

## Källan till framgångsrika företag är människor

*Jag har glömt vem som gjorde denna Intervju, när den gjordes och var den publicerades.*

**Källan till framgångsrika företag är människor – lyckliga människor. Det menar i alla fall Michael Rangne, specialist i psykiatri och verksam vid Stockholms läns landsting. Undersökningar visar dock att endast en minoritet tycker att det huvudsakligen är roligt, spännande och utvecklande på jobbet. Resterande försöker stå ut så gott det går och har mer eller mindre gett upp hoppet om att verkligen trivas på sin arbetsplats.**

- Att arbeta utan glädje påverkar och förändrar dig i negativ riktning utan att du märker det. Du tappar energi, sinne för humor, distans och proportioner och ditt goda humör. Både på jobbet och privat, säger Michael Rangne. Utan arbetsglädje är du bara en skugga av vad du kan vara. Du använder bara en liten del av dig själv och din potential, fortsätter han.

*Vad är egentligen arbetsglädje?*

- Kort sagt handlar det om att ha kul på jobbet och att ta vara på alla tillfällen till glädje och mening, svarar han. Enligt Rangne är arbetsglädje lönsamt både för företaget och för den egna karriären. Jobbet blir roligare och du får bättre relationer till medarbetarna. Du blir också mer kreativ och mer motiverad att göra ett bra jobb. Arbetsglädje är inte bara bra sett ur ett arbets- och företagsperspektiv, menar Rangne, utan också rent privat. Du får mer energi, blir en mer positiv och energisk person. Du upplever dessutom mindre stress och har lägre risk för psykisk och kroppslig ohälsa. Du får helt enkelt ett liv med högre livskvalitet.

*Hur påverkas ett företag av att de anställda känner arbetsglädje?*

- Arbetsglädje formar en bra företagskultur, attraherar de bästa medarbetarna och får dem att vilja stanna. Nöjda medarbetare är på gott humör, sprider god stämning, har mer energi och bryr sig om kvaliteten på sitt arbete. Vilket i slutändan ger nöjdare kunder eller klienter. Det blir också mindre stress och lägre sjukfrånvaro på företaget. Enligt Rangne kan avsaknaden av arbetsglädje bland medarbetarna få förödande konsekvenser för ett företag. Olyckliga och missnöjda medarbetare kostar. De börjar på olika sätt missköta sig när de är arga, missnöjda eller anser att ledningen är orättvis mot dem. Medarbetare som inte trivs levererar inte vad de skulle kunna och de bryr sig inte om resultatet. Denna inställning har, enligt Rangne, en negativ påverkan på deras prestationer men också på de övriga medarbetarna som lätt smittas av negativismen. I slutänden får alla – medarbetaren, arbetskamraterna, chefen, företaget och kunderna – betala. Medarbetarnas lojalitet är en nyckel till företagets framgång. Och lojalitet får man bara som belöning för att man ger medarbetaren något värdefullt, nämligen glädje och mening. Företag behöver inte välja mellan att satsa på arbetsglädje eller vinst, för arbetsglädje genererar vinst. Tvärtom, man har att välja mellan att ha bådadera eller ingetdera.

*Hur avgörande är arbetsglädje för att lyckas göra karriär och bli framgångsrik?*

- Lycka leder till framgång. Och vice versa, men inte i lika hög grad. Ju lyckligare du är desto mer framgångsrik blir du. Omfattande studier visar att lyckliga människor är mer optimistiska, utåtriktade, motiverade och energiska. Alla dessa egenskaper är väsentliga för yttre framgång, svarar Rangne.

*Varför stannar många på arbetsplatser där de inte känner arbetsglädje?*

- Det är ofta en blandning av olika skäl, som i sin tur inverkar på varandra. Vi är vana vid att tänka att arbetet inte kan förväntas göra oss särskilt lyckliga. Vi har fritid och familj för det ändamålet. De negativa effekterna smyger sig på oss så gradvis att vi inte märker det. Just de negativa effekter – minskad energi, uppgivenhet, sänkt självkänsla och självförtroende – som gör att vi borde ändra arbetsituationen eller byta jobb gör att vi inte förmår det.

*Vems är ansvaret för att anställda ska känna arbetsglädje?*

- Alla nivåer i företaget har ett visst ansvar. Din chef ska skapa goda förutsättningar för att du själv ska vilja och kunna motivera dig. Men det yttersta ansvaret är ditt eftersom arbetsglädje är en känsla, din känsla. Bara du kan veta om du är lycklig och nöjd, eller om något behöver ändras.

*Vad kan vi göra för att öka chanserna att känna arbetsglädje?*

- Det viktigaste är att du helt enkelt bestämmer dig för att ha roligt på arbetet och se till att det blir så. Har du bara gjort det så kan du lätt ordna resten på en normalfungerande arbetsplats. Fundera på i vilka situationer du brukar känna arbetsglädje och sök dig till dessa. Arbeta med saker du brinner för, tillsammans med människor du tycker om och som brinner för samma saker, svarar Rangne. Att lära sig nya saker, hoppa på spännande projekt och att ta för sig ökar också chanserna att känna arbetsglädje. Även att fokusera på de positiva och roliga sakerna på jobbet, heller än att fästa sig vid det negativa. Ett visst mått av tråkiga arbetsuppgifter och otrevliga medarbetare och chefer kommer det alltid att finnas på alla arbetsplatser, men du behöver inte ge dem makt över dig.

För att känna arbetsglädje är det också, menar Rangne, viktigt att ge av sig själv till kollegor och kunder. Hjälp andra och sprid glädje omkring dig. Glädje smittar, och sedan kommer den i retur. Ge för att få!

*Michael Rangne är specialist i psykiatri vid Norra Stockholms Psykiatri, där han sedan många år varvar kliniskt arbete med sina uppgifter som chef för klinikens underläkare. Rangne rekryterar 20-30 läkare om året, ansvarar för deras utbildning, fördelar och leder arbetet, och arbetar på att skapa ett arbetsklimat som lockar fram det bästa hos varje medarbetare.*