

TIS
DAG
Jobbet

Foto: COLOURBOX

Lär för ett friskare liv

■ Lära för livet, heter det ju. Och det gäller också lärare. En studie från Högskolan Väst och Linnéuniversitetet visar att de lärare som upplevde att de själva fick lära sig nya saker – inte bara undervisa andra – har bättre hälsa.



4 Blocket-annonser och sedan intervjuer där medarbetarna fick vara med. Så rekryterade företaget Onlinepizza ny marknads- och produktchef.

Källa: SvD

Häromdagen ringde någon klockan tre på natten. Jag sa att jag hade tid då, men trodde inte att hon skulle ta det allvarligt.

Superupptagna skådisen Ruth Vega Fernandez i Fokus.



I morgon: Relation

Kvinnlig chef – då

Jämn fördelning i toppen gynnar hälsan på jobbet

Vill du må bättre, jobba mindre, få lika lön för lika arbete och göra karriär?

Sök dig till ett kvinnostyrt företag.

En ny studie visar att företagskulturen blir bättre när kvinnor dominerar i högsta ledningen.

Undersökningen har jämfört företag med mindre än en tredjedel och mer än 50 procent kvinnor i högsta ledningen.

–Det som förvånade mig mest var att skillnaden var så tydlig, säger ledarskapsutvecklaren och journalisten Cecilia Zadig.

Mer stöd från kvinnor

Undersökningen "Kvinnor och ledarskap i svenska medier" bygger på enkätsvar från kvinnliga chefer i mediebranschen, men Cecilia Zadig har sett hur samma mönster går igen i resten av näringslivet.

–Medieföretag är på inget sätt unika. De drivs på samma sätt som andra företag inom näringslivet, säger Cecilia Zadig.

De positiva skillnader som de svarande i studien upplevde i kvinnligt styrda företag var att de fick mer stöd, hade lättare att avancera, arbetade mindre övertid, hade mer jämställda löner och hade i mindre utsträckning varit sjukskrivna för stressrelaterade symptom.

–Utmattningssyndrom är ett problem som ökar och är vanligast bland kvinnor. Sjukskrivningar kostar mycket pengar, så det borde ligga i företagets intresse att få talen att minska, säger Cecilia Zadig.

Kvinnliga egenskaper

Det har även visat sig att de egenskaper som anses traditionellt kvinnliga är något

som många anser att en bra chef ska ha. Hanna Kusterer, forskare i psykologi, har undersökt föreställningar kring chefskap och kön.

–När jag frågade hur en bra chef ska vara så svarade man saker som traditionellt förknippas med kvinnor – empatisk, kommunikativ, öppen och stöttande både känslomässigt och i arbetet. Men även stereotypiskt manliga egenskaper som

professionell och målinriktad, säger Hanna Kusterer.

Bygger på fördomar

Varför finns det då inte fler kvinnliga chefer? Enligt Hanna Kusterers forskning är en aspekt de fördomar vi har kring kön. När hon frågade hur väl man ansåg att kvinnliga respektive manliga chefer stämde in på bilden av en bra chef ansåg kvinnor att kvinnor var bättre på allt medan männen hade en mer stereotyp bild – kvinnor var bra på kvinnoegenskaper och män på det manliga. Vilket kan göra att män, som dominerar på topppositioner, inte ser kvinnor som tillräckligt bra chefsmaterial.

Det stödjer även Cecilia Zadigs slutsats att det är lättare för kvinnor att avancera och bli chefer med en majoritet kvinnor i ledningen.

–Med kvinnor i ledande positioner är det lättare för kvinnor att bli sedda. Och när glastaket väl är krossat ser alla runt omkring att kvinnor kan vara lika bra chefer som män, säger Cecilia Zadig.



Anna Flytström
anna.flytstrom@aftonbladet.se



Cecilia Zadig,
ledarskapsutvecklare.



Hanna Kusterer,
forskare i psykologi.

Foto: HANS BERGMAN

Foto: TORBJÖRN ZADIG



► Namn: Amelia Adamo
► Ålder: 68 år.
► Familj: Sambon Lucio Benvenuto, barnen Filip och Alexander Adamo och fem barnbarn.
► Gör: Chefredaktör för M-magasin.
► Bor: Stockholm.

"MÄNNEN TÄVLAR MER" Amelia Adamo, chefredaktör för M-magasin, tror att kvinnor

Amelia Adamo: Typiskt

Kvinnliga chefer ägnar mer energi åt hur gruppen mår.

Det tror medieprofilen Amelia Adamo är förklaringen till att stress och sjukskrivningar minskar med kvinnor i ledningen.

–Manliga chefer tänker mest på vad som står på sista raden för att de i högre utsträckning tävlar, säger hon.

Amelia Adamo har un-

der sin långa karriär gått från att tampa med både manliga och kvinnliga chefer till att själv bossa över tidningar som Aftonbladet Söndag, VeckoRevy, Amelia och M-magasin.

Att fler kvinnor i ledningen ger ett bättre företagsklimat tror hon beror på kvinnors sätt att leda.

–Det är en typiskt kvinnlig egenskap att tän-

ka på stämningen. Men det är på gott och ont. Ibland bryr sig kvinnliga chefer så mycket om hur andra mår att det kan hindra dem från att fatta obehagliga beslut. Det bästa hade varit om man kunde kombinera lönsamhet och trivsamt, säger Amelia Adamo.

En ekonomisk vinst
Samtidigt är ju färre

Dagdrömmare är effektiva

■ Att vara en flitig dagdrömmare är väl inte egenskapen du sätter högst upp på ditt cv. Men vi kanske borde omvärdera vår syn på dagdrömmare. Det har nämligen visat sig att det gör oss mer effektiva på jobbet. När

tankarna vandrar i väg så blir hjärnan fri att lösa arbetsuppgifter snabbare. Samma effekt gick även att framkalla genom elchocker i hjärnan. Men då låter det trevligare att tänka på Hawaii.

Källa: Daily Mail



Bättre än elchocker.

Hör upp alla goda lyssnare!

■ Är du bra på att lyssna på dina kollegor? Kanske inte så bra som du tror. Enligt en ny global undersökning så anser 96 procent av tjänstemän världen över att det är viktigt att vara en god lyssnare. Men samti-

digt så sitter hela 98 procent och multitaskar på olika plattformar samtidigt och 64 procent tycker den digitala arbetsplatsen gjort det mycket svårare att lyssna på de som sitter bredvid.

Källa: Businesswire