

En rapport från Tele2 i samarbete med Kantar Sifo

NYA ARBETSSÄTT

Så förändrades svenskarnas arbetsliv under coronakrisen

TELE2



FÖRETAG

Vi har idag helt nya utmaningar som operatör och även som stor arbetsgivare i och med att fler jobbar hemifrån. Våra företagskunder har på väldigt kort tid vaknat upp i en helt ny verklighet och nu måste vi och dom snabbt ställa om för att hantera hur medarbetarna ska kunna ta del av obegränsad kommunikation både från kontoren och hemifrån. I februari innan coronapandemin hade brutit ut ordentligt, så gjorde vi en SIFO-undersökning där vi bland annat frågade om inställningen till att jobba på distans. I april när många arbetsplatser och kontor stängdes, så ställde vi samma frågor igen.

När fler jobbar hemifrån så ställer det högre krav på att tekniken fungerar. 2 av 10 av de som tillfrågades i den här undersökningen upplever att deras företags it- och telefonlösningar fungerar mycket bra, vilket är en fördubbling om man jämför med 1 av 10 som var positiva i februari.

Det är glädjande att tekniken fungerar nu när den stresstestas av alla oss som jobbar hemifrån. Vår undersökning visar också att tekniken och lösningarna för att jobba på distans fungerar bättre än vad kanske många trodde, trots att man också måste vara vaksam så att medarbetarna mår bra när man tappar delar av den sociala aspekten.

Vi tycker naturligtvis att det är extra roligt att undersökningen även visar att fler av de anställda hos Tele2s företagskunder är nöjda eller mycket nöjda med sina it- och telefonitjänster från oss. Jag hoppas att du hittar många intressanta insikter i rapporten och tveka inte att kontakta oss om du vill diskutera hur ditt företag eller organisations it- och telefonlösningar kan anpassas till framtidens nya arbetssätt.

Trevlig läsning!

Fredrik Stenberg
EVP–Large Enterprise Tele2 Sverige AB



Innehåll

Arbetslivet före och under coronakrisen	4
Vår inställning, effektivitet och våra relationer har påverkats	8
Livet på Microsoft Teams, Skype, Zoom och Google Hangouts/Meet	17
Framtiden	22
Sammanfattning	23

Om undersökningen

Totalt gjordes 1 000 intervjuer under februari 2020 och lika många i april. De tillfrågade är mellan 25–64 år och arbetar hel/-deltid på ett företag med fler än 10 anställda. För att få delta i undersökningen måste man ha tillgång till telefon och dator från sin arbetsgivare. Svarsfrekvensen var 26 %.

Antal intervjuer

Man	584
Kvinna	428
25–34 år	169
35–44 år	279
45–54	228
55–64 år	336
Totalt	1012

Arbetslivet före och under coronakrisen

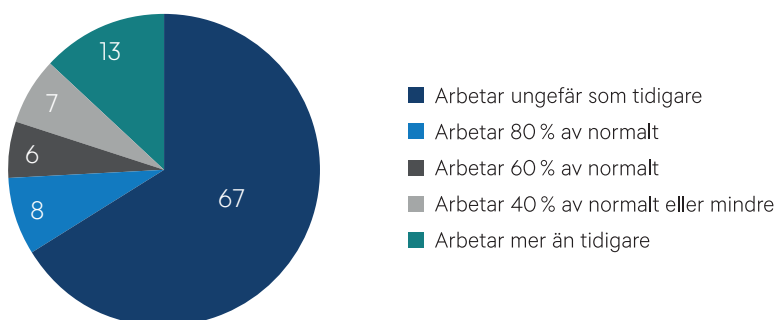
8/10

arbetar lika mycket eller mer än tidigare

Coronakrisen har haft en omedelbar påverkan på vårt sätt att arbeta. Distansarbetet har på kort tid ökat med 400 % och väldigt många har fått en ny vardag att förhålla sig till. Något som har gett både positiva och negativa effekter. Vi ser att många snabbt kunde ställa om till distansarbete och att påverkan inte varit så stor som vi först trodde. 8 av 10 arbetar lika mycket eller mer än vad de gjorde innan coronakrisen. Men distansarbetet är fortfarande ojämnt fördelat, både på individnivå och mellan olika branscher.

Hur mycket arbetar du nu jämfört med innan corona?

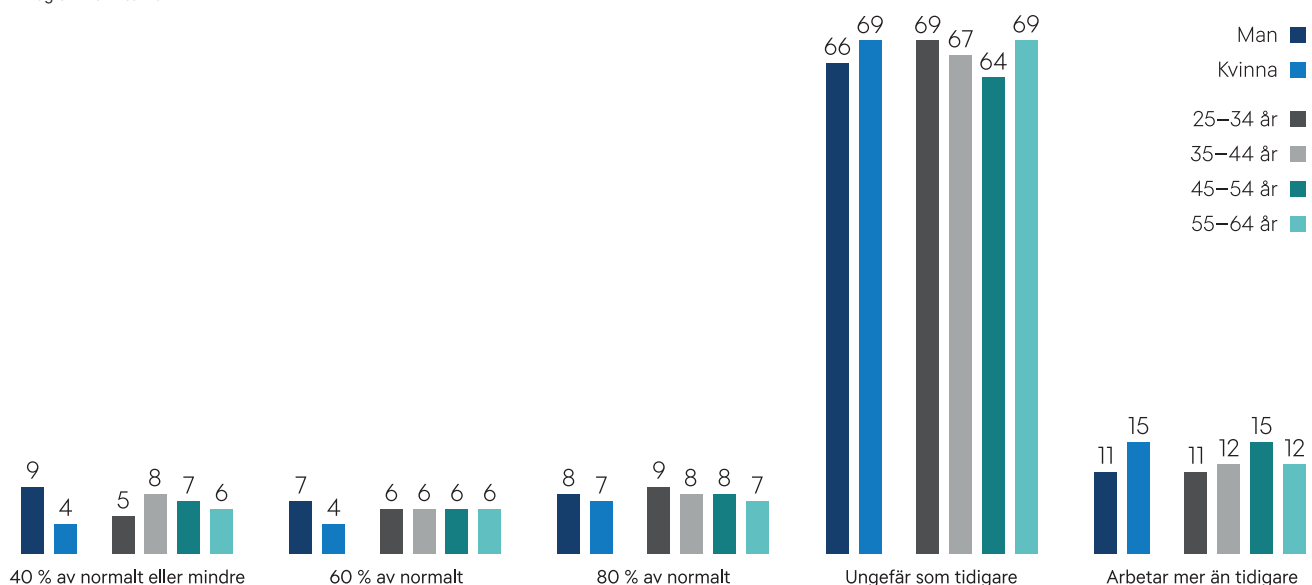
Diagrammet visar %



Kvinnor över 55 är de som i högst grad arbetar mer än tidigare.

Hur mycket arbetar du nu i förhållande till innan corona?

Diagrammet visar %



Kvinnor arbetar i högre grad mer än män, även jämfört med tidigare. Det beror på att många kvinnor arbetar inom vården och skolan där arbetsbelastningen överlag ökat på grund av krisen.

Den största ökningen av arbetstid sett till bransch hittar vi i finansbranschen. Något som säkert kan förklaras med att krisen inneburit en ekonomisk påfrestning för företag och att många blir tvungna att se över sina finanser.

Vi ser också att många inom industrin har gått ner i arbetstid. Det var väntat. Men inom t ex skolan ser vi istället att 1 av 5 arbetar mer nu än innan coronakrisen.

Många inom finansbranschen arbetar mer idag

1/3

av de som arbetar inom bank och finans arbetar mer än tidigare, motsvarande siffra för både utbildning och transportbranschen är 1/5

Distansarbetet under coronakrisen har ökat med nästan

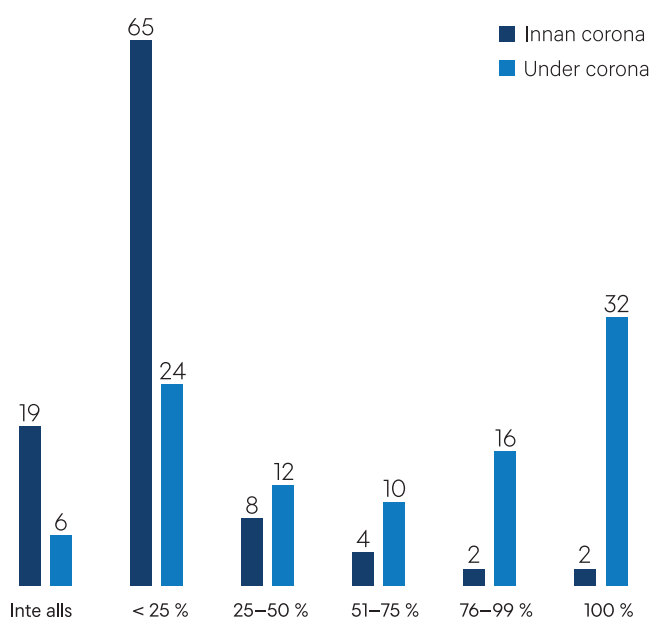
400%

Redan innan corona var det drygt 8 av 10 som i någon utsträckning arbetade på distans, men de flesta gjorde det mindre än en fjärdedel av arbetstiden. Att förlägga merparten av arbetstiden på distans var ovanligt – bara drygt 1 av 20 gjorde det. Och av all arbetad tid var endast 12 % av tiden på distans.

Under corona har distansarbetet ökat till 51 % av arbetad tid, en ökning med drygt 400 %. Det förekommer fortfarande att man arbetar all sin tid på ordinarie arbetsplats, men det är knappt 1 av 20 som gör det. Mer än 50 % arbetar merparten av tiden på distans och nästan 1 av 3 arbetar all sin tid på distans.

Hur stor del av din arbetstid arbetar du på distans?

Diagrammet visar %

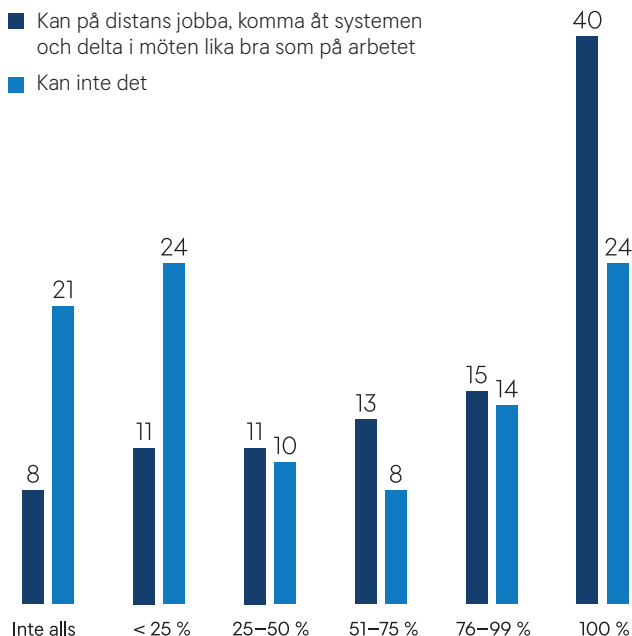


1/2

arbetar mer än 75 %
på distans medan
3/10 arbetar mindre
än 25 % på distans

Hur stor del av din arbetstid arbetar du på distans under coronakrisen?

Diagrammet visar %



Undersökningen visar också att bra teknik är viktigt för att vi skall kunna och vilja arbeta på distans. Hos dem som har sämre tekniska förutsättningar för distansarbete undviker 1 av 5 det helt. Bland dem som upplever att tekniken hemma funkar bra är det mindre än 1 av 10 som gör det.

Med bra tekniska förutsättningar* är det också vanligare att ha kunnat arbeta 100 % på distans. 4 av 10 av de som har bra tekniska förutsättningar har gått över helt till distans. Men bara 1 av 4 av de som har sämre förutsättningar har gjort det.

4/10

av de som har
bra tekniska
förutsättningar
har gått över helt
till distansarbete

* Med bra tekniska förutsättningar avses att it/telekom hemma fungerar så bra att man anser sig ha kunna arbeta, komma åt systemen och delta i möten lika bra som på arbetsplatsen.

Vår inställning, effektivitet och våra relationer har påverkats

1/4

upplever att de löser sina arbetsuppgifter mer effektivt

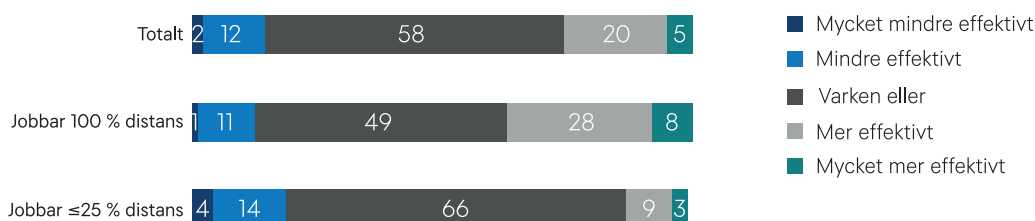
Vår trivsel och effektivitet

Den snabba övergången till en mer digitaliserad vardag ställer inte bara stora krav på tekniken, utan också på hur vi umgås. Arbetsplatsen är inte bara en plats för arbete, utan också för social samvaro där vi är vana att dagligen utbyta tankar, idéer och skratt. Ett småprat som ofta gör större skillnad för vårt mående än vi kanske tror. Därför är det viktigt att ta reda på hur vår nya vardag påverkar vår trivsel, våra relationer och hur effektiva vi kan vara.

Vi ser ett samband mellan hur mycket man arbetar hemifrån och hur effektiv man anser sig vara. De som arbetar 100 % hemifrån upplever att de arbetar mer effektivt än innan corona. Bland dem som arbetar 25 % eller mindre på distans, är det fler som istället upplever minskad effektivitet.

Löser du dina uppgifter mer eller mindre effektivt, jämfört med innan coronakrisen?

Diagrammet visar %



Vi känner att vi hinner mer,
men motivationen riskerar
att gå ner

64%

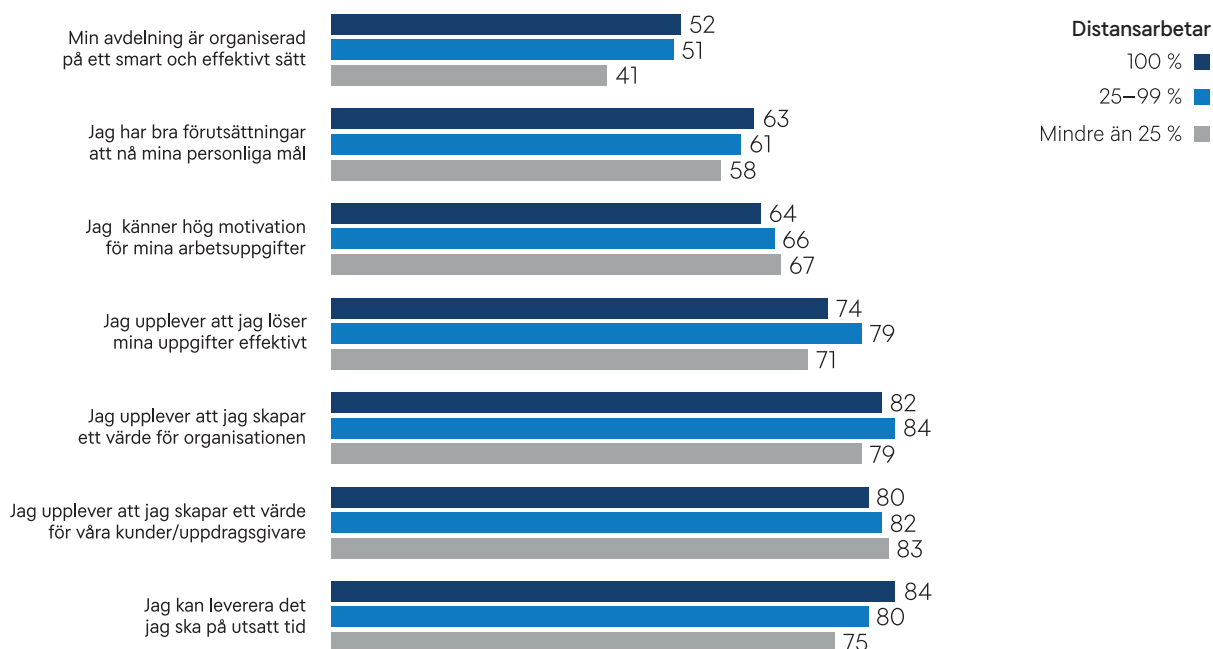
Mycket distansarbete gör att man hinner med
mer och blir mer effektiv. Dock kan 100 %
distansarbete påverka motivationen negativt.

av de som arbetar
100 % på distans
känner hög
motivation

Att omge sig med kollegor med samma
utmaningar och som jobbar mot samma mål
bidrar till att jobbet känns meningsfullt. Men
efter veckor av ensamarbete är det många
som tappar en del av energin.

Om du tänker på din arbetssituation under coronakrisen,
hur väl instämmer du i följande påståenden?

Diagrammet visar % som instämmer helt eller delvis



Tips: Hög motivationen genom att ge positiv feedback – inför en digital klapp på axeln. Fundera på vilka roller/individer som har förutsättningar att motivera sig själva. Ha regelbundna individuella avstämningar med teamet för att se till att alla mår bra.

Det är tydligt att våra arbetssituationer har förändrats. För många till det bättre, men i vissa fall till det sämre. Bland dem som har haft möjlighet att arbeta 25 % eller mer på distans, ser vi en större förbättring.

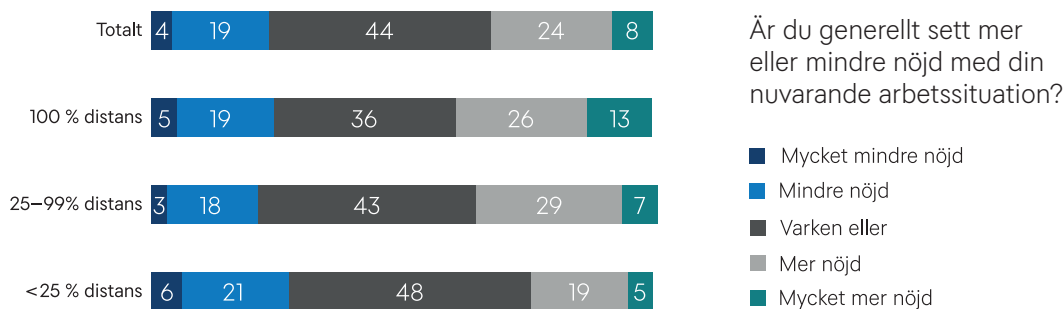
Allra störst förbättring ser vi hos de som arbetat 100 % på distans. I den gruppen upplever nästan 4 av 10 att man under corona blivit mer eller mycket mer nöjd med sin arbetssituation. Även om det även i denna grupp finns de som upplever en försämring, så är det tydligt att övergången till att arbeta fullt ut på distans har inneburit en positiv förändring för väldigt många.

1/3

är mer nöjda
med sin
arbetssituation

Under coronakrisen, hur stor del av din arbetstid arbetar du på distans?

Diagrammet visar %



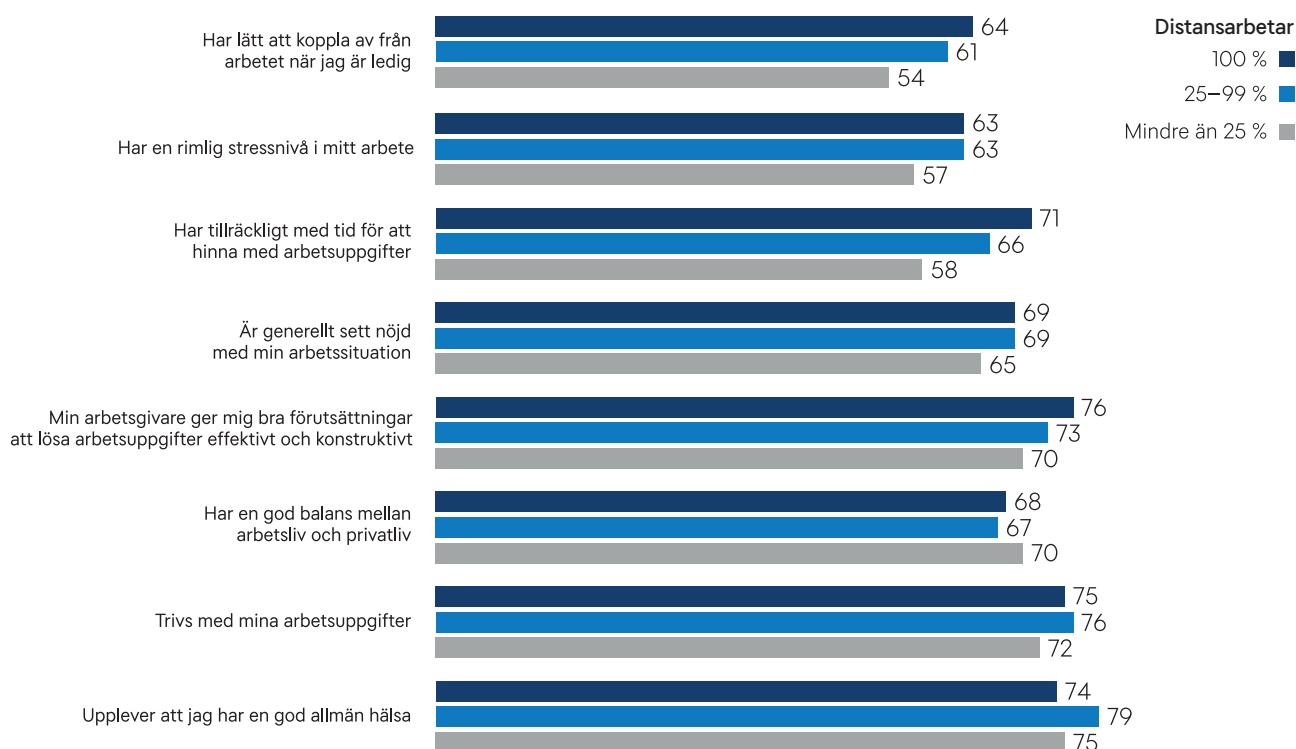
Tips: Möjliggör och uppmuntra arbete på distans. Vi trivs överlag bättre med arbetet och hinner med mer när vi ökar mängden distansarbete.

Vi trivs bättre med arbetet och hinner med mer när vi ökar mängden distansarbete

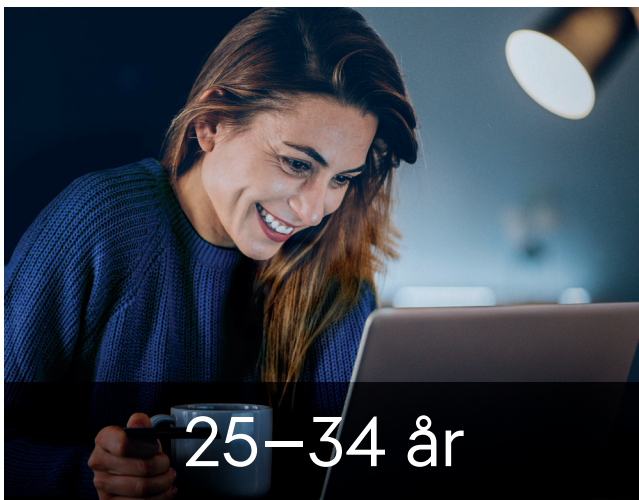
Distansarbete ökar trivseln, minskar stressen och gör det lättare att koppla av när man är ledig. Men balansen mellan arbete och fritid kan påverkas negativt.

Om du tänker på din arbetssituation under coronakrisen, hur väl instämmer du i följande påståenden?

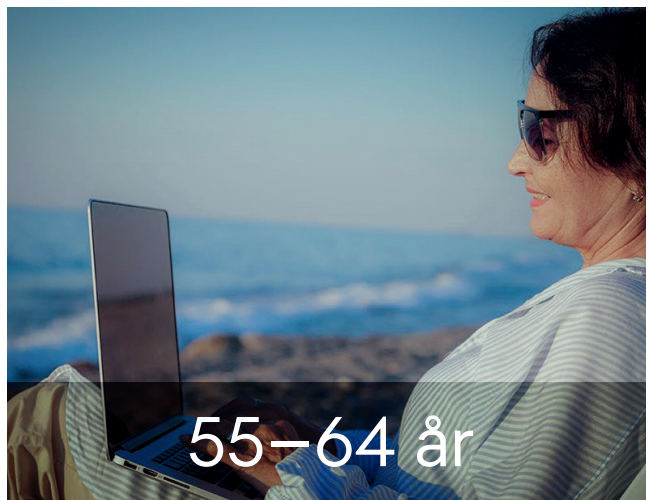
Diagrammet visar % som instämmer helt eller delvis



Vi ser också en tydlig skillnad mellan olika åldersgrupper. I åldrarna 55–64 upplever man en förändring till det bättre när det gäller både effektivitet och arbetstillfredsställelse. I åldrarna 25–34 ser vi istället en viss upplevd försämring. En trolig förklaring är att distansarbete blir mer av en utmaning under småbarnsåren där många i familjen skall samsas om både fysiskt utrymme och bandbredd.



25–34 år



55–64 år

27%

mer nöjda

36%

28%

mindre nöjda

18%

18%

mer effektiva

28%

19%

mindre effektiva

10%

Vår inställning till tekniken har förändrats

Överlag har man blivit mer positiv till de tekniska förutsättningarna att arbeta på distans. Det kan sannolikt förklaras av att man helt enkelt blivit tvungen att pröva och lära sig hur man gör. Blir det en daglig rutin att koppla upp sig hemifrån lär man sig, och får det att fungera. Vi har alla fått gå en intensivkurs i distansarbete och många har helt klart tagit till sig både tekniken och arbetssättet.

13%

upplever att tekniken strular, vilket nästan är en halvering jämfört med före corona

Före corona Under corona

För mycket tid går åt till teknikstrul, system som inte fungerar, dålig uppkoppling mm

25% 13%

Vi har inte tillräckligt bra tekniska möjligheter att arbeta på distans

22% 10%

Man kan känna sig lite övervakad när t ex system visar om man är online eller inte

24% 19%



Tips: Försäkra er om att alla medarbetare har tillgång till bra uppkoppling när de arbetar på distans. På så sätt undviks hackiga möten där ljud och bild försvinner.

Teamkänslan kan delvis gå förlorad när vi inte fikar eller småpratar som tidigare

	Före corona	Under corona
Att många arbetar på distans går ut över trivseln, t ex fikastunder och småprat kollegor emellan	—	58%
Att många nu arbetar på distans går ut över teamkänslan, man ses helt enkelt för sällan	26%	49%
Det kan ta tid att lösa problem när många arbetar på distans och man sällan träffas fysiskt	29%	35%

1/2

upplever att
distansarbetet
går ut över
teamkänslan

En tydlig baksida av allt distansarbete är att samhörigheten och kamratskapet med kollegorna kan bli lidande. 1 av 2 upplever att allt distansarbete går ut över teamkänslan.

Den känslan hade många redan innan corona men det är nästan dubbelt så många som upplevde problemet under krisen. Och även om många får mer gjort på distans så kan det bli svårare att lösa en del uppgifter när man inte träffar kollegorna fysiskt.



Tips: Boka digitala fikastunder, luncher och aw med kollegor där ni pratar om annat. Använd gärna digitala hjälpmedel, som t ex quiz, spel och liknande.

23%

saknar bra
förutsättningar
för att arbeta
hemifrån, en
markant ökning
från före corona

För många är också
distraktionerna och arbets-
miljön hemma en utmaning

Samtidigt som många får mer gjort och blir mer effektiva på distans, upplever andra att de blir distraherade och kan tappa koncentrationen. Självklart har vi alla olika förutsättningar, både vad gäller hemmamiljö och förmågan att fokusera. Har du ingen bra arbetsplats eller en rörig situation hemma blir de problemen tydligare när all arbetstid är förlagd till hemmet. Att kunna arbeta heltid på distans förutsätter helt enkelt att arbetsmiljön hemma fungerar.

Före corona Under corona

Jag saknar bra förutsättningar att arbeta hemifrån, det är för stökigt, saknas bra arbetsytor etc

14% 23%

Det känns inte alltid som att man är effektiv när man arbetar hemifrån, man kan börja göra annat/bli distraherad

24% 30%



Tips: Se till att medarbetarna har en dedikerad arbetsplats hemma, med bra ergonomi, bra utrustning och fri från saker som distraherar dem.

3/10

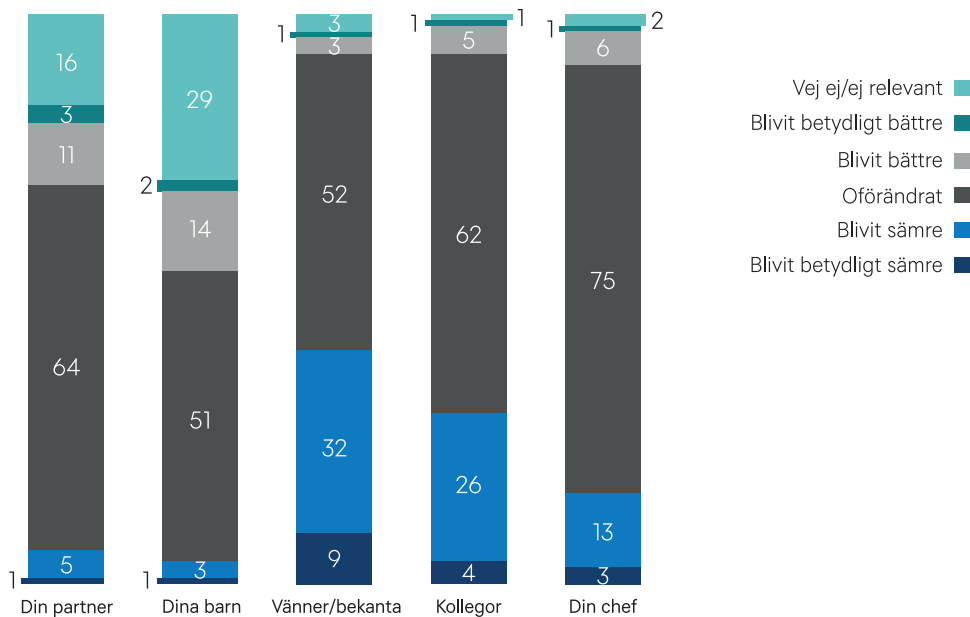
upplever att relationerna
till kollegor drabbas vid
100 % distansarbete

Våra relationer har påverkats

30 % upplever att deras relation till sina kollegor har blivit sämre. 1 av 10 upplever att relationen till vänner och bekanta blivit betydligt sämre. Av de som har partner ser vi att relationen till viss del har blivit bättre eller är oförändrad. För dem som har barn ser vi samma mönster gällande förändringar i relationen till barnen.

Under coronakrisen, hur skulle du säga
att din relation till följande har påverkats?

Diagrammet visar %



Livet på Microsoft Teams, Skype, Zoom och Google Hangouts/Meet

9/10

använder
videomöten

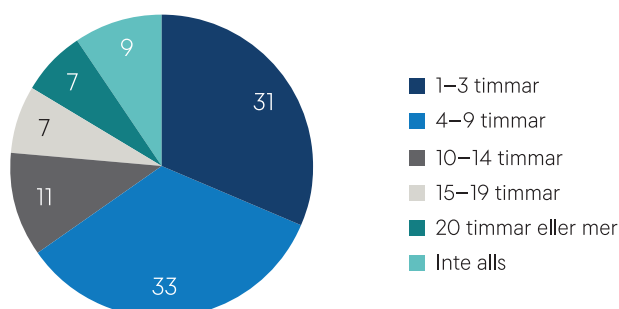
Den största förändringen i vårt sätt att arbeta under coronakrisen är den enorma ökningen av distansarbete. Men det finns fortfarande ett stort behov och en önskan att ses. Detta har inneburit att antalet digitala möten också ökat kraftigt under samma period.

Även om digitala möten inte är något nytt, har det intensiva användandet ställt större krav på hur vi genomför dem. Vi har tvingats att bli bättre på digitala möten, och att vara noggrannare med att följa gemensamma förhållningsregler.

Vi har tagit reda på hur den nya möteskulturen påverkar oss, vad vi tycker om videomöten och vad som är viktigt att tänka på.

Hur många timmar per vecka sitter du i möten/presentationer via digitala plattformar?

Diagrammet visar %



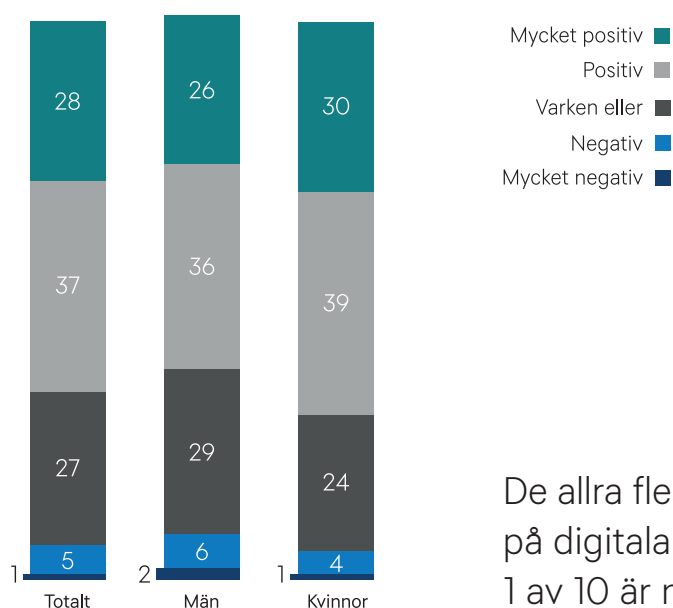
7%

sitter i videomöten
20 timmar eller
mer per vecka

En majoritet är positiva till möten på digitala plattformar

Hur ställer du dig till möten på digitala plattformar?

Diagrammet visar %



2/3

upplever att deras digitala plattform fungerar bra

De allra flesta, nästan 7 av 10, är positiva till möten på digitala plattformar och väldigt få, mindre än 1 av 10 är negativa. Och alla verkar gilla tekniken, även de som är över 55 år. Men det är samtidigt tydligt att det krävs en viss vana för att bli sams med tekniken. Ju mer man använder digitala möten, desto mer positiv är man. Bland de som sitter mer än 10 timmar veckan är 8 av 10 nöjda eller mycket nöjda med tekniken.

Microsoft Teams är den plattform som ges högst betyg, även om skillnaden mellan olika plattformar inte är jättestor. 75 % är nöjda att jämföra med runt 70 % för Skype, Zoom och Google Hangouts/Meet.



Tips: Mötesdisciplin är viktigt för att få videomöten att flyta på. Nyttja tekniken fullt ut, digitala whiteboards och teknik som stödjer workshops finns på många plattformar.

Vi upplever inte lika stora utmaningar med den digitala mötestekniken

Vi ser också att alla videomöten har gjort oss mer vana och bekväma med tekniken. Innan corona tyckte 24 % att det var struligt och stressframkallande att försöka få igång ett videomöte. Nu är det endast 14 % som upplever det. Även mötesdisciplinen har blivit bättre. Det är sannolikt också en effekt av att man helt enkelt blivit mer van, och att allt fler lärt sig vett och etikett för videomöten.

14%

upplever stress och strul med videomöten, en siffra som minskat kraftigt

Före corona Under corona

Möten kan ibland kännas ineffektiva och ofokuserade när många sitter med mobiler och laptops uppe

41% 28%

Det är alltför ofta strul när man skall få igång ett videomöte, vilket skapar onödig stress

24% 14%

Dåligt med disciplinen under videomöten, folk kommer sent, sätter inte på "ljudlöst läge", lämnar plötsligt, etc

21% 13%



Tips: Uppmuntra mötesdeltagarna att logga in till mötet några minuter före utsatt tid så att alla hinner kontrollera tekniken. Som mötesledare är det viktigt att fördela ordet så alla får komma till tals och känna sig sedda under mötet. Se till att deltagarna använder muteknappen, räcker upp handen och använder chatten.

Tekniska förutsättningar påverkar mötesupplevelsen

Bland dem som har bra tekniska förutsättningar att arbeta på distans blir upplevelsen av videomöten betydligt bättre. I den gruppen är 8 av 10 positiva till digitala möten och lika många tycker att plattformen man använder fungerar bra.

Har man dåliga tekniska förutsättningar får man en sämre upplevelse, i den gruppen är det färre som är positiva till digitala möten. I samma grupp är det också dubbelt så vanligt att man har problem med teknikstrul under videomöten, jämfört med om tekniken hemma fungerar bra. 19 % mot 10 % upplever det.

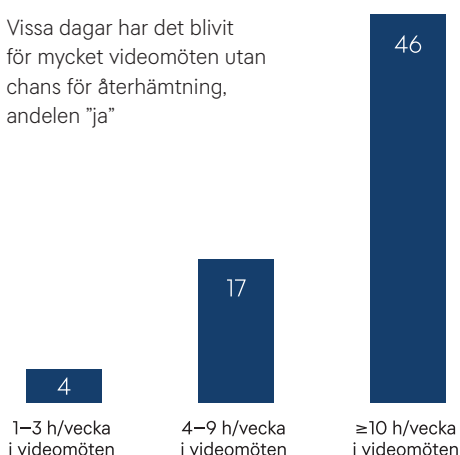
8/10

är positiva till digitala möten om man har bra teknik hemma

För mycket videomöten

Diagrammet visar %

Vissa dagar har det blivit för mycket videomöten utan chans för återhämtning, andelen "ja"



Att sitta i många och långa videomöten kan ha en uttröttande effekt. När vi tittar på dem som sitter i videomöten 10 timmar eller mer i veckan är det hela 46 % som tycker att det är för mycket. För dem som håller sig under 10 timmar är den siffran bara 21 %. Det kan ge en indikation på hur mycket videomöten vi faktiskt klarar av.



Tips: Tänk på att för många och långa videomöten är uttröttande. Begränsa antalet timmar och ha korta pauser mellan mötena. Går det att ersätta videomötet med en annan kanal, t ex ett telefonmöte?

Det sociala samspelet är en större utmaning än tekniken

En tydlig slutsats vi kan dra är att utmaningarna med att använda videotjänster handlar mer om det sociala än det tekniska. 1 av 4 kan känna sig obekvämt för att man har svårare att läsa av stämningen. Bara drygt 1 av 10 känner sig obekvämt för att man inte kan tekniken. Det är en viktig insikt och pekar på behovet av att använda kameran, att kallprata och att låta folk "checka in" genom att tidigt i mötet berätta något, kanske hur man känner sig eller något som hänt.

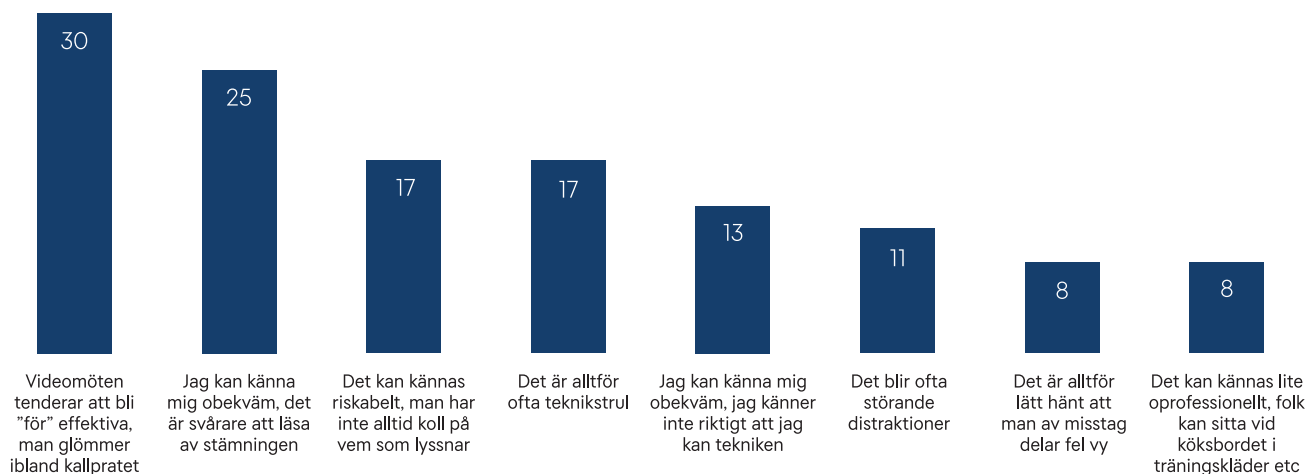
Att lära sig läsa av stämningen i en digital miljö förefaller också vara en vanesak. De som sitter 10 timmar eller mer per vecka i videomöten upplever inte problemet i alls lika hög grad som de som sitter bara 1–3 timmar.

2/3

uppskattar den mer informella känslan i videomöten

Problemupplevelse kring videomöten

Diagrammet visar % som instämmer helt eller delvis



Framtiden

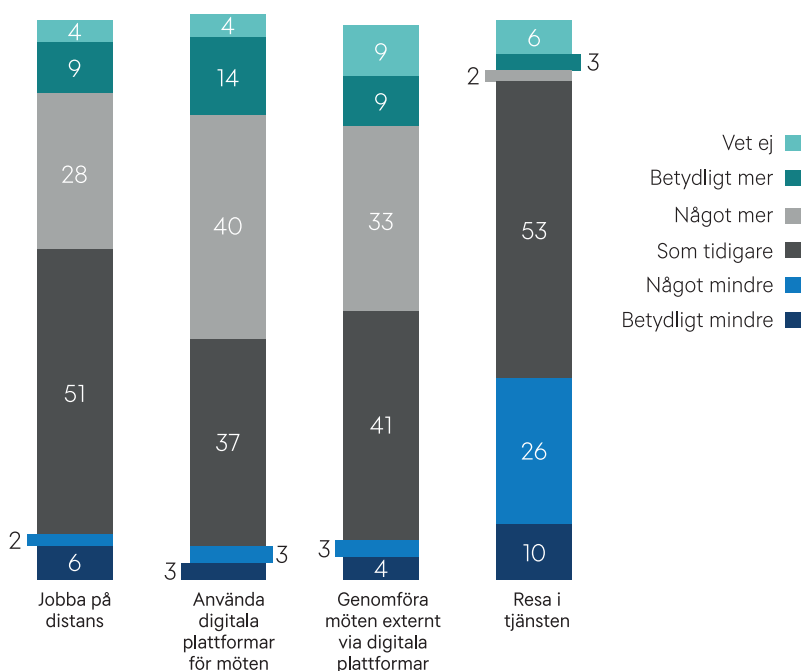
Coronakrisen har påverkat hur vi arbetar, men kommer också påverka hur vi vill arbeta framöver. 36 % har angett att de kommer resa mindre i tjänsten även efter att alla restriktioner har lyfts. Hälften uppger dessutom att de kommer att använda digitala plattformar mer än innan corona. 42 % kommer också att använda dem mer även för externa möten.

4/10

kommer att arbeta mer på distans även efter corona

Vad av följande tror du att du kommer att göra mer eller mindre av efter corona, jämfört med innan?

Diagrammet visar %



Sammanfattning

- I yrkesgrupper med förutsättningar att arbeta på distans ser vi en massiv ökning i mängden distansarbete under coronakrisen från 12 till 51 % av totalt arbetad tid, en ökning med 400 %.
- Av de som har möjlighet att distansarbeta gör 32 % det på heltid under coronakrisen. 2 % gjorde det innan.
- 8 av 10 arbetar mer eller lika mycket som tidigare. Kvinnor över 55 är en grupp som arbetar mer nu jämfört med innan corona. Inom bank- och finansbranschen arbetar 28 % mer nu än tidigare.
- 4 av 10 kommer att arbeta mer på distans när man återgår till sina kontor på heltid igen.
- 36 % av de som arbetar på heltid hemifrån upplever att de arbetar mer effektivt än innan. Bland de som arbetar 25 % eller mindre på distans är det fler som upplever minskad effektivitet.
- Att arbeta en stor del av sin tid på distans ökar trivseln, minskar stressen och gör det lättare att koppla av när man är ledig. Av de som arbetar heltid hemma så uppger 68 % att de har en god balans mellan arbete och fritid och 64 % att de kan koppla av när de är lediga.
- En majoritet saknar fikastunder och småpratet kollegor emellan och 49 % tycker att distansarbete går ut över teamkänslan. Innan coronakrisen var den siffran 26 %.

- 3 av 10 upplever att deras relation till sina kollegor har blivit sämre.
- De som har partner uppger att relationen till viss del ha blivit bättre, eller oförändrad. Vi ser samma mönster för relationen till sina barn.
- 73 % upplever mindre än 1 timme strultid i veckan jämfört med 65 % innan coronakrisen.
- 30 % tycker videomöten blir för effektiva och att man glömmer kallpratet och relationsbyggandet.
- 46 % av de som sitter i videomöte i mer än 10 timmar per vecka, säger att det vissa dagar blivit för mycket videomöten utan chans för återhämtning. Av de som sitter i möte mellan 4–9 timmar varje vecka, så uppger 17 % samma sak.



Gå till tele2.se/foretag/radgivning och fyll i formuläret så kontakter vi dig.
Du som redan är kund hos Tele2 är välkommen att kontakta din säljare.