



## Stress og tabu

4 ud af 10 af FOAs stressramte medlemmer, oplever det som skamfuldt at være ramt af stress. Det viser en undersøgelse, som FOA gennemførte i juni 2018 blandt 4.444 medlemmer. Undersøgelsen viser også, at 4 ud af 10 er tilbageholdende med at fortælle deres leder, at de er ramt af stress.

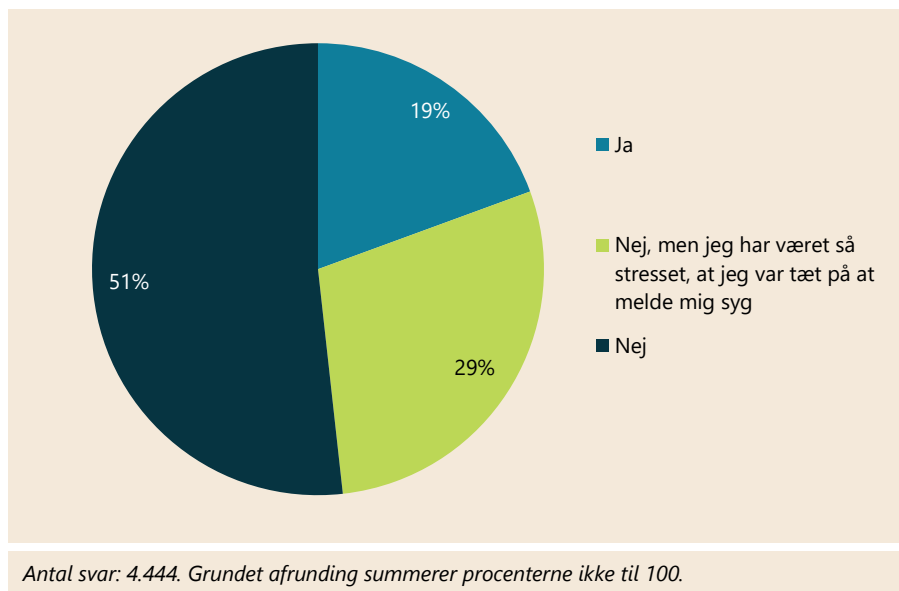
### Hovedkonklusioner:

- **Hver femte har været sygemeldt grundet stress:** 19 procent af FOAs medlemmer har inden for de sidste to år været sygemeldt som følge af stress. Dertil kommer 29 procent, som har været så stressede, at de var tæt på at sygemelde sig.
- **Arbejde er den primære kilde til stress:** I alt 98 procent svarer, at deres stresssymptomer var arbejdsrelaterede. For to ud af tre skyldtes det udelukkende forhold på arbejdet, mens det for hver tredje var forhold i både arbejdsliv og privatliv, der gav symptomer på stress.
- **Halvdelen af de stresssygemeldte oplever skam:** 47 procent af de medlemmer, som har været sygemeldt som følge af stress, oplevede sygemeldingen som skamfuld. Blandt stressramte medlemmer, som ikke har været sygemeldt, gælder det 36 procent.
- **Stresssygemeldte frygter at blive betragtet som dårlige til deres arbejde:** Dette gjorde sig gældende for 58 procent af de stressramte medlemmer, da de blev sygemeldt med stress. Blandt dem, der var sygemeldt i 4 måneder eller længere, frygtede 2 ud af 3 (66 %) at blive betragtet som dårlige til deres arbejde.
- **Frygter en fyreseddel:** 6 ud af 10 (58 %) af de sygemeldte stressramte frygtede at blive fyret, da de blev ramt af stress. Blandt de stressramte, som ikke meldte sig syge, var dette tilfældet for 40 procent. 3 ud af 4 (74 %) af de af FOAs medlemmer, som har været sygemeldt i 4 måneder eller mere, har frygtet at blive fyret.
- **Flest taler med venner og familie om deres stresssymptomer:** Kun cirka tre ud af ti gik til deres leder. Derudover har hver femte stresssygemeldte svaret, at de ikke har talt med nogen om deres stress.
- **Mere end hver tredje er usikker på, hvordan de skal tale med kolleger om deres stresssygemelding:** I forlængelse heraf svarer 7 ud af 10 af de stresssygemeldte, at der ikke bliver talt åbent om stress på deres arbejdsplads.

### Hver femte har været sygemeldt som følge af stress

Figur 1 viser, at hver femte (19 %) af de adspurgte FOA-medlemmer inden for de seneste to år har været sygemeldt grundet stress. Dertil svarer 29 procent, at de har været så stressede, at de var tæt på at melde sig syge. Halvdelen (51 %) svarer, at de hverken har været sygemeldte på grund af stress, eller har været tæt på det. 1 procent svarer "Ved ikke".

**Figur 1. Tænk på de seneste to år. Har du i den periode været sygemeldt som følge af stress (eller hvor stress var en væsentlig årsag)?**



I de følgende figurer i dette notat, omtales de deltagere, som har svaret "Ja" til ovenstående spørgsmål som "Sygemeldte stressramte". De der har været tæt på at sygemelde sig, omtales som "Stressramte uden sygemelding", og de deltagere, der har svaret "Nej", omtales som "Ikke-stressramte".

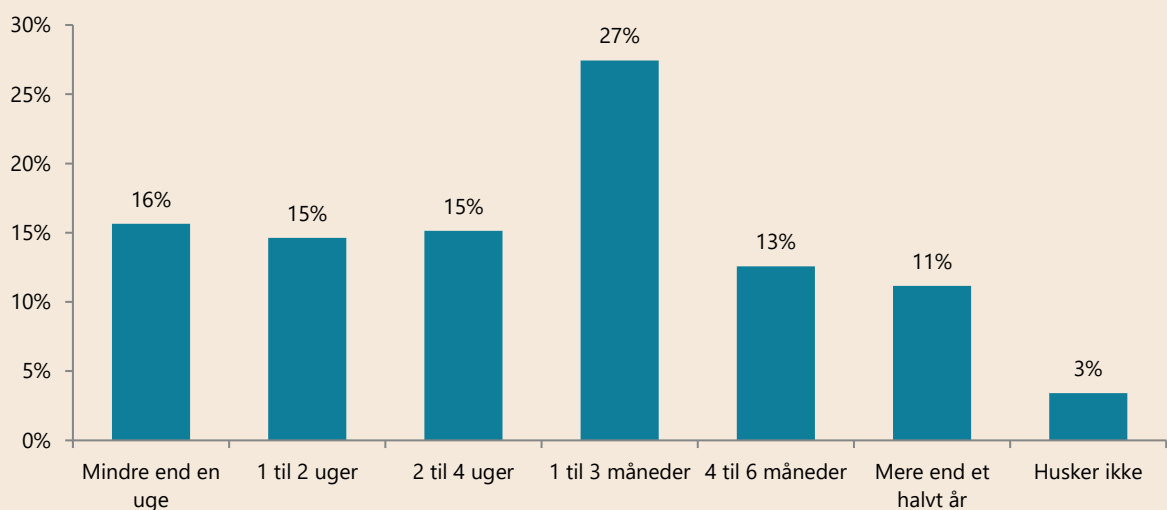
### Halvdelen er sygemeldte i mere end en måned

De medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år har været sygemeldt som følge af stress, er blevet bedt om at angive varigheden af deres sygemelding. Disse resultater fremgår af Figur 2 nedenfor. I tilfælde af deltidssygemelding eller sygemeldinger af flere omgange, er deltagerne blevet bedt om at angive det samlede antal sygedage.

Flest stressramte har været sygemeldte i 1 til 3 måneder (27 %). Der er ikke forskel på, om de stressramte har været sygemeldt i mindre end en uge (16 %), 1 til 2 uger (15 %), 2 til 4 uger (15 %), 4 til 6 måneder (13 %) eller mere end et halvt år (11 %).

Samlet set svarer halvdelen (51 %), at deres sygemelding havde en varighed på 1 måned eller mere.

**Figur 2. Hvor lang tid var du sygemeldt? – Hvis du var deltidssygemeldt, så tæl også denne periode med. Har du været sygemeldt i flere omgange, så tænk på det samlede antal sygedage.**



Antal svar: 756.

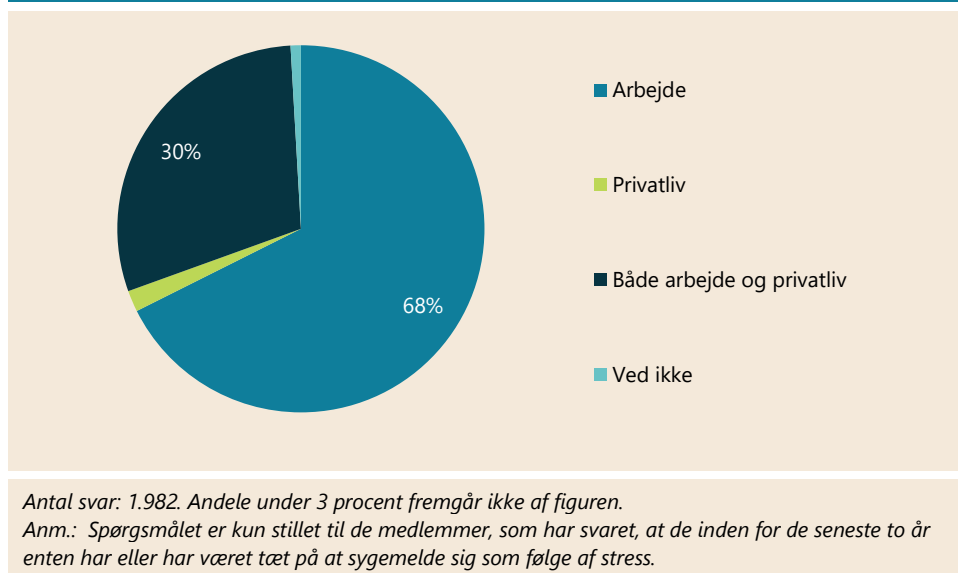
Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har været sygemeldt som følge af stress.

### Årsager til stress

I Figur 3 herunder ses de faktorer, som FOAs stressramte medlemmer anser som værende de vigtigste kilder til deres stress. Her svarer to ud af tre (68 %) "Arbejde". Det er flere sammenlignet med andelen der svarer, at deres privatliv er den primære kilde til deres stress (2 %).

For 30 procent gør det sig gældende, at både arbejde og privatliv har været en medvirkende faktor til deres stresssymptomer. Blot 1 procent svarer "Ved ikke".

**Figur 3. Hvad var den vigtigste kilde til din stress?**



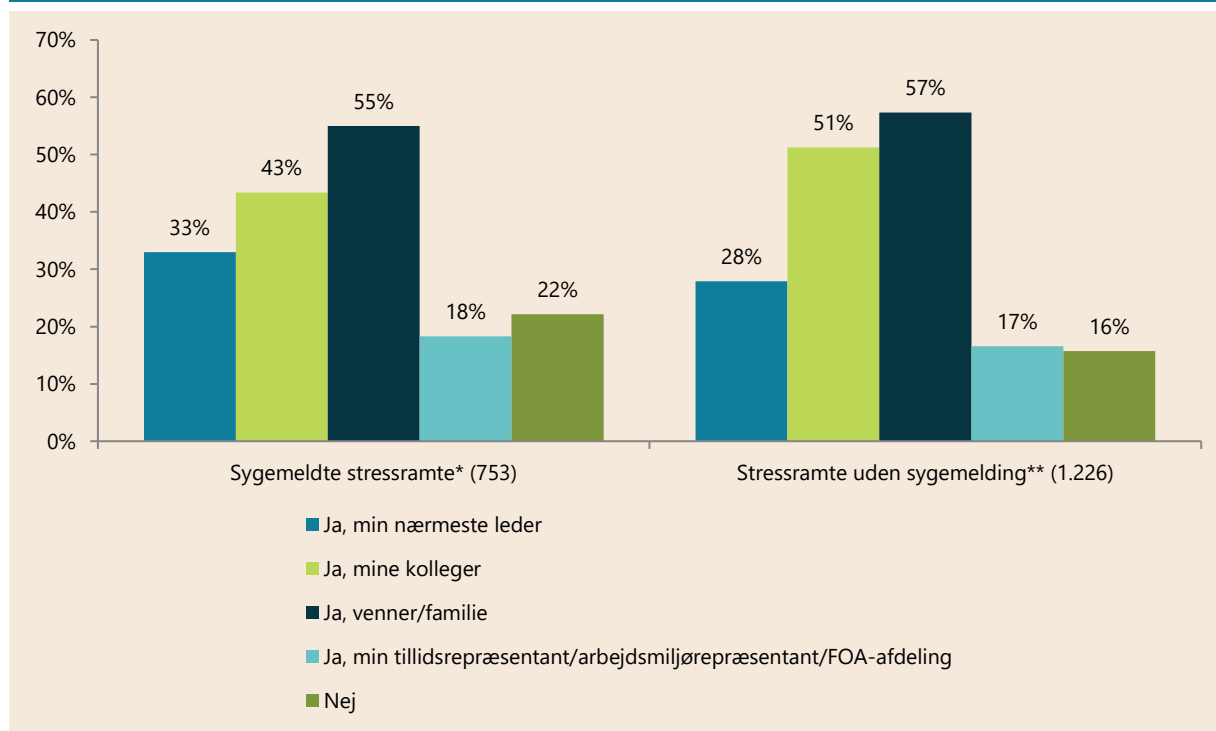
Det er desuden undersøgt, om der er forskel på årsagerne til stress afhængigt af, om de stressramte har været sygemeldte eller ej. Analysen viste dog ingen forskel (ikke vist i figur).

### Hver femte stresssygemeldte taler ikke med andre om deres symptomer

Blandt dem, der har været sygemeldt med stress inden for de seneste to år, har lidt over halvdelen (55 %) talt med venner eller familie i perioden op til, at de meldte sig syge (se Figur 4). Det er flere, end der har talt med deres kolleger (43 %) eller deres nærmeste leder (33 %).

Herudover svarer cirka hver femte (18 %), at de talte med deres tillidsrepræsentant, arbejdsmiljørepræsentant eller FOA-afdeling om deres stresssymptomer forud for deres sygemelding. 22 procent af de deltagere, som har været sygemeldt med stress, har svaret "Nej" til spørgsmålet og har således ikke talt med nogen af ovenstående om deres stresssymptomer i perioden op til, at de meldte sig syge.

**Figur 4. Tænk på perioden op til, at du meldte dig syg. Talte du med nogle af følgende om dine stresssymptomer i denne periode?\*/Talte du med nogle af følgende om dine stresssymptomer?\***



Antal svar fremgår af parenteserne. Deltagerne havde mulighed for at sætte flere kryds, hvorfor procenterne ikke summerer til 100. Svarmuligheden "Ved ikke" fremgår ikke af tabellen grundet få besvarelser: 1 procent af de sygemeldte stressramte og 0 procent af de stressramte uden sygemelding anvendte denne svarkategori.

Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af stress.

Blandt dem, der har været tæt på at sygemelde sig på grund af stress, svarer 28 procent, at de talte med deres nærmeste leder om deres stresssymptomer. Flere, nemlig halvdelen (51 %) har talt med



deres kolleger om deres stresssymptomer. Ligesom det gjorde sig gældende i gruppen af sygemeldte stressramte, har flest talt med deres venner og familie (57 %).

Desuden har 17 procent svaret "Ja, min tillidsrepræsentant/arbejds miljørepræsentant/FOA-afdeling", mens 16 procent har svaret, at de ikke har talt med nogen af ovenstående.

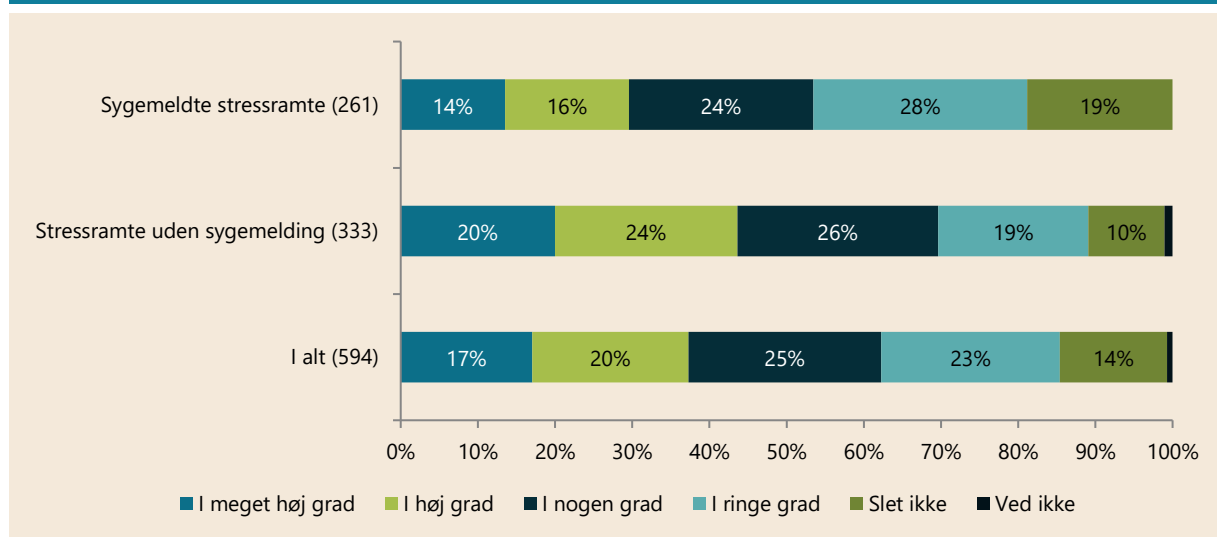
### Fire ud af ti har oplevet, at deres leder handlede utilfredsstillende på deres stresssymptomer

De personer som har svaret, at de har drøftet deres stresssymptomer med deres leder, er blevet spurgt ind til, i hvilken grad de oplevede, at lederen handlede på deres bekymringer om symptomerne. Fordelingen af disse svar ses i Figur 5 herunder.

Samlet set mener 17 procent, at deres leder i meget høj grad har handlet på deres bekymringer om stress eller symptomer herpå. En femtedel (20 %) har svaret "I høj grad", mens en fjerdedel (25 %) har svaret "I nogen grad". Slutteligt har 23 procent af dem, der har talt med deres leder, svaret, at deres leder i ringe grad har handlet på deres bekymringer, mens 14 procent har svaret "Slet ikke".

Af figuren fremgår fordelingen af svar for henholdsvis sygemeldte og ikke sygemeldte stressramte ligeledes. Bemærk at der ikke er statistisk forskel på andelen af svar på tværs af de to grupper. Det kan således ikke konkluderes, at sygemeldte stressramte i højere eller lavere grad end ikke-sygemeldte oplever, at deres leder handler utilfredsstillende på deres bekymringer om stress eller stresssymptomer.

**Figur 5. Du har svaret, at du talte med din leder om dine symptomer. I hvilken grad oplevede du, at din leder handlede på din bekymring om stress/dine symptomer?**



Antal svar fremgår af parenteser. Grundet afrunding summerer procenterne ikke til 100. Andele under 3 procent fremgår ikke af figuren.

Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af stress og som derudover har svaret, at de har talt med deres leder om deres stresssymptomer.

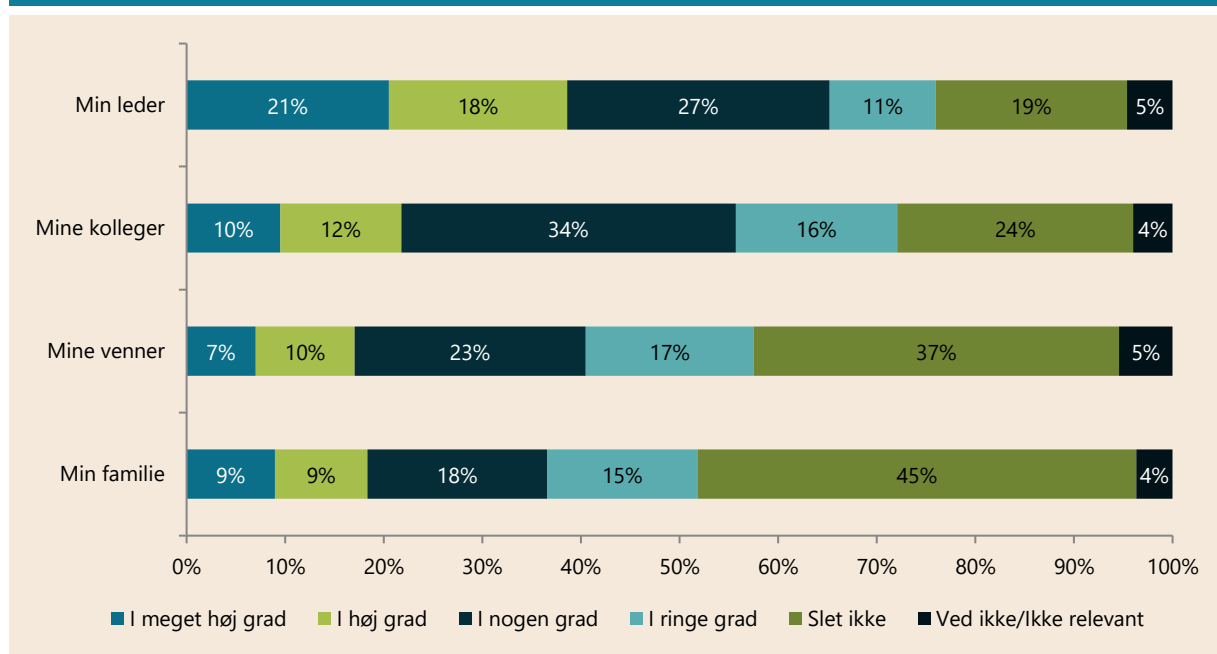
### Fire ud af ti er tilbageholdende med at fortælle deres leder, at de er stressede

Stressramte medlemmer der enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af deres stresssymptomer, er blevet spurgt, i hvilken grad de var tilbageholdende med at fortælle en række personer om deres stress. I Figur 6 herunder er spørgsmålet opdelt på henholdsvis leder, kolleger, venner og familie.

Sammenlagt har cirka 4 ud af 10 (39 %) svaret, at de i enten høj eller meget høj grad var tilbageholdende med at fortælle deres leder om deres stresssymptomer. Det er flere sammenlignet med andelen, der har svaret, at de var tilbageholdende med at tale med deres kolleger (22 %), venner (17 %) og familie (18 %).

Ligeledes er der flere stressramte, som svarer, at de slet ikke er tilbageholdende med at tale med deres familie om deres symptomer (43 %) sammenlignet med både venner (37 %), kolleger (24 %) og leder (19 %). Således er de stressramte mere tilbøjelige til at indvie deres sociale relationer i deres stresssymptomer end deres professionelle relationer på arbejdspladsen.

**Figur 6. I hvilken grad var du tilbageholdende med at fortælle over for følgende, at du var ramt af stress?**



Antal svar: 1.967. Grundet afrunding summerer procenterne ikke til 100.

Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af stress.

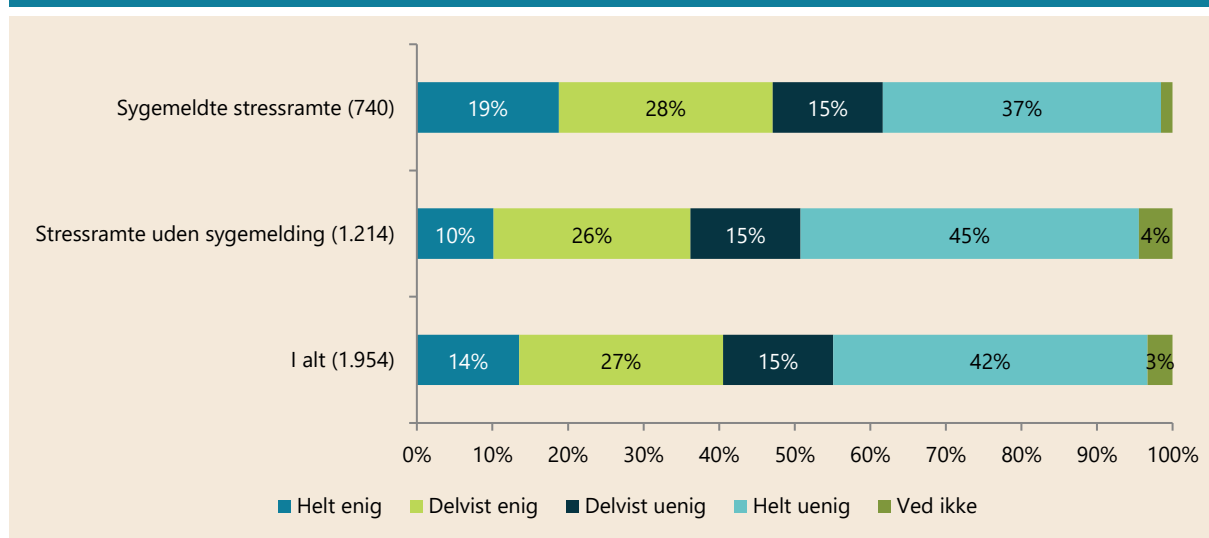


### Stressygemeldte oplever det som skamfuldt at være sygemeldt

På udsagnet om hvorvidt det opleves som skamfuldt at være blevet ramt af stress, erklærer 41 procent sig helt eller delvist enige (se Figur 7). I modsætning forholder 57 procent sig uenige i udsagnet, og oplevede det således ikke som skamfuldt at være blevet ramt af stress.

Opdeles udsagnet på henholdsvis stressramte sygemeldte og ikke-sygemeldte, ses der en forskel i svarerne. Blandt de sygemeldte medlemmer har cirka halvdelen (47 %) oplevet deres stress som værende skamfuldt. Det er flere sammenlignet med stressramte medlemmer, som ikke har været sygemeldte (36 %). Skam som følge af stress fylder dermed mere hos de medlemmer, som sygemelder sig.

**Figur 7. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? - Jeg oplevede det som skamfuldt at være blevet ramt af stress.**

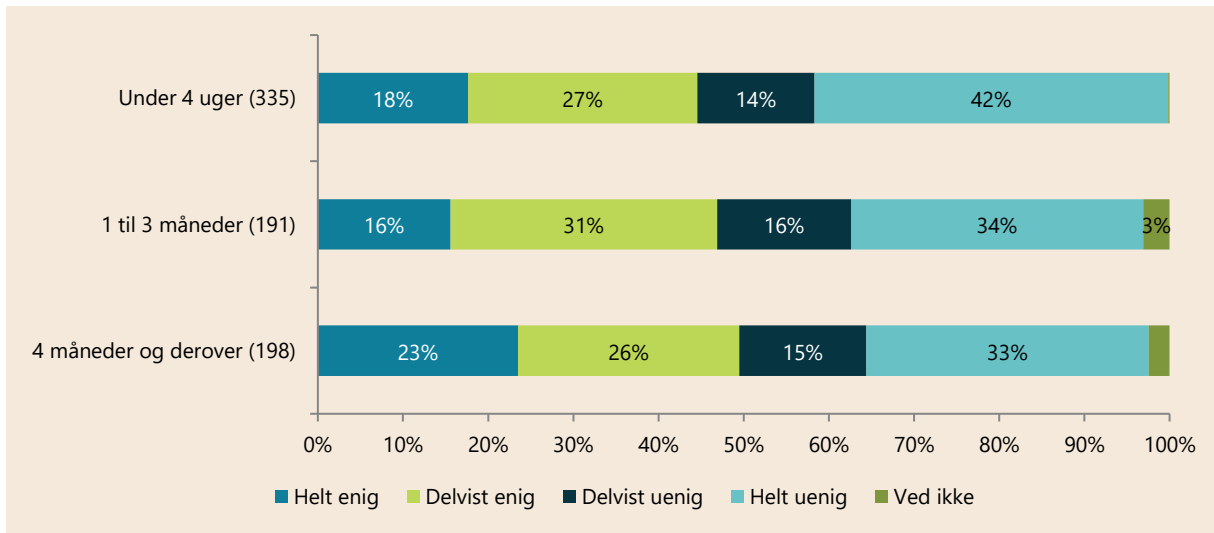


Antal svar fremgår af figuren. Andele under 3 procent fremgår ikke af figuren.

Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af stress.

I Figur 8 på næste side er spørgsmålet om oplevelsen af skam grundet stress opdelt på, hvor lang tid de stressramte har været sygemeldt. Blandt de deltagere, der har været sygemeldt i fire måneder eller længere, har 23 procent svaret "Helt enig" til udsagnet, mens 26 procent har svaret "Delvist enig". Der er ikke fundet nogle forskelle i oplevelsen af skam som følge af stress, når man sammenligner på tværs af de tre varighedsperioder. Dermed kan det ikke konkluderes, at medlemmer oplever mere skam jo længere de har været sygemeldte.

**Figur 8. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – Jeg oplevede det som skamfuldt at være blevet ramt af stress. Fordelt på varighed af sygdomsperiode.**



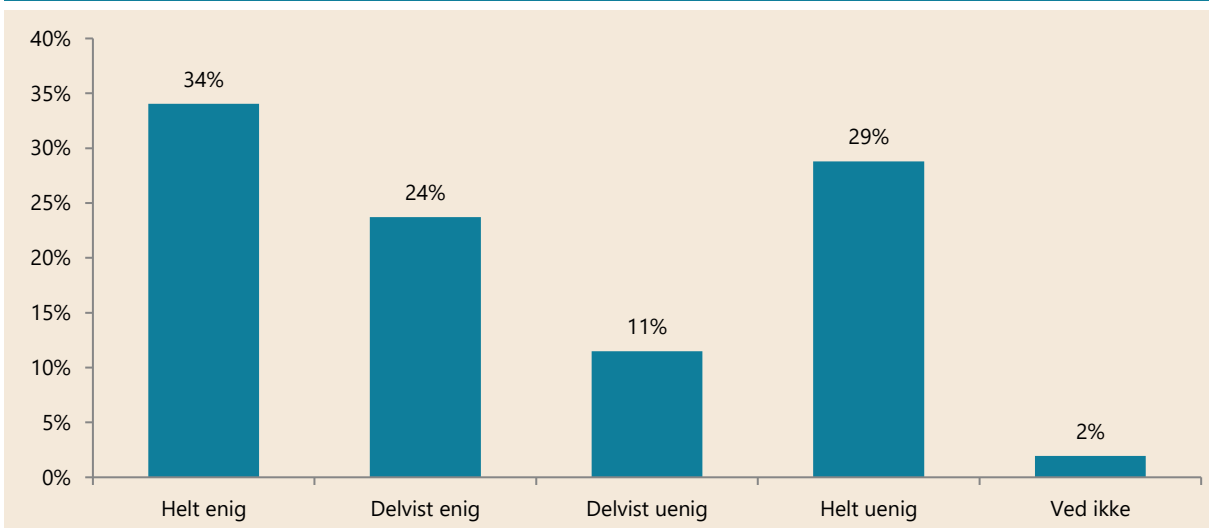
Antal svar: 740. Andele under 3 procent fremgår ikke af figuren. Grundet afrunding summerer procenterne ikke til 100.  
Anm.: Tallene omhandler de deltagere, som har svaret, at de inden for de seneste to år har været sygemeldt som følge af stress.

### 6 ud af 10 sygemeldte stressramte frygter at blive betragtet som dårlig til deres arbejde

De deltagere, som har været sygemeldt på grund af stress, er blevet spurgt, om de frygtede at blive betragtet som dårlig til deres arbejde, da de blev sygemeldt. Fordelingen af svarerne ses i Figur 9 nedenfor.

Sammenlagt svarer et flertal (58 %), at de er enten helt eller delvist enige i udsagnet. 40 procent frygtede derimod ikke at blive betragtet som dårlige til deres arbejde, da de blev sygemeldt med stress.

**Figur 9. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? - Jeg frygtede at blive betragtet som dårlig til mit arbejde, da jeg blev sygemeldt med stress.**



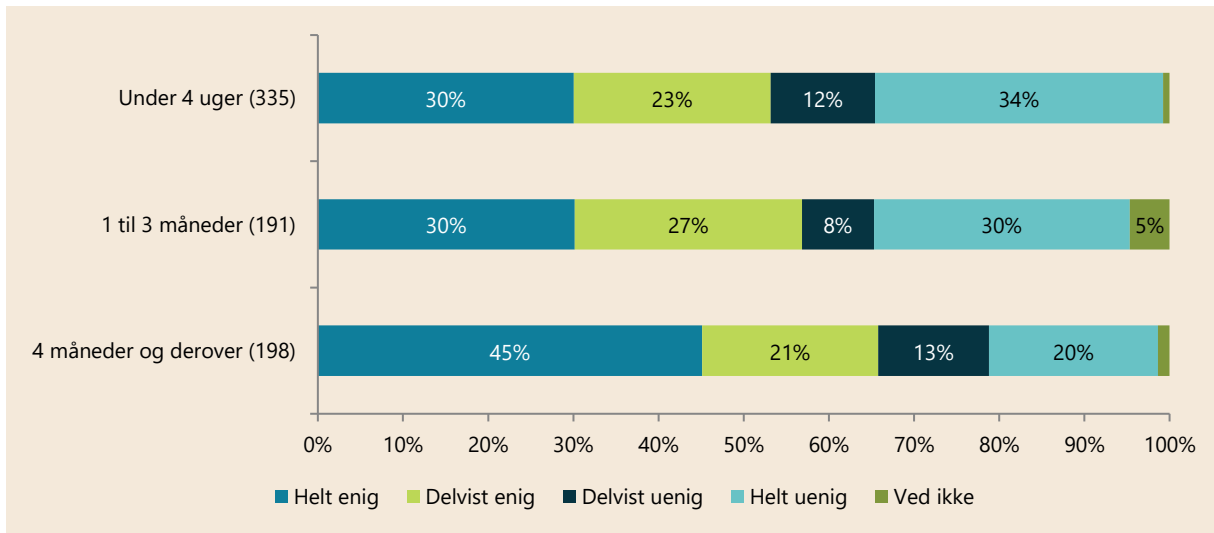
Antal svar: 740.

Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år har været sygemeldt som følge af stress.

Opdeles ovenstående udsagn på varighed af stresssygemeldingen ses der er forskel på tværs af grupperne (se Figur 10 på næste side). Sammenlignet med de deltagere, som har været sygemeldt i maksimum tre måneder, har flere af dem, der har været sygemeldt i minimum fire måneder svaret "Helt enig" til, at de frygtede at blive betragtet som dårlige til deres arbejde, da de blev sygemeldt med stress.

Lidt under halvdelen (45 %) af de stressramte, som har været sygemeldt i fire måneder eller derover har frygtet dette. Dette gør sig gældende for 30 procent af dem, der har været sygemeldt i under fire uger eller i en til tre måneder.

**Figur 10. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? - Jeg frygtede at blive betragtet som dårlig til mit arbejde, da jeg blev sygemeldt med stress. Fordelt på varighed af sygemelding.**



Antal svar: 740. Andele under 3 procent fremgår ikke af figuren.

Anm.: Tallene omhandler de deltagere, som har svaret, at de inden for de seneste to år har været sygemeldt som følge af stress.

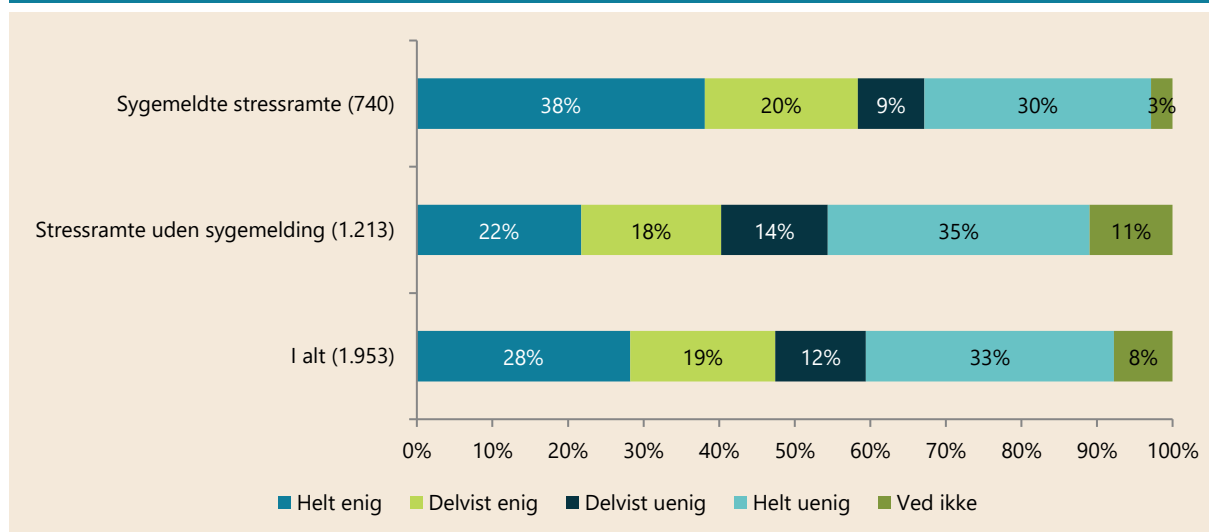
### Knap hver anden stressramte frygter fyreseddel

Samlet set har 47 procent af de stressramte deltagere i undersøgelsen tilkendegivet, at de var bange for at blive fyret, da de blev ramt af stress. Det fremgår af Figur 11. Heraf har 28 procent svaret "Helt enig", mens 19 procent har svaret "Delvist enig".

Opdeles udsagnet på, hvorvidt deltagerne har været sygemeldt eller ej, ses det, at frygten for at modtage en fyreseddel særligt er tilstede blandt dem, der har været sygemeldte. Således har sammenlagt 58 procent svaret, at de er helt eller delvist enige. Det er flere sammenlignet med de stressramte, som ikke har været sygemeldte (40 %).

Derudover er det ligeledes værd at bemærke, at en større andel sygemeldte, har svaret "Helt enig" (38 %), sammenlignet med de ikke-sygemeldte (22 %).

**Figur 11. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? - Jeg var bange for at blive fyret, da jeg blev ramt af stress.**

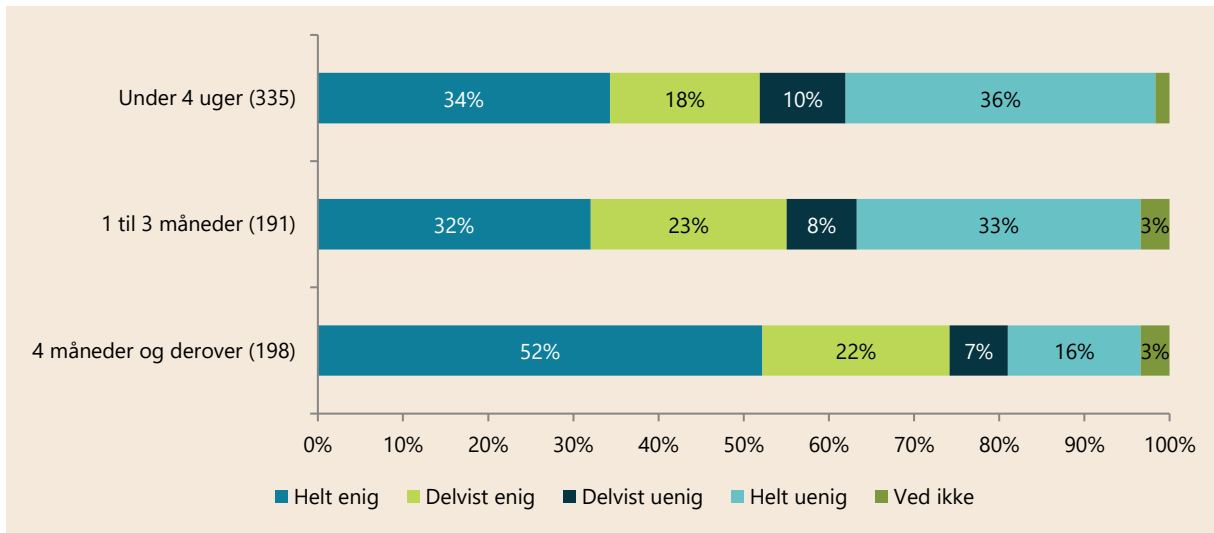


Antal svar fremgår af parenteserne.

Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af stress.

I Figur 12 på næste side er ovenstående spørgsmål opdelt på varighed af sygemeldingen. Her ses en tydelig forskel på andelen af deltagere, der erklærer sig enige i udsagnet afhængigt af, hvor lang tid de har været sygemeldte. Som det fremgår af figuren, er en større andel af dem, der har været sygemeldt i minimum fire måneder (74 %) enige i udsagnet sammenlignet med dem, der har været sygemeldt under fire uger (52 %) og en til tre måneder (55 %).

**Figur 12. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? - Jeg var bange for at blive fyret, da jeg blev ramt af stress. Fordelt på varighed af sygdomsperiode.**



Antal svar: 740. Andele under 3 procent fremgår ikke af figuren.

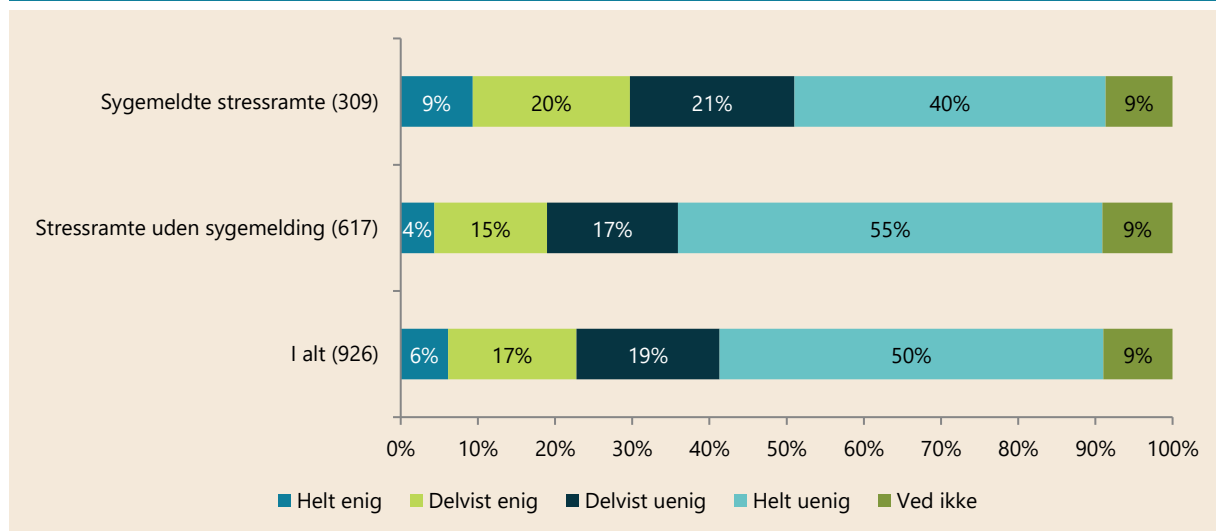
Anm.: Tallene omhandler de deltagere, som har svaret, at de inden for de seneste to år har været sygemeldt som følge af stress.

### Hver fjerde stressramte oplever, at kollegerne undgår at tale om stress

I alt hver fjerde (23 %) stressramte har oplevet, at deres kolleger helst ville undgå at tale om, at de var ramt af stress. Heraf har 6 procent svaret "Helt enig", mens 17 procent har svaret "Delvist enig". Det ses i Figur 13 herunder.

Af figuren fremgår det ligeledes, at cirka 3 ud af 10 (29 %) stresssygemeldte har haft denne oplevelse. Det er flere sammenlignet med de stressramte, som ikke har været sygemeldte (19 %).

**Figur 13. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – Jeg oplevede, at mine kolleger helst ville undgå at tale om, at jeg var ramt af stress.**



Antal svar fremgår af parenteserne. Grundet afrundinger summerer procenterne ikke til 100.

Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af stress og som desuden har svaret, at de har talt med deres kolleger om deres stresssymptomer.

Fordelt på varigheden af sygemelding har 34 procent af de deltagere, der har været sygemeldte i en til tre måneder svaret enten helt eller delvist enig (ikke vist i figur). Det samme gør sig gældende for 29 procent af dem, der har været sygemeldt i under fire uger, og for 26 procent af de deltagere, der har været sygemeldt i fire måneder eller længere.

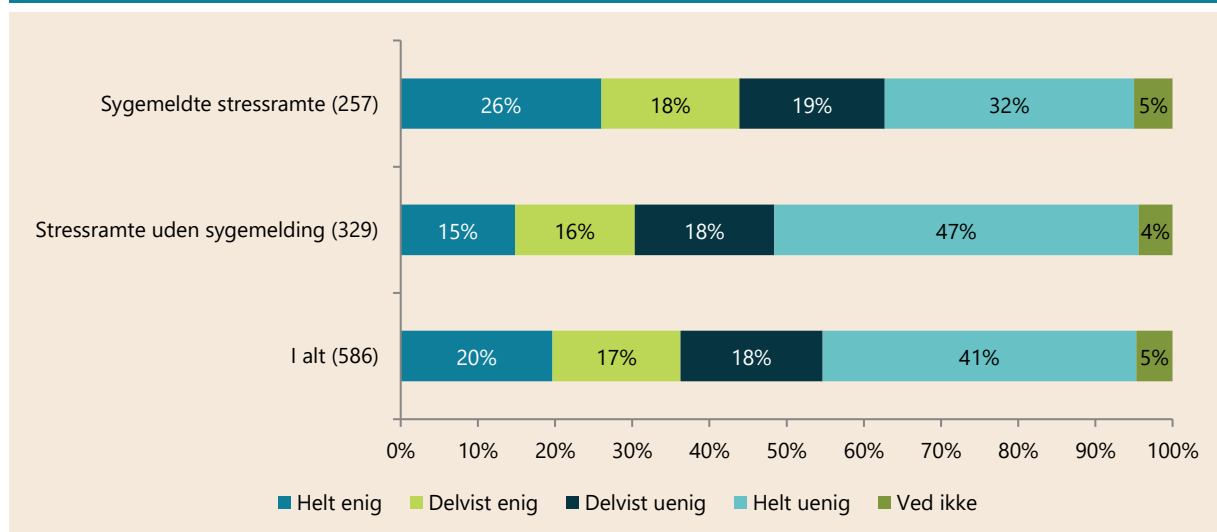
### Fire ud af ti sygemeldte oplever, at lederen undgår at tale om stress

I forlængelse af foregående spørgsmål, er deltagerne ligeledes blevet bedt om at svare på, om de har oplevet, at deres leder helst ville undgå at tale om deres stresssymptomer.

På dette udsagn ses der en forskel i besvarelserne, mellem henholdsvis sygemeldte og ikke sygemeldte stressramte. Blandt de stresssygemeldte har 44 procent svaret, at de er enten helt eller delvist enig i udsagnet. Det er flere sammenlignet med stressramte uden sygemelding, hvor andelen, der erklærer sig enige, er 31 procent.

Nederst i figuren fremgår ligeledes fordelingen af samtlige svar.

**Figur 14. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – Jeg oplevede, at min leder helst ville undgå at tale om, at jeg var ramt af stress.**



Antal svar fremgår af parenteserne.

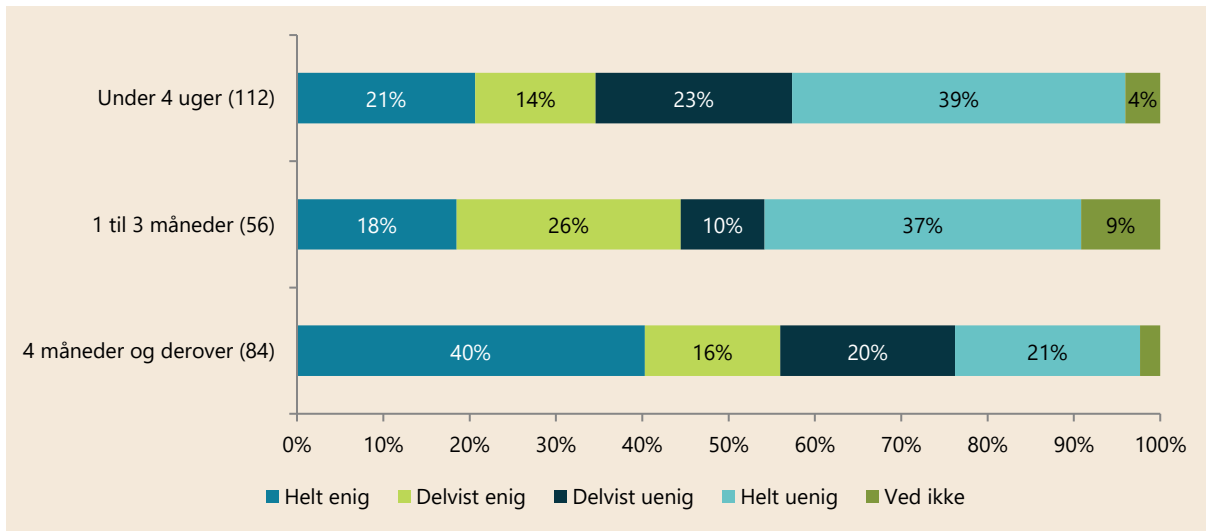
Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af stress og som desuden har svaret, at de har talt med deres leder om deres stresssymptomer.

Opdeles udsagnet på varighed af stresssygemelding, ses en forskel mellem dem, der har været sygemeldt under fire uger og dem, der har været sygemeldt i fire måneder eller derover (se Figur 15 på næste side). Således har over halvdelen (56 %), af dem, der har været sygemeldt i mindst fire måneder oplevet, at deres leder helst ville undgå at tale om, at de var ramt af stress. Det er flere sammenlignet med de medlemmer, der har været stresssygemeldt i højst fire uger (35 %).

Der er desuden ikke fundet statistiske forskelle mellem de to ovenfor nævnte grupper og den resterende gruppe med stressramte, der har været sygemeldt i en til tre måneder.



**Figur 15. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – Jeg oplevede, at min leder helst ville undgå at tale om, at jeg var ramt af stress. Fordelt på varighed af sygemelding.**



Antal svar fremgår af parenteserne. Andele under 3 procent fremgår ikke af figuren. Grundet afrunding summerer procenterne ikke til 100.

Anm.: Tallene omhandler de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har været sygemeldt som følge af stress og som desuden har svaret, at de har talt med deres leder om deres stresssymptomer.

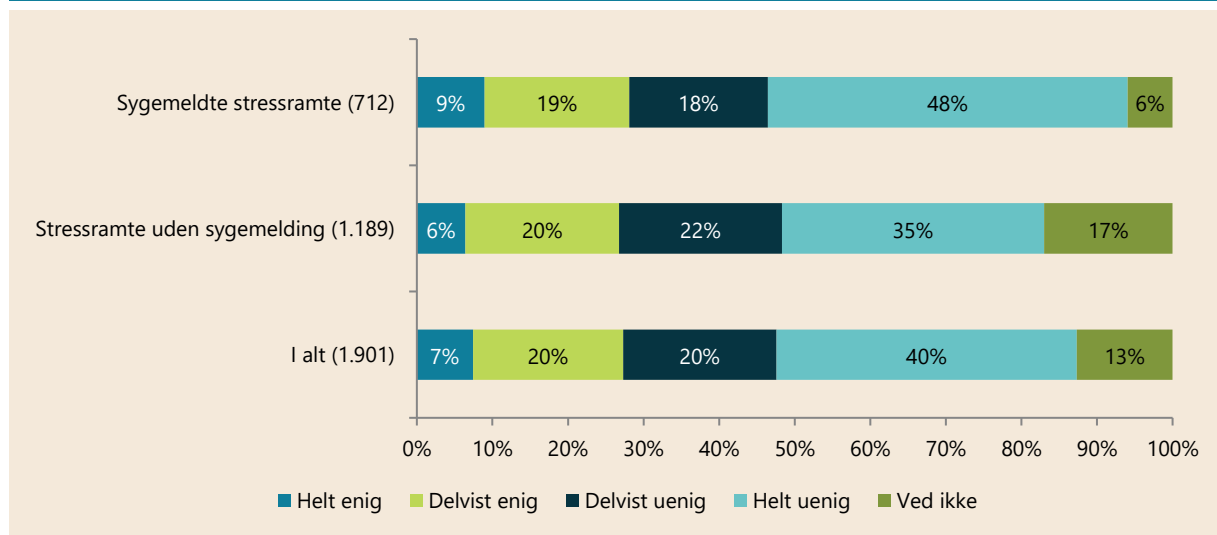
### Seks ud af ti mener, at deres arbejdsplads er dårlig til at tage hånd om stressudløsende problemer

De deltagere, der har svaret, at de inden for de seneste to år, har været ramt af stress, er blevet spurgt, hvor enige eller uenige de er i, at deres arbejdsplads har været god til at tage hånd om de problemer, der har udløst deres stresssymptomer. Fordelingen af svar ses i Figur 16 herunder.

I alt svarer 27 procent, at de er enige i udsagnet. Derudover forholder 60 procent sig uenige, mens 13 procent har svaret "Ved ikke".

Af Figur 16 fremgår også fordelingen af svar for henholdsvis sygemeldte og ikke-sygemeldte stressramte. Sammenligner man disse svar, ses der er forskel i andelen af deltagere, der er uenige i udsagnet. Blandt de sygemeldte mener to ud af tre (66 %) ikke, at deres arbejdsplads har været god til at tage hånd om de stressudløsende problemer. Det er flere end blandt de stressramte, som ikke har været sygemeldte. Her svarer 57 procent, at de er uenige i udsagnet.

**Figur 16. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – Min arbejdsplads har været god til at tage hånd om de problemer, der udløste mine stresssymptomer.**



Antal svar fremgår af parenteserne.

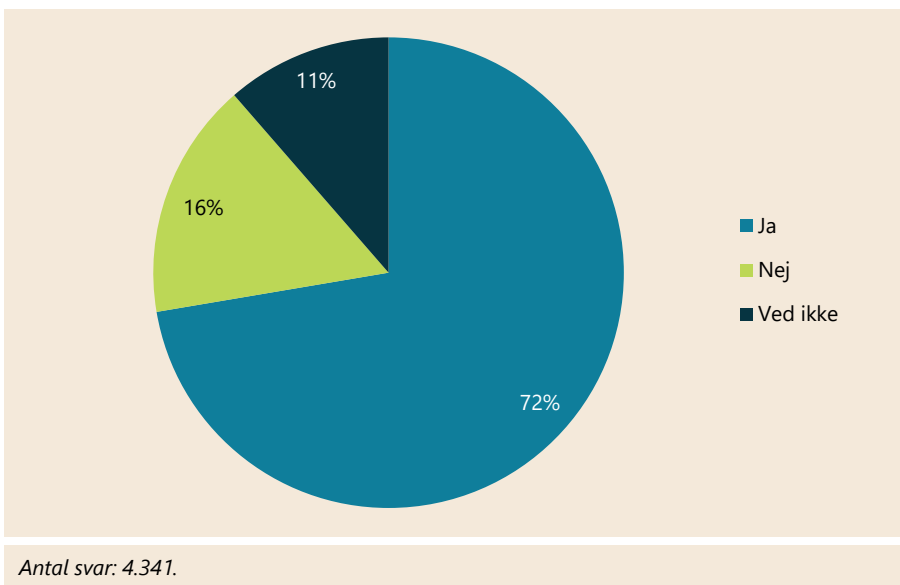
Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af stress og som desuden har svaret, at enten "Arbejde" eller "Både arbejde og privatliv", var den vigtigste kilde til deres stress.

Det er ligeledes blevet undersøgt, om der er forskel i fordelingen af svar på ovenstående udsagn i forhold til varigheden af sygemeldingen. Der er dog ikke fundet nogle statistiske forskelle.

### 7 ud af 10 har haft en kollega, der har været sygemeldt på grund af stress

72 procent har inden for de seneste to år haft en kollega, som har været sygemeldt med stress. Det fremgår af Figur 17 herunder. Herudover svarer 16 procent "Nej", mens 11 procent svarer "Ved ikke".

**Figur 17. Har du en eller flere kolleger, som har været sygemeldt med stress inden for de seneste to år?**



### 7 ud af 10 stresssygemeldte mener ikke, at der bliver talt åbent om stress på deres arbejdsplads

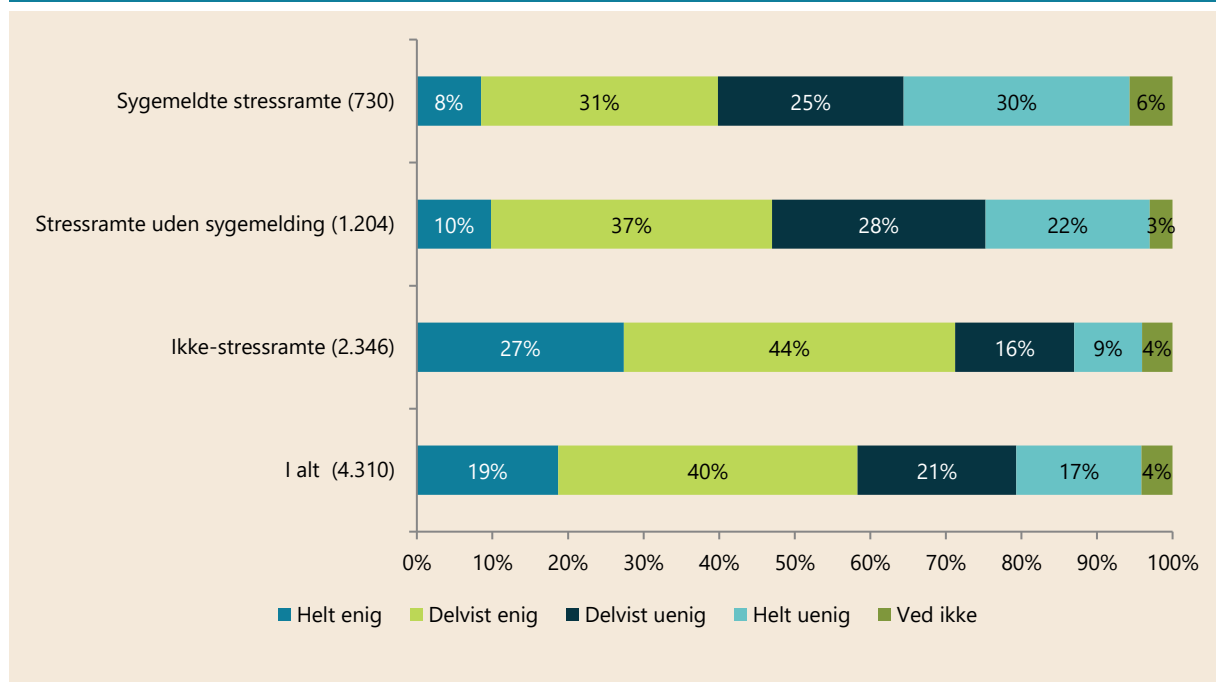
En række spørgsmål i undersøgelsen blev stillet til samtlige deltagere. Deltagerne blev blandt andet bedt om at tilkendegive, hvor enige eller uenige de er i, at der på deres arbejdsplads bliver talt åbent om stress. Fordelingen af svar ses i Figur 18. I figuren ses desuden svarerne opdelt på henholdsvis stresssygemeldte, stressramte uden sygdomsmedling samt ikke-stressramte.

Samlet set er 6 ud af 10 (59 %) enige i udsagnet. Heraf svarer 19 procent "Helt enig", mens 40 procent svarer "Delvist enig". Derudover er 21 procent delvist uenige, og 17 procent er helt uenige.

Opfattelsen af, hvorvidt der bliver talt åbent om stress på arbejdspladserne, varierer dog i forhold til, om medlemmerne har været stressramte eller ej. Blandt ikke-stressramte svarer 7 ud af 10 (71 %), at de er enige i udsagnet. Det er flere sammenlignet med både stressramte, som ikke har været sygemeldt (47 %) og stresssygemeldte (39 %).

Således kan det konkluderes, at opfattelsen af hvorvidt der tales åbent om stress afhænger af, om en medarbejder har været stresssygemeldt, stressramt eller ikke har været stresset.

**Figur 18. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – På min arbejdsplads taler vi åbent om stress.**



Antal svar fremgår af parenteserne. Grundet afrunding summerer procenterne ikke til 100.

Anm.: De deltagere der har svaret "Ved ikke" til spørgsmålet om, hvorvidt de har været stressede, er udeladt af figuren, men indgår i det samlede antal svar.

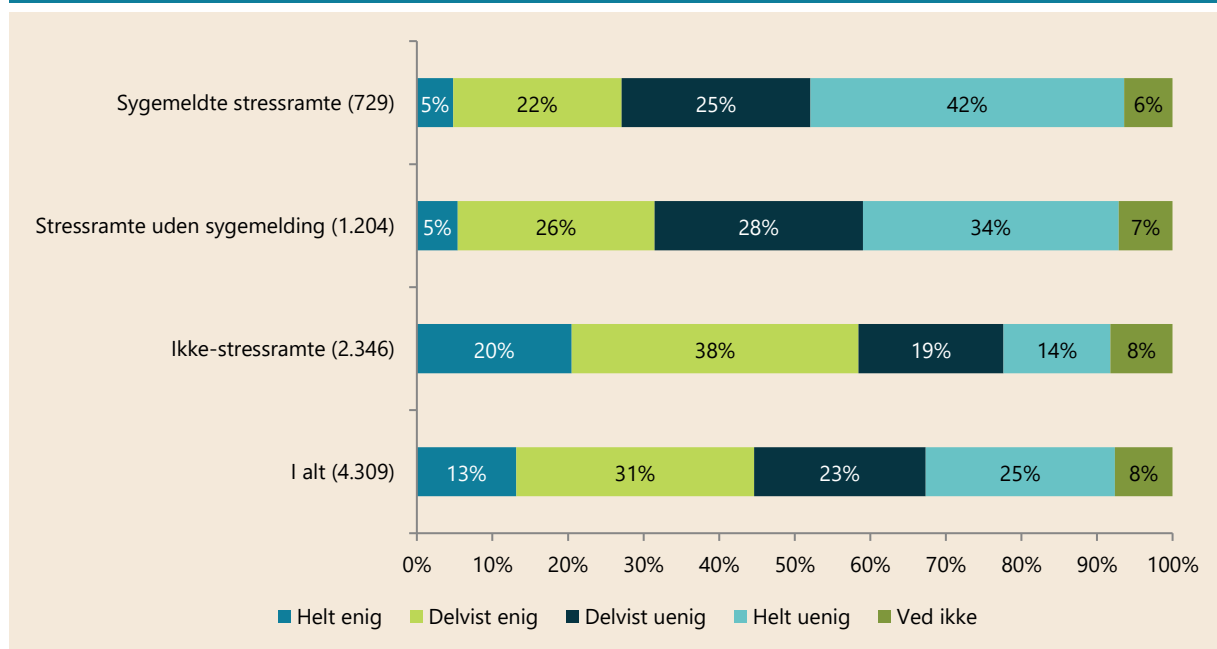
### Over 60 procent af de stressramte er uenige i, at deres arbejdsplads arbejder med forebyggelse af stress

I Figur 19 nedenfor ses fordelingen af svar på udsagnet om hvorvidt respondenterne mener, at deres arbejdsplads arbejder med at forebygge stress. Til dette forholder i alt 44 procent sig enten helt eller delvist enige.

Opdeles udsagnet på henholdsvis stresssygemeldte, ikke-sygemeldte stressramte og ikke-stressramte ses en forskel i besvarelsene. Omkring 3 ud af 10 af de stressramte som har været sygemeldt (27 %), og som ikke har være sygemeldt grundet stress (31 %), har svaret, at de er enige i, at deres arbejdsplads arbejder med at forebygge stress. Det er omtrent halvt så mange sammenlignet med de deltagere, som ikke har været ramt af stress (58 %).

Som det gjorde sig gældende med udsagnet i Figur 18, afhænger svarerne altså af, om medlemmet har været stressramt eller ej. Derimod viser en supplerende analyse, at der ikke er forskel på besvarelsene, såfremt at udsagnet opdeles på varighed af sygemeldingen.

**Figur 19. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – På min arbejdsplads arbejder vi med at forebygge stress.**



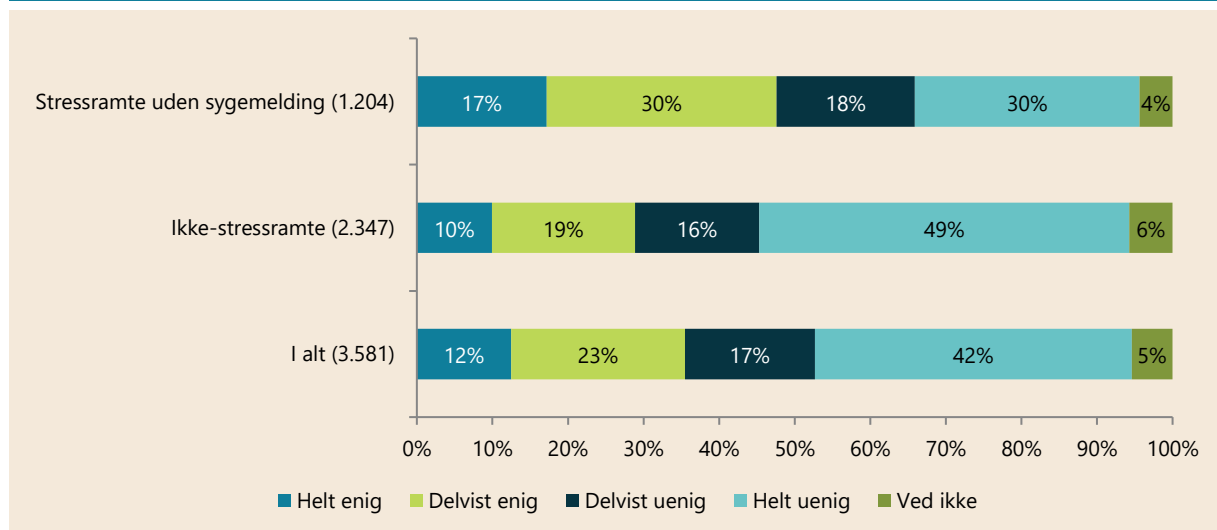
Antal svar fremgår af parenteserne. Grundet afrunding summerer procenterne ikke til 100.

Anm.: De deltagere der har svaret "Ved ikke" til spørgsmålet om, hvorvidt de har været stressede, er udeladt af figuren, men indgår i det samlede antal svar.

### Frygt for at blive betragtet som dårlig til arbejdet, hvis man sygemeldes med stress

Knap hver anden (47 %) af de deltagere, der har været stressramt men ikke sygemeldt, frygter at blive betragtet som dårlig til deres arbejde, hvis de sygemeldtes. Det fremgår af Figur 20. Det er flere end ikke-stressramte. Her svarer 3 ud af 10 (29 %), at de er enten helt eller delvist enige i udsagnet.

**Figur 20. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – Jeg ville frygte at blive betragtet som dårlig til mit arbejde, hvis jeg blev sygemeldt med stress.**



Antal svar fremgår af parenteserne. Grunder afrunding summerer procenterne ikke til 100.

Anm.: Spørgsmålet er ikke stillet til de deltagere, der har svaret, at de har været sygemeldt grundet stress. De deltagere der har svaret "Ved ikke" til spørgsmålet om, hvorvidt de har været stressede, er udeladt af figuren, men indgår i det samlede antal svar.

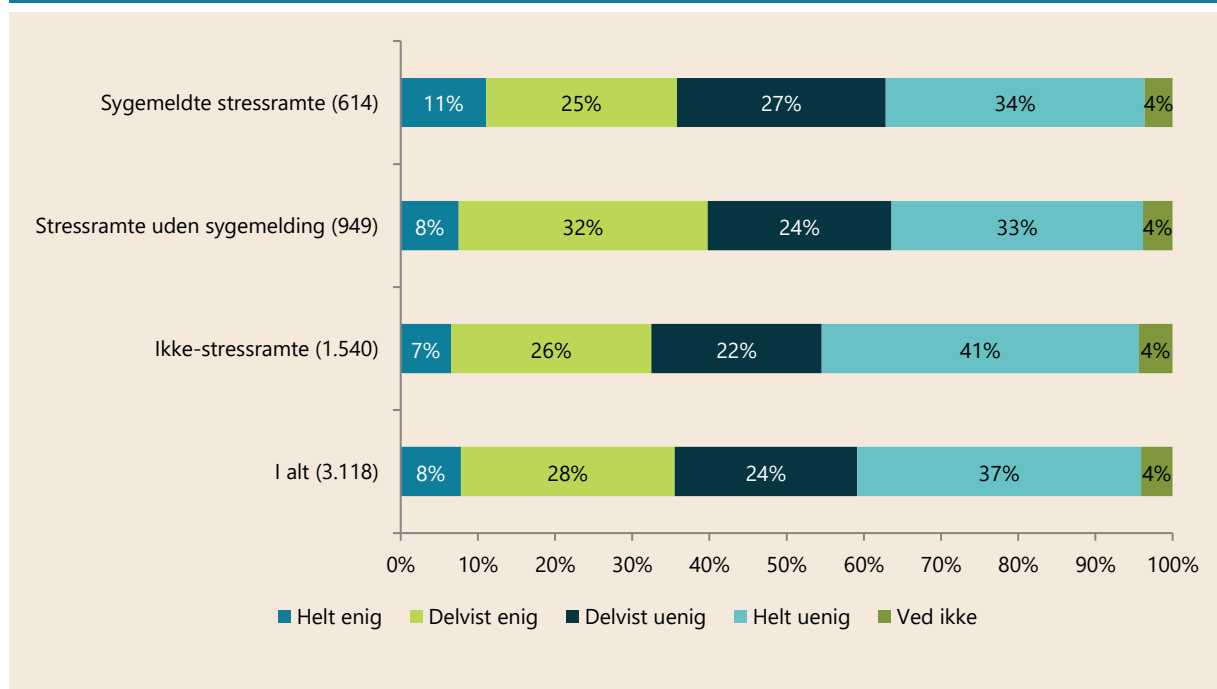
### Usikkerhed om hvordan man taler med sine kolleger om deres stresssygemelding

I Figur 21 ses fordelingen af svar på følgende udsagn "Jeg er usikker på, hvordan jeg skal tale med kolleger om deres stresssygemelding". Som det fremgår af figuren, tilkendegiver et flertal, at de er uenige i udsagnet (61 %). Lidt mere end hver tredje (36 %) er enten helt eller delvist enige i udsagnet, mens 4 procent har svaret "Ved ikke".

Blandt de deltagere, der ikke har været ramt af stress, er 63 procent helt eller delvist uenige i udsagnet, og er således ikke usikre på, hvordan de skal tale med deres kolleger, om deres sygemelding. Lidt færre, nemlig 57 procent, af de stressramte, som ikke har været sygemeldte, svarer tilsvarende.

61 procent af de stresssygemeldte har desuden svaret, at de er enten helt eller delvist uenige i, at de er usikre på, hvordan de skal tale med deres kolleger om deres sygemelding som følge af stress.

**Figur 21. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – Jeg er usikker på, hvordan jeg skal tale med kolleger om deres stresssygemelding.**



Antal svar fremgår af parenteserne. Grundet afrunding summerer procenterne ikke til 100.

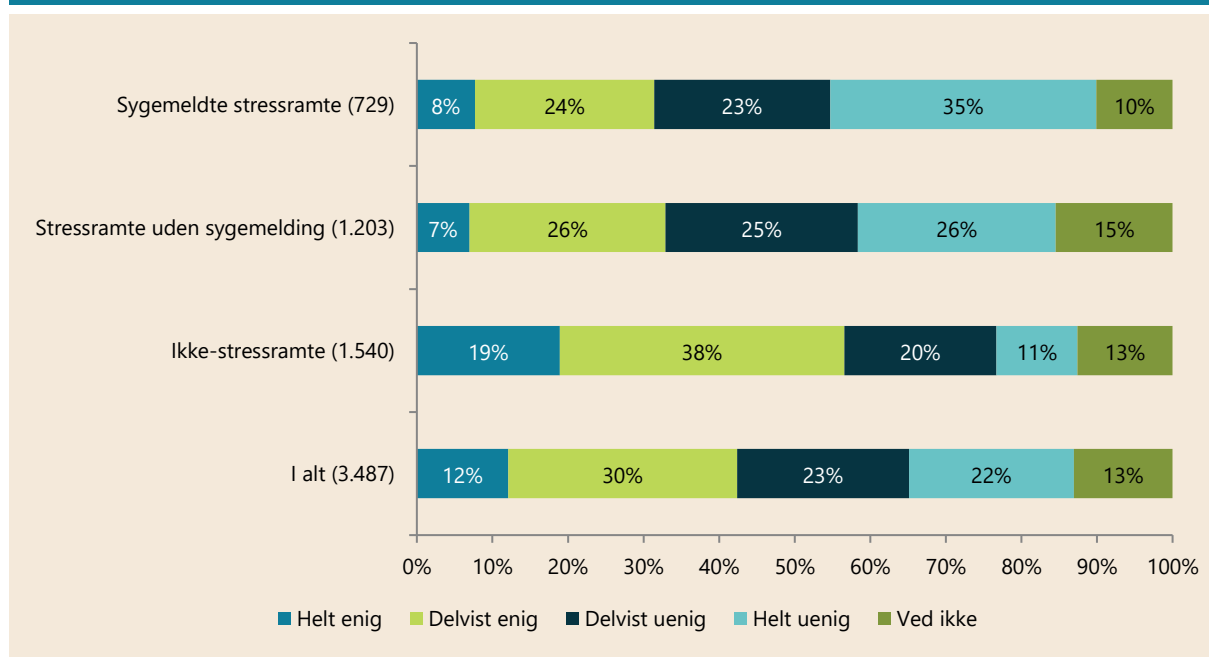
Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de deltagere, der har svaret, at de har en eller flere kolleger, som har været sygemeldt med stress inden for de seneste to år. De deltagere der har svaret "Ved ikke" til spørgsmålet om, hvorvidt de har været stressede, er udeladt af figuren, men indgår i det samlede antal svar.

### Over halvdelen af de stressramte mener ikke, at deres arbejdsplads er god nok til at tage hånd om stressede medarbejdere

I Figur 22 ses fordeling af svar på udsagnet om, hvorvidt deltageres arbejdspladser er gode til at tage hånd om medarbejdere, der bliver ramt af stress.

Til dette svarer seks ud af ti (58 %) stressramte medlemmer, som har været sygemeldte, at de er uenige. Det er flere sammenlignet med både stressramte uden sygemelding (51 %) og ikke-stressramte (31 %).

**Figur 22. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? – Min arbejdsplads er god til at tage hånd om medarbejdere, der bliver ramt af stress.**



Antal svar fremgår af parenteserne. Grundet afrundinger summerer procenterne ikke til 100.

Anm.: Spørgsmålet er kun stillet til de medlemmer, som har svaret, at de inden for de seneste to år enten har eller har været tæt på at sygemelde sig som følge af stress. De deltagere der har svaret "Ved ikke" til spørgsmålet om, hvorvidt de har været stressede, er udeladt af figuren, men indgår i det samlede antal svar.





## Metode

### *Indsamlingsperiode*

Undersøgelsen er gennemført i perioden 22. juni til 5. juli 2018.

### *Indsamlingsmetode*

Data er indsamlet i en spørgeskemaundersøgelse udsendt til FOAs elektroniske medlemspanel. Der blev udsendt to påmindelser til deltagerne. Undersøgelsen vedrørte også andre emner end stress.

### *Målgruppen*

Målgruppen for undersøgelsen er FOAs erhvervsaktive medlemmer. Da det kun er et udsnit af disse medlemmer, der har deltaget i undersøgelsen, er alle analyser forbundet med statistisk usikkerhed. Sammenhænge og forskelle, der beskrives i teksten, er statistisk signifikante på et signifikansniveau på minimum 95 %. Hermed kan vi med minimum 95 % sikkerhed sige, at der er tale om statistisk sikre sammenhænge og forskelle og ikke blot tilfældigheder. Fremhæves forskelle i teksten, som ikke er statistisk sikre, vil det blive kommenteret.

### *Antal besvarelser og svarprocent*

I alt blev 11.383 erhvervsaktive medlemmer inviteret til undersøgelsen. Det viste sig, at 47 e-mailadresser var uvirksomme. Det reelle antal inviterede var således 11.336. 4.634 medlemmer, svarende til 41 procent, gennemførte undersøgelsen fuldt ud eller delvist. 38 procent svarede på alle spørgsmål, mens 3 procent afgav nogle svar. I alt svarede 4.444 medlemmer på ét eller flere spørgsmål om stress. Af disse svarede 1.986 medlemmer, at de inden for de seneste to år enten havde været sygemeldte som følge af stress, eller havde været så stressede, at de var tæt på at melde sig syge. Disse medlemmer blev stillet yderligere spørgsmål om stress, hvortil 1.982 svarede på ét eller flere af de opfølgende spørgsmål.

### *Repræsentativitet og vægtning af data*

Stikprøven er undersøgt for repræsentativitet på parametrene sektor, tillidshverv og alder. Repræsentativitetsanalysen viste, at Kost- og Servicesektoren og Pædagogisk Sektor er underrepræsenterede, mens Social- og Sundhedssektoren og Teknik- og Servicesektoren er overrepræsenterede.

Analysen viste desuden, at unge under 30 år og medlemmer i alderen 30-39 år er underrepræsenterede, mens medlemmer i aldersgrupperne 50-59 år og 60 år og derover er overrepræsenterede. Stikprøven er repræsentativ på medlemmer i alderen 40-49 år.

Medlemmer med tillidshverv (dvs. tillidsrepræsentanter, fællestillidsrepræsentanter og arbejdsmiljø-repræsentanter) er overrepræsenterede i stikprøven, mens medlemmer uden tillidshverv er underrepræsenterede.

Data er vægtet for sektor og alder.