

Chefer som mår bra

1. Skaffar **stöd i familjen**.
2. Hittar **arbetslusten**.
3. Tar **kommandot över sin tid**.
4. Skapar rätt **förutsättningar**.
5. Håller sig **friska**.

Enligt en undersökning av tidningen Chef i samarbete med Kairos Future hösten 2006, 1700 chefssvar.

Chefer som mår bra

Skaffar stöd i familjen

- Sätter **familjen i centrum**.
- Har partnern som bollplank.
- Får **stöd och uppmuntran av familj och vänner**.
- De närmaste tycker att de ska fortsätta som chefer.

Enligt en undersökning av tidningen Chef i samarbete med Kairos Future hösten 2006, 1700 chefssvar.

Chefer som mår bra

Hittar arbetslusten

- Har en **positiv och optimistisk stämning på jobbet**.
- Arbetar i en organisation där det är okay att **pröva sig fram** och göra misstag.
- Har **rimliga och hanterbara mål**.
- Har **roligt på jobbet**.
- Är **stolta över sitt arbete**.
- Är **bra på att fatta beslut**.
- **Tycker om att leda andra**.

Enligt en undersökning av tidningen Chef i samarbete med Kairos Future hösten 2006, 1700 chefssvar.

Chefer som mår bra

Tar kommandot över sin tid.

- Arbetar **40-49 timmar i veckan**.
- Kan **disponera sin arbetstid**.
- Har **tillräckligt med tid** för att utföra sitt arbete.

Enligt en undersökning av tidningen Chef i samarbete med Kairos Future hösten 2006, 1700 chefssvar.

Chefer som mår bra

Skapar rätt förutsättningar

- **Gillar att stå i centrum**.
- **Sätter gränser**.
- **Är bra på att delegera**.
- **Väjer inte för konflikter**.
- **Tycker sig ha en bra relation till medarbetarna**.
- **Har stort inflytande över arbetets utformning och inriktning**.

Enligt en undersökning av tidningen Chef i samarbete med Kairos Future hösten 2006, 1700 chefssvar.

Chefer som mår bra

Håller sig friska

- Tar sig **tillräcklig tid för sömn**.
- Tar sig tid att **motionera**.
- **Gör något roligt varje vecka**.
- **Känner sig inte särskilt stressade**.
- Har tid för **återhämtning**.

Enligt en undersökning av tidningen Chef i samarbete med Kairos Future hösten 2006, 1700 chefssvar.