

Vems är ansvaret för att du ska känna arbetsglädje?

Av Michael Rangne, specialist i psykiatri, verksam vid Stockholms läns landsting.



Detta är del 6 i Michael Ragnes artikelserie om arbetsglädje, läs tidigare delar [här](#), [här](#), [här](#), [här](#) och [här](#).

Här fortsätter jag att reflektera kring Alexander Kjaerulfs bok "Happy hour is 9 to 5. How to love your job, love your life and kick butt at work". Mer information om honom och hans arbete finns på www.positivesharing.com

Åter till Kjaerulfs bok. Chefens? Medarbetarnas? Företagets? Samhällets? Alla nivåer i företaget har ett visst ansvar, 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.
- Arbetsglädje är individuell. Bara du vet vad som behövs för att du ska känna arbetsglädje. Därför är det du som måste försäkra dig om att du har vad du behöver.
- Att göra dig lycklig på jobbet kan kräva en del svåra beslut. Byta arbetsplats, ta en konflikt, kämpa mot företagets kultur och värderingar. Du är den enda som kan avgöra om du ska göra dessa saker eller inte. Valet och ansvaret är ditt.

Chefens ansvar.

Det är inte chefens ansvar att ge dig motivation för arbetet. Han ska däremot skapa goda förutsättningar för att du själv ska vilja och kunna motivera dig. Chefen har tre uppgifter/ansvarsområden när det gäller arbetsglädje:

- Göra sig själv lycklig. En lycklig ledare är en naturlig förebild för sina medarbetare, och sprider god stämning genom sitt sätt att vara.
- Känna och bry sig om sina medarbetare. Man kan inte leda människor utan att vara genuint intresserad av dem och veta en hel del om dem. Hur mår de just nu? Vad gör dem glada respektive ledsna? Vad drömmer de om? Vilka aspirationer har de på arbetet?
- Skapa en atmosfär där det är lätt för de anställda att känna arbetsglädje och må bra. Glädje, humor, positivitet, öppenhet och lagarbete. Huruvida medarbetarna sedan tar vara på möjligheten är i slutändan upp till dem - man kan inte tvinga människor att vara lyckliga.

Företagets ansvar.

Högsta ledningens ansvar är att göra det möjligt för cheferna att skapa en atmosfär där det är lätt för de anställda att uppleva arbetsglädje. Detta innebär att företaget i praktisk handling måste visa att man prioriterar, värderar och belönar arbetsglädje, och att man aktivt motverkar kontraproduktiva inslag - stress, överarbete, konkurrens - på alla nivåer i företaget.

Arbetskamraternas ansvar.

Inte heller dessa är ansvariga för din arbetsglädje. Somliga av dem kommer alltid att göra saker som irriterar dig, och du kan inte låta din arbetsglädje vara avhängig enskilda medarbetares beteende. Du och dina arbetskamrater har ett gemensamt ansvar för att tillsammans skapa ett klimat där det är lätt att trivas. Huruvida medarbetarna sedan väljer att vara lyckliga eller inte är deras eget ansvar.

Ditt eget ansvar:

- Veta vad som gör dig lycklig respektive olycklig på arbetet.

- Förmedla till andra hur du mår och vad på jobbet som gör dig glad respektive ledsen.
- "Take action to make yourself happy at work." Ingenting blir bättre förrän du själv agerar. Vanligtvis fordras inte stora resurser, utomstående konsulter eller en massa tid utan det räcker med din beslutsamhet att göra något åt situationen.
- Hjälpa till att skapa en miljö där det är lätt för andra att känna arbetsglädje. Det är mycket lättare om ni är fler som intresserar er för frågan.