

INBLICK

KONSULT & FINANS

Välkommen till din branschexpert

Inblick bevakar aktualiteter och trender inom konsult- och finansbranschen och de utmaningar du som jobbar inom området möter. Här kan du läsa om kollegor i samma bransch, besöka arbetsplatser och få svar på frågorna som hjälper dig att växa. Har vi tagit fel på vilken bransch du arbetar inom? Då byter du enkelt genom att logga in på unionen.se.



Foto Camilla Lindqvist

Ansvarig utgivare

Fredrik Nilsson, Unionen

Projektansvarig

Mikael Sundström

mikael.sundstrom@unionen.se

Redaktör

Isabella Iverus

Redaktör

Hedvig Andersson

hedvig.andersson@dgc.com.se

Art Director

Staffan Frid

Louise Bååth

Layout

Charlotte Green

Account Director

Magnus Lindvall

magnus.lindvall@dgc.com.se

Editorial Director

Kjell Häglund

kjell.haglund@dgc.com.se

Tryck och repro

Sörmlands Grafiska

För frågor om innehållet

Mikael Sundström

inblick@unionen.se

UNIONEN
dq COMMUNICATIONS



Ledarskapsexperten Malin Trossing på Dare to lead avslöjar knepen för att klara arbetsbördan.

Våga prioritera

BERÄTTAT FÖR Hedvig Andersson

Hur hanteras intensiva perioder på bästa sätt?

– Det här är ett problem som många branscher upplever och när uppdragen finns måste man ta dem. Man måste rätta sig efter efterfrågan. Men det som är viktigt är att se till att det finns tid för återhämtning efteråt. Om man under en period tar korta luncher, skippar fikan och jobbar över mycket är det viktigt att det kommer en period efteråt där man unnar sig lite längre pauser och kortare dagar.

Vad kan arbetsgivaren göra?

– Det är viktigt att ledningen kommunicerar att det är mycket nu men att det kommer att vara okej att ta det lite lugnare när den intensiva perioden är över. Problemet är att man efter en intensiv period ofta förväntas jobba lika mycket som tidigare men då i stället med långsiktiga mål. Då får man aldrig en chans att återhämta sig. Mycket av stressforskningen visar att det är okej att vara pressad under en period om man sedan får varva ner.

Vad kan chefen göra för att förbättra arbetsituationen?

– Vara medveten om att det inte är optimalt att prestera maximalt hela tiden. Kommunicera att det är okej att ta det lugnare i perioder och själv föregå med gott exempel och göra just det.

Vad kan man som anställd göra?

– Våga säga nej när arbetsbördan blir orimlig. Ofta är man så mån om att göra ett bra jobb så man säger ja till allt. Det är viktigt att våga prioritera. Här har facket en viktig roll i att stötta medarbetarna.



Malin Trossing, ledarskapsexpert på Dare to lead.

Flexibla lösningar

När fordonstillverkaren Scania upplevde en lågkonjunktur lät de medarbetarna gå ner i arbetstid istället för att avskeda dem. Man jobbade mindre, och tjänade förvisso mindre, men när företaget kom ur krisen hade man kvar erfarna och utvilade medarbetare redo för högkonjunktur.