad	I høj grad	I nogen grad	I lav grad	I meget lav grad/slet ikke
Jeg er fagligt godt klædt på til at sikre et godt psykisk arbejdsmiljø blandt mine medarbejdere	13%	30%	44%	11%	3%
Det er en større udfordring, at håndtere problemer med det psykiske arbejdsmiljø fremfor problemer med det fysiske arbejdsmiljø	22%	30%	33%	8%	7%

Over halvdelen vurderer, at det i høj eller meget høj grad er en større udfordring at håndtere problemer med det psykiske arbejdsmiljø frem for det fysiske.

De selvstændiges eget arbejdsmiljø

En stor del (70 pct.) af de selvstændige mener, at deres handlemuligheder som leder i høj eller meget høj grad er klart defineret. Blandt de selvstændige, der selv har en leder, mener ca. en femtedel, at vedkommende i lav eller meget lav grad får tilstrækkelig støtte til ledelsesopgaverne, mens tre ud af fem mener, at det er tilfældet i høj eller meget høj grad.

Tabel 17

	I hvilken grad mener du, at				
	I meget høj grad	I høj grad	I nogen grad	I lav grad	I meget lav grad/slet ikke
På min arbejdsplads er der fokus på mit psykiske arbejdsmiljø som leder	14%	31%	32%	15%	9%
Jeg får tilstrækkelig støtte og hjælp til mine ledelsesopgaver fra min nærmeste leder *	24%	36%	22%	8%	11%
Mine handlemuligheder som leder (mit ledelsesrum) er klart defineret	35%	35%	21%	6%	3%

*Frequency Missing = 547

De selvstændige mener ikke i særlig høj grad, at der er fokus på deres eget arbejdsmiljø som leder. En fjerdedel falder i kategorierne lav grad og meget lav grad på dette spørgsmål, og det er under halvdelen der i høj eller meget høj grad mener, at der er fokus på arbejdsmiljøet for dem.