Stockholm måndagen den 6 maj 2024

**Var tredje person upplever stress - värst bland kvinnor och 70-talister**

**Enligt undersöknings- och analysbolaget Brilliant Future som nyss har genomfört en stor arbetsplatsundersökning, är stressnivåerna alarmerande på många arbetsplatser i landet. Kartläggningen är baserad på kvantitativ data från över 800 000 svar från medarbetarundersökningar och visar att kvinnor och 70-talister är allra mest stressade.**

Ungefär var tredje person upplever stress på grund av jobbet, och stressen är störst bland kvinnor. Undersökningen visar att 39 procent av de tillfrågade kvinnorna anser att de inte har en rimlig stressnivå i sitt arbete. Stressen är dessutom störst bland 70-talister. 36 procent av de som är födda på 70-talet anger att stressnivån är för hög på arbetet.

* *Kvinnor som är födda på 70-talet har i regel höga krav på sig själva. De är ofta på en plats i arbetslivet som kräver mycket tid och engagemang. De har också ofta barn som bor hemma samtidigt som föräldrarna börjar åldras och kräver extra tid. Många närmar sig även klimakteriet vilket påverkar måendet och stressen*, säger Sofie Johansson, expert på medarbetarundersökningar på Brilliant Future.

Minst stressade är 50-talisterna och personer födda på 2000-talet, även om stressen inte är frånvarande för dessa grupper. Bland 70-talister uppger 71 procent att de har en rimlig stressnivå, och bland personer födda på 2000-talet anger 68 procent samma sak.

* *Vi ser att höga stressnivåer ofta handlar om otydlighet. Otydlighet kring organisationens mål och riktning, men också otydlighet för individen kring egna mål och arbetsuppgifter. Det här visar hur viktigt det är att kontinuerligt undersöka medarbetarupplevelsen för att kartlägga vad som måste förbättras. Det gör det lättare att agera och förändra baserat på datadrivna beslut*, säger Sofie Johansson.

För mer information och kompletterande återhämtningsstatistik, se tillhörande pressunderlag.
**För mer information, kontakta:**
Alexandra Vass, presskontakt Brilliant Future
alexandra@aderstennorlin.com / +46 (0) 70-771 51 65

**Om Brilliant Future**
[Brilliant](https://brilliantfuture.se/) är en av marknadens främsta plattformar för stärkta kund- och medarbetarrelationer. Med 25 års erfarenhet och 75 anställda förser vi kunder i mer än 50 länder med agerbara insikter som hjälper organisationer att maxa sin fulla potential och stärka relationen till kunder och medarbetare. Det resulterar i faktabaserade beslut, ett helhetsperspektiv och en starkare affär. Läs mer på [www.brilliantfuture.se](http://www.brilliantfuture.se)