



Lycka på arbetsplatsen

6 trender för en lyckligare arbetsplats 2024

alecta  
fastigheter

# Lyckan bor i mänskliga möten

Vad roligt att du tar ta del av Alecta Fastigheters allra första lyckoundersökning. En undersökning vi är mycket stolta över. Personligen är jag övertygad om att ordet lycka gör något särskilt med oss människor. Begreppet öppnar upp våra sinnen och man får en bra känsla i magen. Därför känns det viktigt att vi som fastighetsägare förstår oss på vad som skapar lyckliga arbetsplatser och var känslan kommer ifrån. Med insikterna vi fått genom denna undersökning kan vi skapa platser, kontor och fastigheter som människor vill vara en del av. Platser där människor vill stanna och som gör en till sitt bästa jag.

För att människor ska känna sig lyckliga på arbetsplatsen krävs en välfungerande helhet. Det handlar om så mycket mer än kontorets fyra väggar. Det är i symbios mellan interiör, exteriör och sociala sammanhang de rätta förutsättningarna föds. Undersökningen visar att ett gott ledarskap rankas högt i alla åldersgrupper och är därmed en viktig faktor för att känna lycka på jobbet. Men man vill också ha möjlighet att sitta ostört vid behov, ha tillgång till sällskapsytor för småprat och att kontoret ska vara estetiskt tilltalande. Som sagt, det är många faktorer som spelar in och ska stämma.

För mig bor lyckan i mänskliga möten. Möten mellan människor har förmågan att skapa energi och föda kreativa idéer. Tillsammans med andra blir vi lite klokare, lite bättre för varje dag. Samtidigt får man inte glömma bort individens unika behov och vara lyhörd inför dessa. Här fyller de fysiska miljöerna förstås en viktig funktion. Har man arbetsuppgifter som kräver fokus under en del av dagen och workshop i storgrupp under resterande, måste kontoret vara flexibelt och kunna bistå med platser för båda delarna. Men nu är jag nyfiken på när du känner lycka i arbetslivet. Du får gärna höra av dig till mig och berätta.

Vi har nu skrapat på ytan vad gäller lyckliga arbetsplatser och framåt vill vi lära oss mer. Lyckobegreppet är definitivt något vi kommer arbeta vidare med framöver och du får gärna följa med oss på den resan!

Mvh

**Lena Boberg**

VD på Alecta Fastigheter

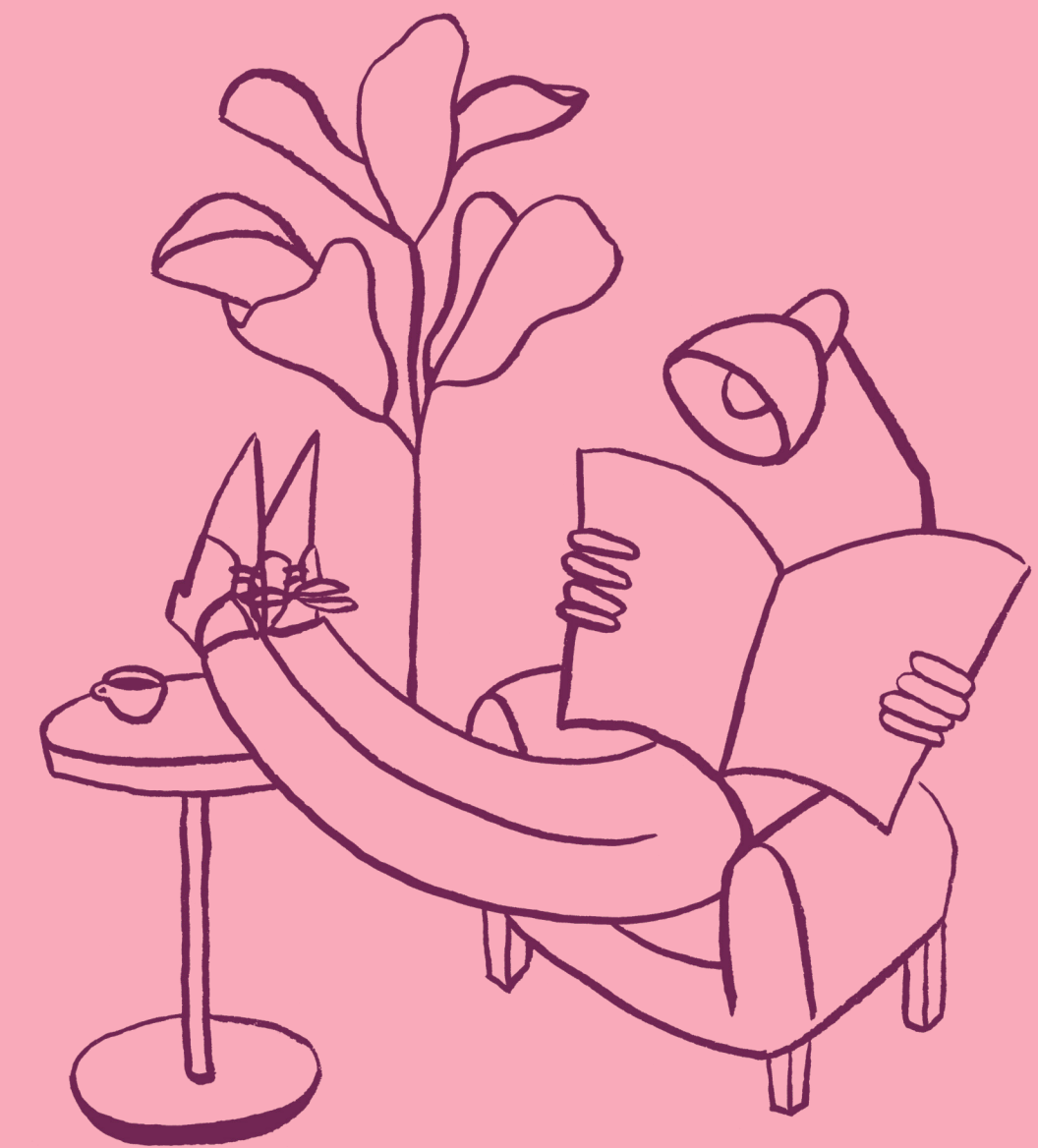
[lena.boberg@alecta.se](mailto:lena.boberg@alecta.se)



# Att lyckas med en lycklig arbetsplats

Vad är egentligen viktigast när vi skapar nya kontor? På vårt eget kontor diskuterar vi dagligen just det – hur åstadkommer vi lyckligast möjliga arbetsmiljö både för oss själva, men inte minst för alla våra hyresgäster och de som vistas i våra lokaler. För att stilla vår nyfikenhet och gå till botten med vilka drivkrafter som egentligen skapar en lycklig arbetsmiljö på arbetsplatser frågade vi kontorsmedarbetare i Stockholm och Göteborg om vad de tycker är viktigast för att känna lycka på jobbet.

Men! Innan du bläddrar vidare och går till botten med undersökningens viktigaste trender vill vi rikta din uppmärksamhet mot undersökningens viktigaste mjuka värden. Svaren visar nämligen att en lycklig arbetsplats allra främst är beroende av ett lyckat ledarskap. Hela 29 % av de svarande uppger att just ett bra ledarskap är avgörande för trivseln på arbetsplatsen — ledarskap som främjar samarbete, förtroende och öppen kommunikation. Med andra ord just sådana värden som ett riktigt genomtänkt och lyckad kontorsmiljö kan bidra till.



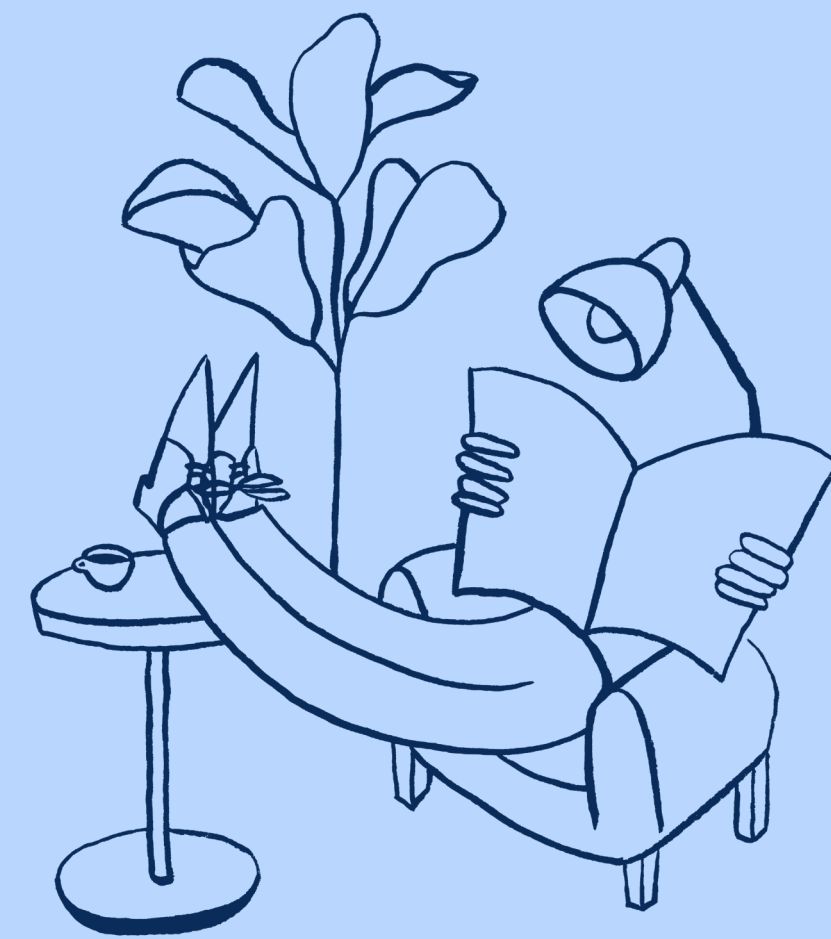
**Viktig, viktig, viktigast?** Ja det står klart att det är många saker som är viktiga för att skapa en lycklig arbetsplats. Så låt oss guida till sex trender vi på Alecta Fastigheter ser just här och nu.



# Sex trender för en lycklig arbetsplats

01. Ledarskap
02. Tillgång till eget kontor
03. Sällskapsytor
04. Trygghet
05. Färg och form
06. För alla sinnen

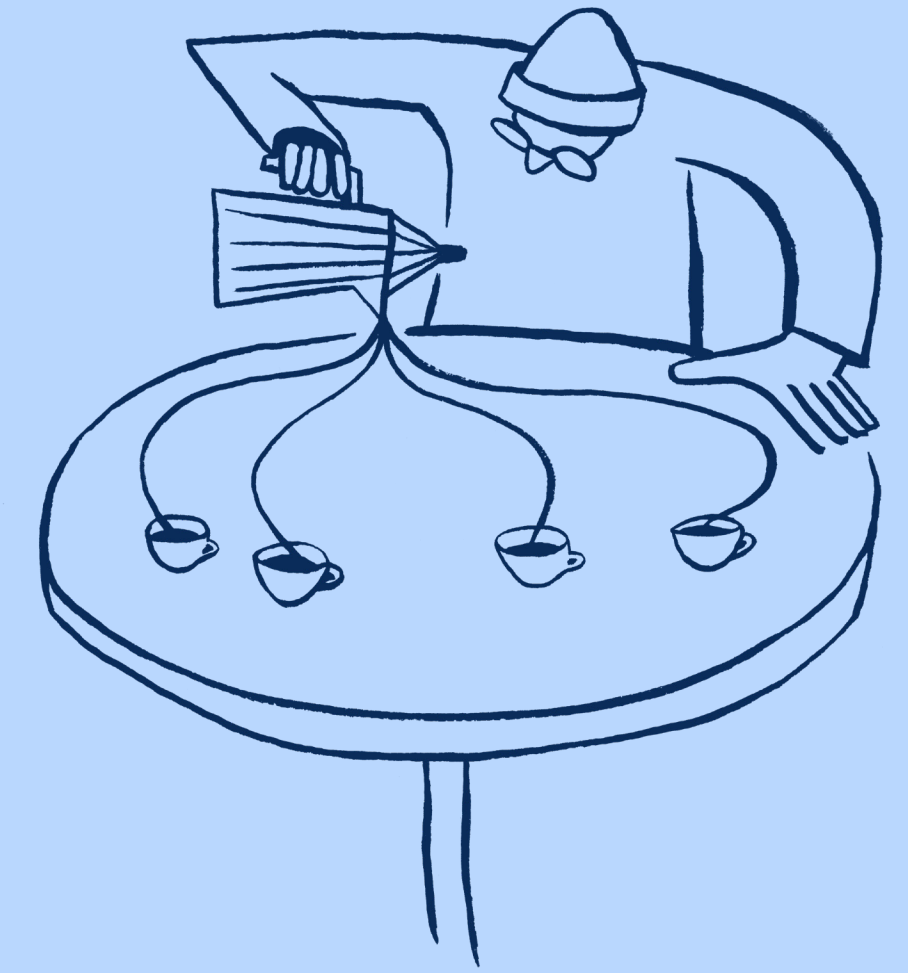
# Lycko- fakta



För **37%** av de svarande fyller sällskapsytorna en viktig funktion för att skapa en lycklig arbetsmiljö.

11 % tycker att bra musik är det viktigaste för en lycklig arbetsmiljö.

# 11 %



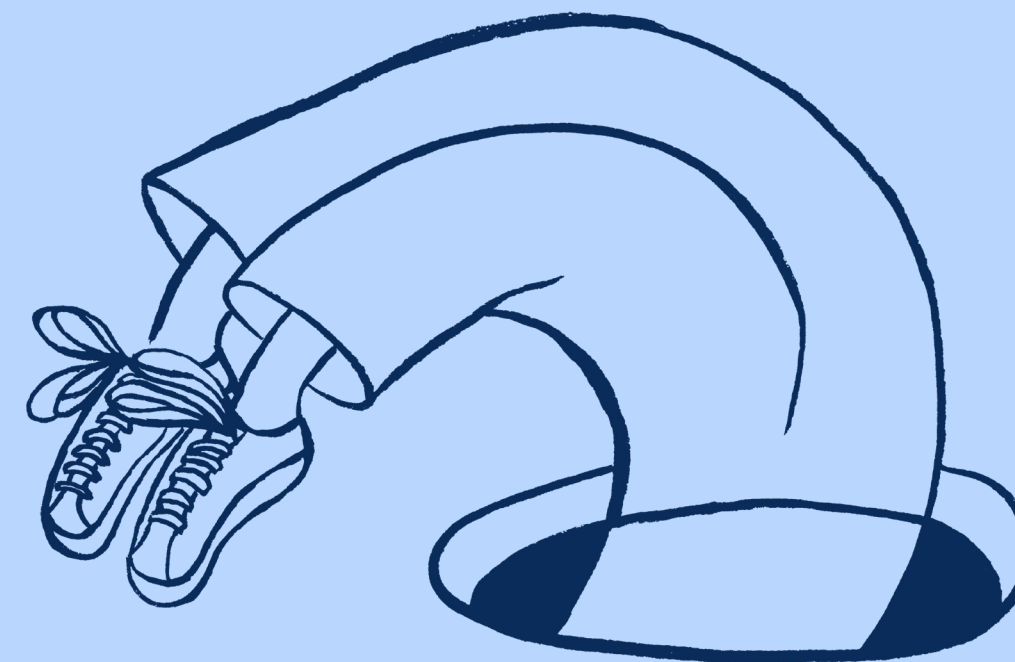
**32%** tycker att gott kaffe är väsentligt för en lycklig arbetsmiljö.

# 16% 40%

Bland männen tycker **16%** att en inkluderande och jämlik arbetsplats får dem att känna lycka. Bland kvinnorna är siffran **40%**.

Enligt en tredjedel av undersökningens deltagare är arbetsplatsens färgsättning, inredning och generella estetik viktig för att skapa en lycklig arbetstillvaro.

# 1/3



Bland män i åldrarna 20-34 är möjligheten till ett  **eget kontor** det näst viktigaste för en lycklig arbetsmiljö. Kvinnor i samma ålder rankar det som nummer sju.

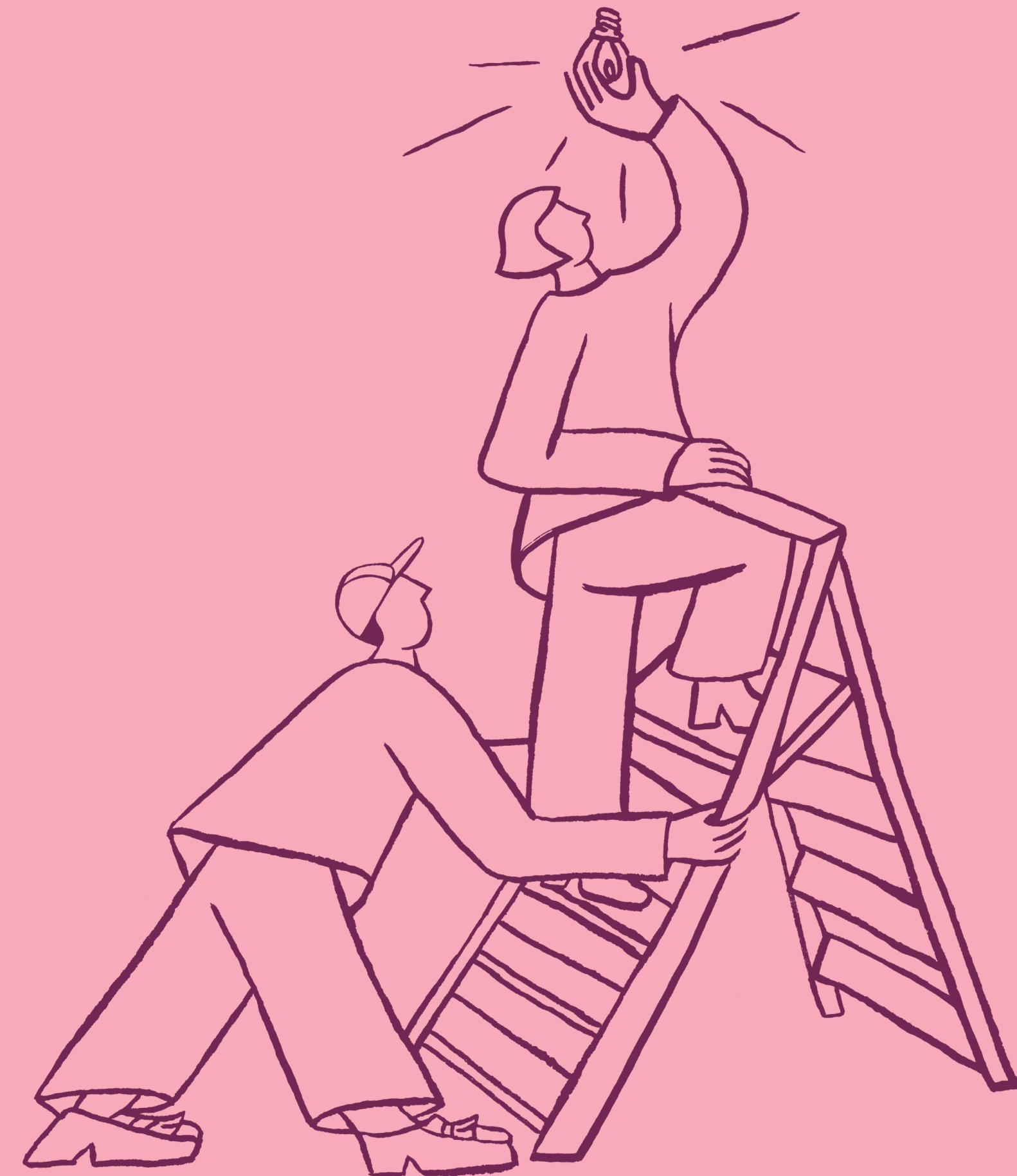
**33%** i åldrarna 35-49 tycker att god ergonomi bidrar till en lyckligare arbetsmiljö.

# 33 %

# 01. Ledarskap

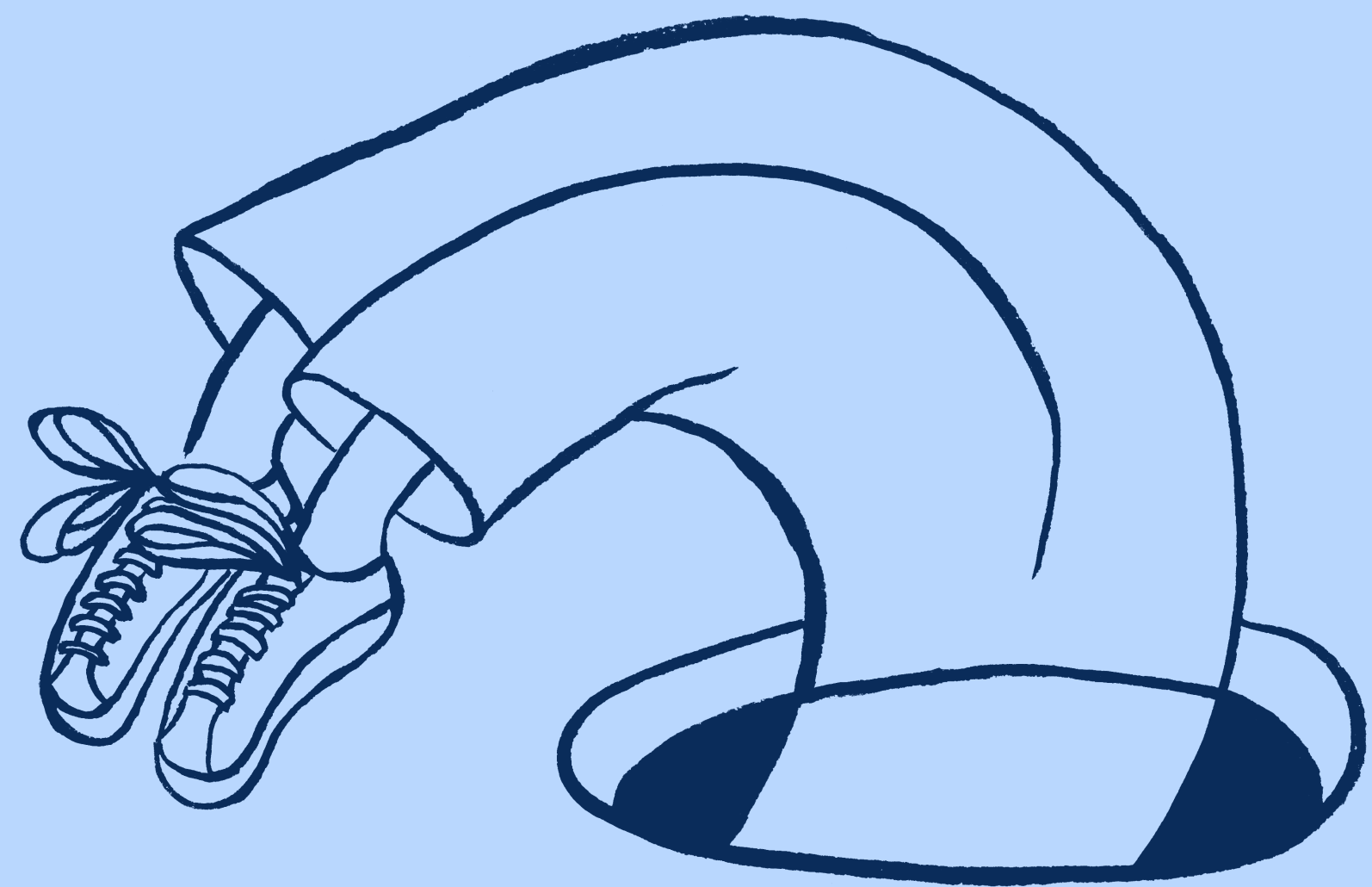
Nä, ledarskap är inte en italiensk lampa, ett eget kontor, en ovanligt bra kaffemaskin eller en genomtänkt sällskapsyta. Fast kanske lite ändå, för en engagerad ledare kan påverka allt i arbetsmiljön och mycket mer. Faktum är att just bra ledarskap är den enskilt viktigaste faktorn för en lycklig arbetsmiljö. Hela 29 % av de svarande säger att bra ledarskap är avgörande för trivseln på arbetsplatsen.

Och kanske är det inte så förvånande. Ledarskapet sätter tonen för hela företaget. Effektiv kommunikation, att ge anställda ansvar och att värna om en hälsosam arbetsmiljö är bara några av de saker som gör duktiga ledare till omtyckta ledare. Och den som verkligen förstår sina medarbetares behov på djupet har dessutom goda förutsättningar att skapa en arbetsplats som inte känns som ett jobb att gå till.



*”En lycklig arbetsplats har bra ledarskap som genomsyrar hela verksamheten och kulturen.”*

*– Respondent*



*”Jag vill helst inte ha någon öppen kontorsmiljö, utan mer avskilt där man kan fokusera med låg ljudnivå.”*

*– Respondent*

## 02. Tillgång till eget kontor

Trodde du att drömmen om ett corner office hörde till det förflutna? **Parallellt med vikten av bra och tilltalande sällskapsytor ökar nu samtidigt intresset för att ha tillgång till ett eget kontor.** Ja, möjligheten att kunna stänga omvärlden ute är för 22 procent av de tillfrågade den fjärde viktigaste aspekten för en lycklig arbetsmiljö. Trenden? Att individuella arbetsutrymmen där koncentrationen kommer enkelt ökar. Platser som är lätta att förvandla till sin egen, åtminstone för en stund. Dessutom visar undersökningen att 32 % av de tillfrågade prioriterar att ha tillgång till tysta miljöer.

Den här balansen mellan gemensamma och mer privata ytor ställer i sin tur krav på flexibla kontorsmiljöer som är enkla att möblera anpassa för allas behov.

**Knacka innan du går in!** Inte minst unga män vill extra gärna ha möjlighet att kunna stänga om sig. Män i åldrarna 20-34 rankar möjligheten att ha tillgång till ett eget kontor som den näst viktigaste faktorn, jämfört med sjunde plats för kvinnor i samma åldrar.

## 03. Sällskapsytor

Laganda, kreativitet och snacket om det där roliga i helgen är inte bara viktiga saker för trivseln på kontoret, utan något som kräver sina sällskapsytor. Platser med en avslappnad atmosfär där man kan umgås utanför sina vanliga arbetsområden. För många är dessutom sorlet från fikaborden och surret från rundpingisen en uppskattad miljö när det komplexa ska sättas på pränt eller den där viktiga idén knådas fram. **Ja, för 37 % av de svarande fyller sällskapsytorna en viktig funktion för att skapa en lycklig arbetsmiljö.**

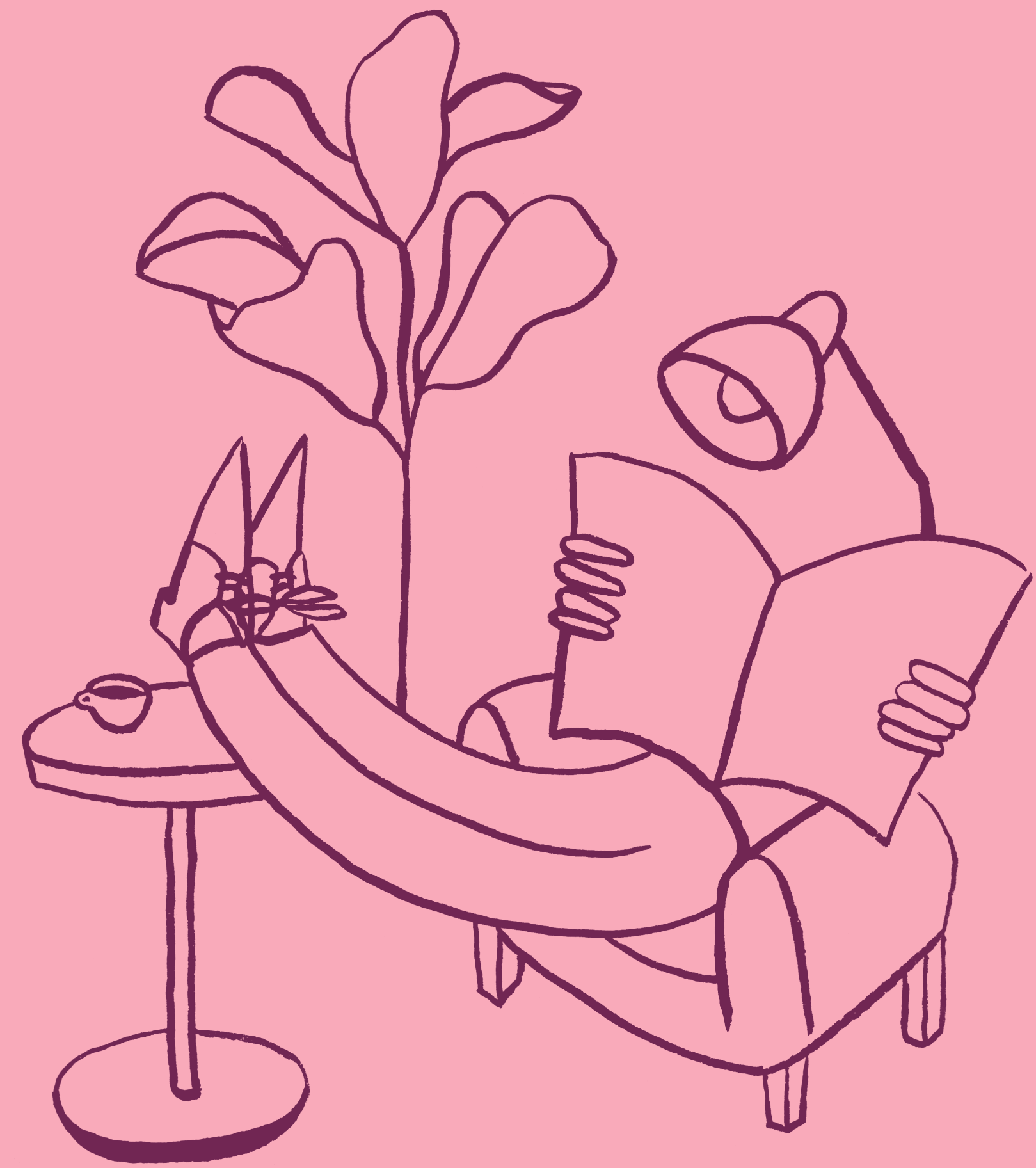
Genomtänka, välkomnande sällskapsytor främjar med andra ord inte bara gemenskap och en sund arbetskultur – de är helt nödvändiga inslag på en arbetsplats där det är lätt att trivas.

# 37%

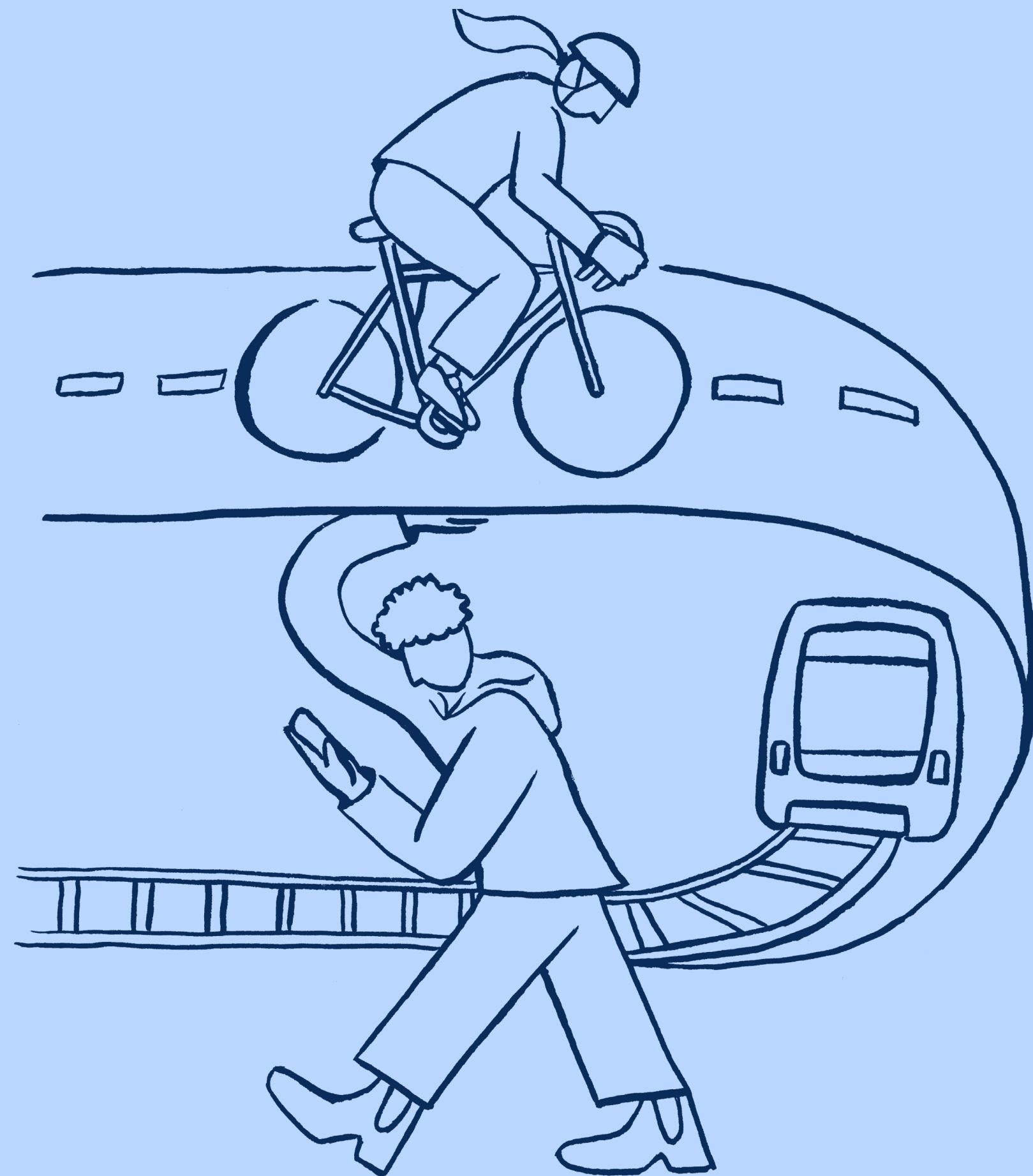
...tycker att  
sällskapsytorna är viktiga  
för ett lyckligt kontor.

*”I en arbetsmiljö med lyckliga och välmående medarbetare träffas man vid fikastationerna och har tid att småprata.”*

*– Respondent*







*”Trygghet för mig är där alla får synas och höras.  
Man visar uppskattning, feedback och lyfter  
varandra, hjälpa varandra och lära av varandra.”*

*– Respondent*

## 04. Trygghet

Att känna sig trygg på arbetsplatsen visar sig vara centralt för att kunna må bra och utföra sitt jobb. Vi behöver både högt i tak för idéer och åsikter, men även medvetet utformade arbetsmiljöer för den mer fysiska tryggheten. Trygghet ses dessutom som en helhetsfråga som sträcker sig utanför arbetsplatsen och inkluderar omgivande fastigheter såväl som själva pendlingen till och från arbetet. På Alecta Fastigheter arbetar vi exempelvis medvetet med hur vi belyser våra miljöer, samtidigt som vi verkar för att skapa levande verksamheter med flöden av människor stora delar av dygnet.

Samtidigt som undersökningen visar att trygghet är viktigt för alla oavsett ålder och kön så prioriterar kvinnor trygghet betydligt högre än män. På frågan vad som skapar en bra arbetsmiljö placerade kvinnorna trygghet som den fjärde viktigaste faktorn, medan det för männen hamnade på fjortonde plats.

► **En lila flagga för tryggare städer.** Purple flag är kvalitets- certifieringen som syftar till att synliggöra städer som lyckats skapa en trygg stadskärna även under kvälls- och nattimmarna. Metoden, som är hämtad från Storbritannien, är ett exempel på hur arbete med jämställdhet, mångfald och variationsbredd kan bidra till att skapa trygga miljöer som fler vill använda även efter mörkrets infall. Inspirerande, tycker vi!

# 05. Färg och form

Att färg, form och estetik påverkar hur vi mår är sen gammalt. Ett rörigt kontor kan skapa stress, medan färgen rosa kan stimulera kreativiteten. **Enligt 33% av undersökningens deltagare är just arbetsplatsens estetik viktig.** Hur miljöerna färgsatts, vilka material som används, de där fina danska möblerna — ja, allt bidrar till att skapa en lycklig arbetsmiljö som gör det lätt att lyckas.

Men det handlar inte nödvändigtvis bara om att skapa en vacker plats, utan även en miljö som stöder olika sorters behov. Lugna ytor när geniknölarna ska gnuggas, ergonomiska arbetsstationer eller representativa miljöer till det där extra viktiga kundmötet är alla inslag som ställer krav på en genomtänkt kontorsmiljö. Det lyckliga sitter helt enkelt i de genomtänkta lösningarna.

## Färg och form enligt neuroarkitekt Lukasz Krupinski, ÅWL Arkitekter:

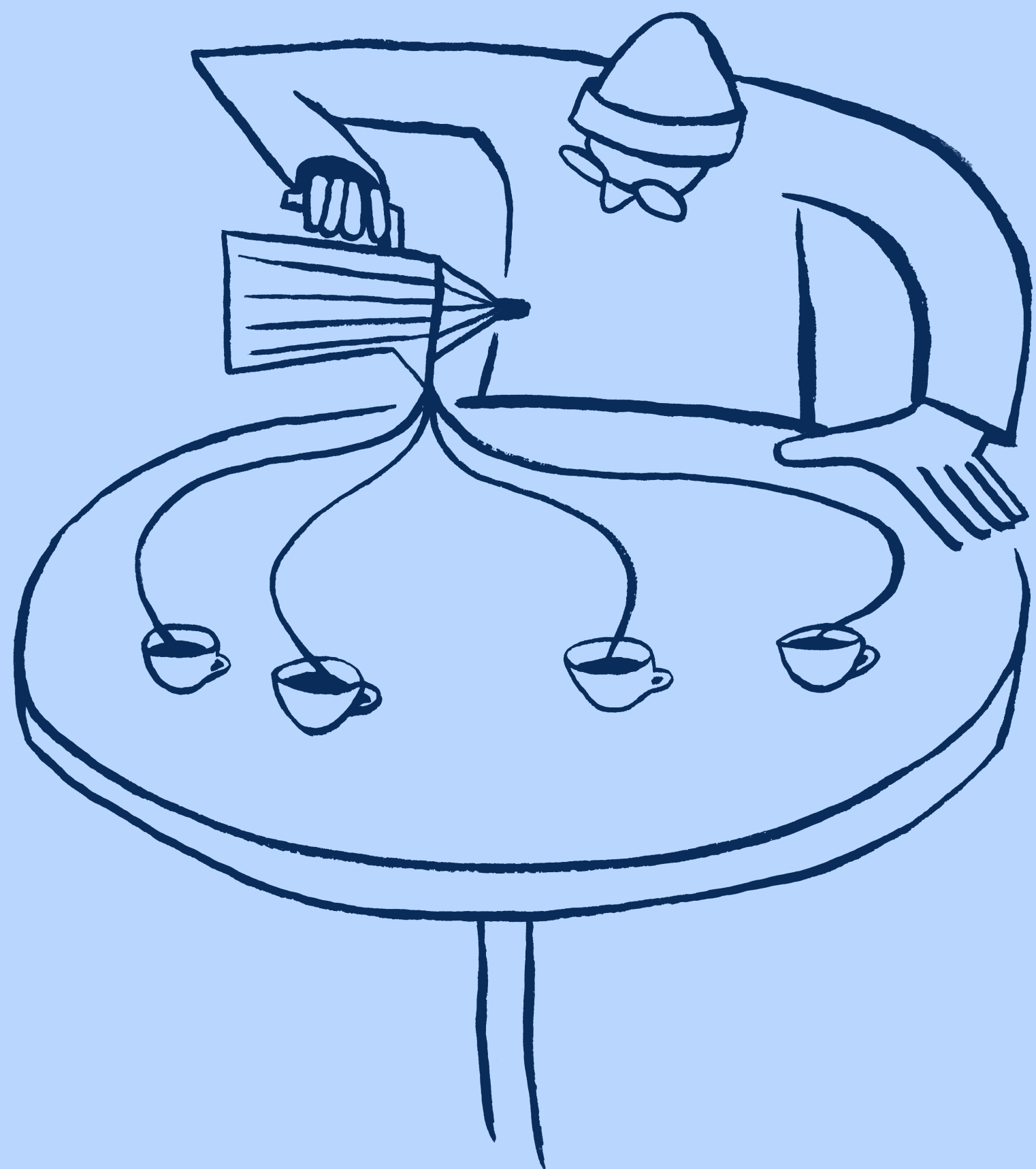
- Röd färg kan hämma logiskt tänkande.
- Kontraster och mättade färger kan upplevas som distraherande.
- Ordning och reda skapar en känsla av trygghet.
- Bra ljus är en viktig faktor för att bibehålla fokus och effektivitet.
- Grönska minskar stress och ökar välbefinnandet.

Det här vara bara några av Lukasz klokskaper på ämnet välbefinnande i byggda miljöer. Här det finns naturligtvis mycket mer att både beakta och djupdyka i!

*”För mig är en lycklig arbetsplats där det finns olika slags zoner för olika typer av behov. Medarbetare är olika personligheter och har olika slags tjänster vilket kan mötas med olika slags arbetsmiljöer.”*

*– Respondent*





*”Trygghet för mig är där alla får synas och höras.  
Man visar uppskattning, feedback och lyfter  
varandra, hjälpa varandra och lära av varandra.”*

*– Respondent*

## 06. För alla sinnen

Svart som synden eller trippel macchiato moca hazelnut latte på havre? Exakt hur de svarande vill ha sitt kaffe vet vi inte, men vad vi däremot vet är att kaffe är viktigt. Hela 32 % anger gott kaffe som väsentligt för en lycklig arbetsplats.

Ja, mood, ambiance, atmosfär spelar roll. Djävulen sitter helt enkelt i detaljerna. Utöver gott kaffe tycker 11% av de svarande att bra musik på kontoret är viktigast, samtidigt som 19 % tycker att möjlighet till avkoppling med spel och lek är viktigt.

En lycklig arbetsplats kräver med andra ord inte bara en kaffemaskin, högtalare och tv-spel — utan dessutom en arbetsgivare som känner sina anställdas goda smak.

**Du har väl inte missat  
Fastighetshits på Spotify?**

Alecta Fastigheter har tagit fram en spellista på temat fastigheter. Blir du lycklig av listan? Avgör själv genom att scanna QR-koden här intill.





Nyfiken på mer?

Läs mer om oss på [alectafastigheter.se](http://alectafastigheter.se)

**alecta**  
**fastigheter**