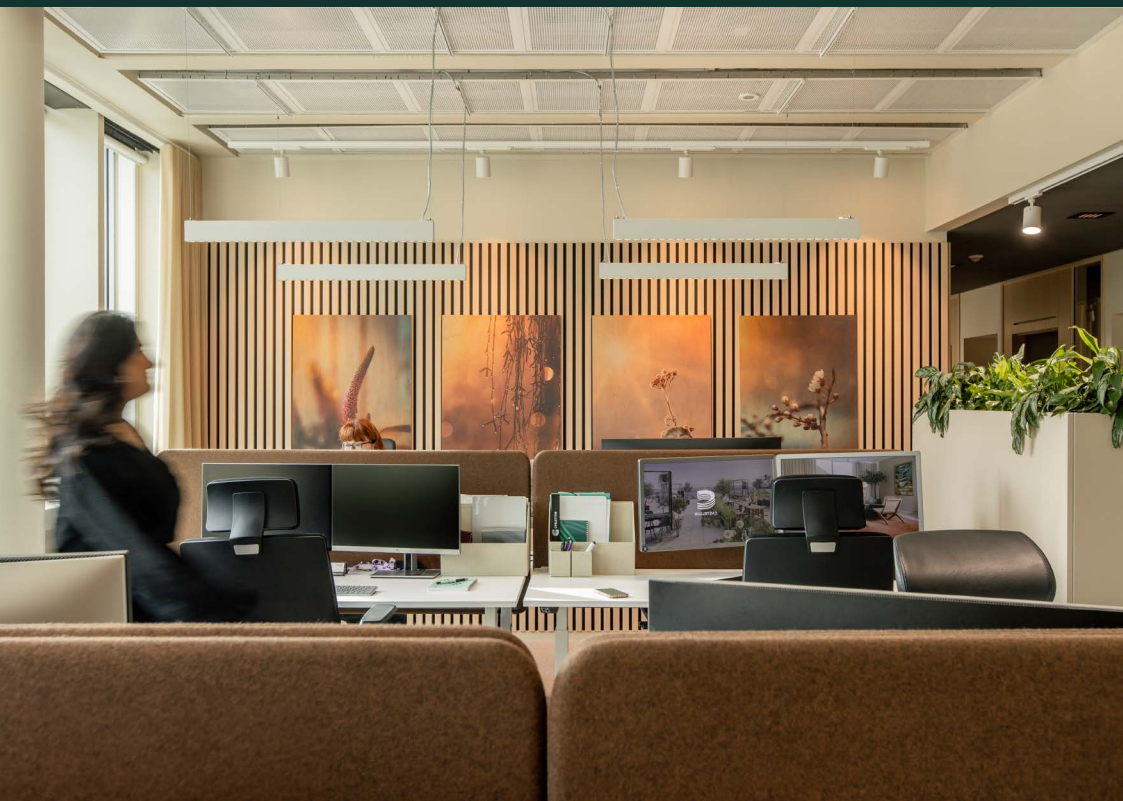


# Framtidens arbetsliv

– en årlig rapport om kontorstrender

# 2025



# Innehåll

<b>Sammanfattning</b>	<b>2</b>
<b>Kontorets roll</b>	<b>4</b>
Social mötesplats	4
Hälsa & välmående	5
Företagskultur	6
Efter arbetstid	7
<b>Kontorsmiljö och service</b>	<b>8</b>
Kontorsmiljöns betydelse	8
Kontorslösningar	9
Funktionalitet	10
Service & faciliteter	11
<b>Kontorets läge</b>	<b>15</b>
Lägets betydelse	15
Tillgänglighet & närområde	15
Pendling	16
Parkering	17
<b>Flexibilitet</b>	<b>18</b>
Vikten av flexibilitet	18
Kontorsnärvaro	19
Distansarbete	20
Riktlinjer	22
<b>Nordiskt perspektiv</b>	<b>24</b>

## Om undersökningen

Trendrapporten Framtidens arbetsliv baseras på en undersökning genomförd av Axiom Insight på uppdrag av Castellum.

4 030 kontorsarbetare i åldrarna 18–67 år har medverkat i undersökningen, varav 2 013 från Sverige, 1 006 från Danmark och 1 011 från Finland. Om inte annat anges är det endast de svenska resultaten som visas i denna rapport.

Samtliga respondenter är från Cints paneler. Studien genomfördes under perioden 15 oktober till 19 november 2024.

# Sammanfattning

Kontoret spelar en allt viktigare roll, inte bara för företagskulturen och medarbetarnas samarbete och välmående utan också i konkurrensen om de bästa talangerna. Många värnar fortfarande om sin flexibilitet, men det är på kontoret kollegorna är och i takt med att allt fler arbetsgivare satsar på att förbättra sin kontorsmiljö desto mer tid tillbringar medarbetarna där. Faktum är att många trivs så bra på sina kontor att de kan tänka sig att använda lokalerna som social mötesplats även efter arbetstid. Välkommen till kontorsåret 2025.

För sjätte året i rad har vi på Castellum undersökt nordiska kontorsarbetares förväntningar på arbetslivet och kontoret som arbetsplats. Undersökningen ger oss värdefulla insikter om de behov och trender som kommer att forma framtidens arbetsplatser. I denna rapport presenterar vi de svenska resultaten, men bjuder avslutningsvis även på några intressanta likheter och olikheter mellan de nordiska grannländerna. Nytt för i år är även att vi har djupdykt i kontorsarbetarnas pendlingsvanor.

Årets undersökning visar att närvaron på kontoren fortsätter att öka, samtidigt som kontorets läge och möjligheten till distansarbete förblir viktiga pusselbitar för att få vardagslivet att fungera. Ju längre pendlingstid desto viktigare. Det framgår också tydligt att chefer och övriga medarbetare ofta har olika uppfattning i många frågor, vilket understryker vikten av att kartlägga hela organisationens behov för att skapa en hållbar och trivsamt arbetsmiljö där alla kan trivas och utvecklas.



# 1 av 3

jobbar på kontoret alla dagar i veckan



# 1 av 20

jobbar på distans alla dagar i veckan





# 8 av 10

tycker kontoret är viktigt för deras fysiska och psykiska hälsa

# 92%

av medarbetare mellan 25 och 34 år tycker kontorets läge är viktigt vid val av arbetsgivare

# 87%

tycker kontorsmiljön är viktig vid val av arbetsgivare

# 1 av 5

kvinnor hade försökt byta jobb om det infördes obligatorisk kontorsnärvaro alla dagar i veckan

# 83%

tycker att möjlighet till distansarbete är helt eller delvis avgörande vid val av arbetsgivare



## Årets 5 viktigaste insikter

En sammanfattning av de fem viktigaste insikterna från årets rapport. Perfekt för en snabb inblick, men för en djupare förståelse av de senaste kontorstrenderna rekommenderar vi att du läser hela rapporten.

1. **Bättre kontor lockar fler.** En bra kontorsmiljö gör att fler vill vara på kontoret. Men många arbetsplatser är inte anpassade för enskilt arbete och telefonsamtal.
2. **Hälsotrenden håller i sig.** Fler upplever att deras kontor främjar psykisk och fysisk hälsa, och de som har ett kontor som uppmuntrar rörelse är mer nöjda.
3. **Unga skattar kontoret högst.** Unga prioriterar läget och kontorsmiljön högst av alla och använder gärna kontoret som mötesplats även utanför arbetstid.
4. **Splittrad syn på flexibilitet.** Obligatorisk närvaro får ökat stöd samtidigt som de flesta fortfarande tycker att möjligheten till distansarbete är helt eller delvis avgörande vid val av arbetsgivare.
5. **Chefer sticker ut i statistiken.** Ju högre chef desto mer avviker synen på kontorsmiljö och flexibilitet jämfört med övriga kontorsarbeters åsikter.

# Kontorets roll och betydelse

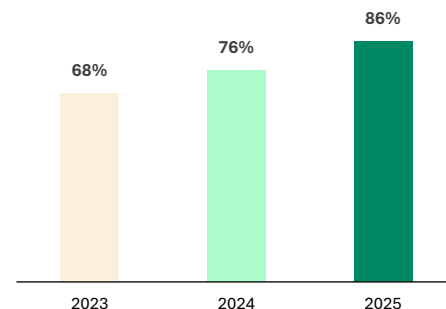
Kontorets roll fortsätter att förändras och blir allt mer mångsidig. Årets undersökning visar att kontoret har blivit viktigare för att skapa en stark företagskultur och främja medarbetarnas hälsa och sociala liv. Den avslöjar också ett stort intresse för att använda kontoret som mötesplats även efter arbetsdagens slut.

Liksom tidigare år visar årets undersökning att den största fördelen med kontoret är möjligheten att träffa kollegorna. 65 procent av svenska kontorsarbetare anser att mötet med kollegorna är den främsta fördelen med att arbeta på kontor. I gruppen kontorsarbetare utan chefsansvar tycker hela 74 procent att träffa kollegor är viktigast, tätt följd av gruppen kvinnor, där 68 procent tycker kollegor är viktigast.

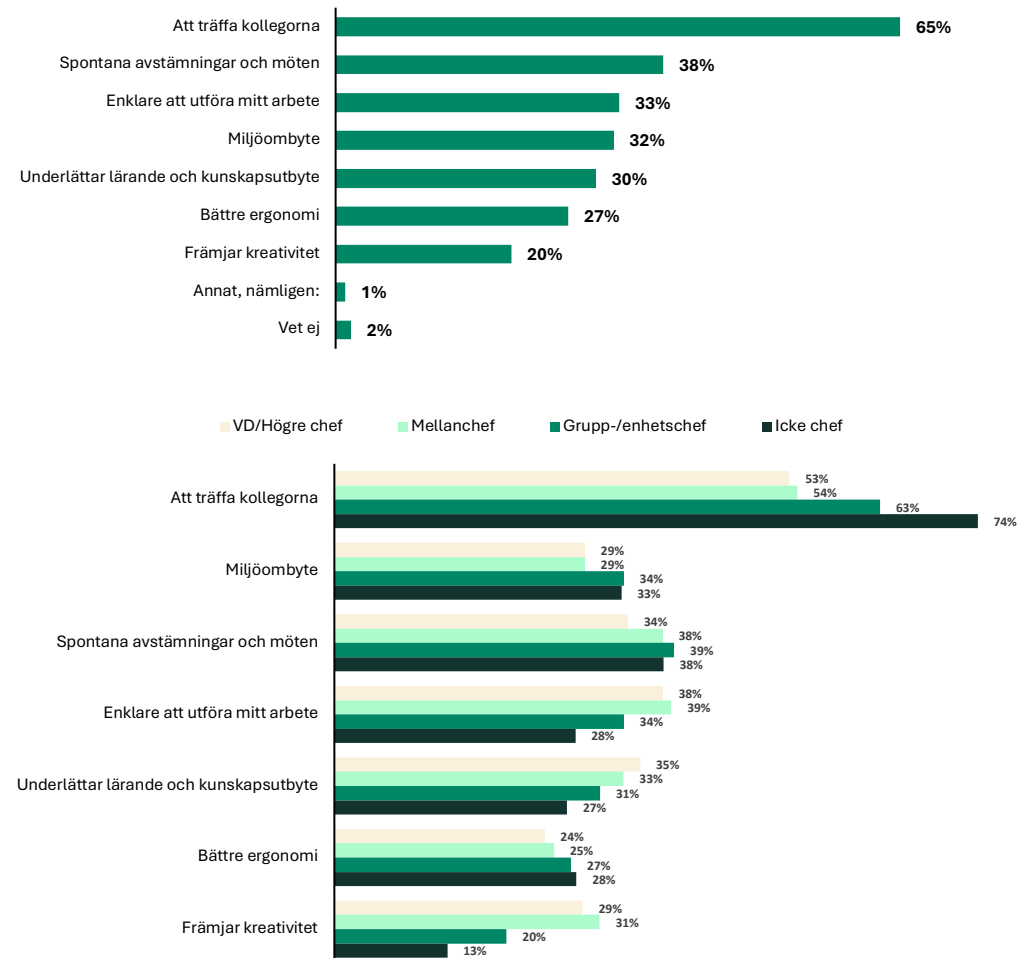
Mötet med kollegorna är också en förutsättning för spontana möten, kunskapsöverföring och kreativitet, alla fördelar som listas högt när svenska kontorsarbetare ska ranka de viktigaste fördelarna med kontoret.

Undersökningen visar dessutom att kontorets betydelse för det sociala livet fortsätter att öka. Hela 86 procent av svenska kontorsarbetare tycker att kontoret är viktigt för det sociala livet, jämfört med 76 procent föregående år. Av alla svenska kontorsarbetare är det åldersgruppen under 25 som tycker kontoret är viktigast för det sociala livet, 88 procent.

## Hur viktigt är kontoret för ditt sociala liv?



## Vilka av följande tycker du är de största fördelarna med att arbeta på kontoret jämfört med att arbeta på distans?



## Kontoret allt viktigare för vårt välmående

Enligt svenska kontorsarbetare är kontoret en viktig faktor för både den fysiska och psykiska hälsan. I år anser 77 procent att kontoret är viktigt för den fysiska hälsan, jämfört med 61 procent förra året. Det är en ökning med hela 26 procent. För den psykiska hälsan har motsvarande siffra stigit från 75 procent till 83 procent, vilket motsvarar en ökning med drygt 10 procent.

Allra viktigast är kontoret för de unga kontorsarbetarnas välmående, där 86 procent i åldersgruppen 25–34 år tycker kontoret är viktigt för den psykiska hälsan och 82 procent för den fysiska hälsan. Undersökningen visar dessutom att kontoret i en storstad spelar en viktigare roll för den fysiska och psykiska hälsan än kontor på mindre orter. Det är också tydligt att de som arbetar på mindre arbetsplatser tycker kontoret är viktigare för hälsan än de som arbetar på större arbetsplatser.

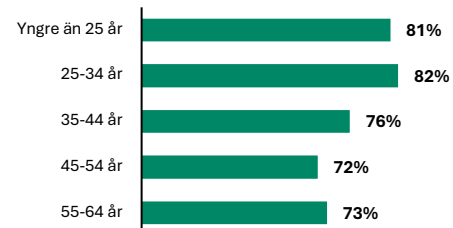
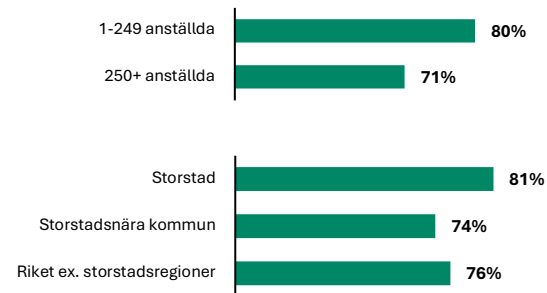
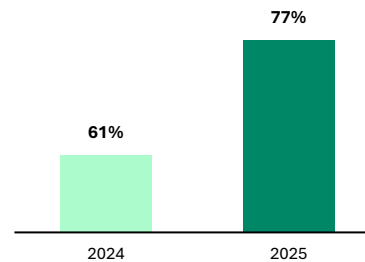
# 26%

fler tycker att kontoret är viktigt för sin fysiska hälsa jämfört med föregående år

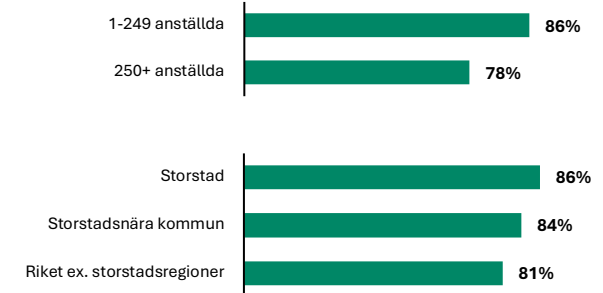
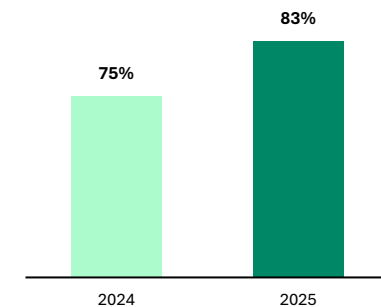
### Hur viktigt är kontoret för ...

Andel som svarat Viktigt eller Mycket viktigt

#### ... din fysiska hälsa?



#### ... din psykiska hälsa?



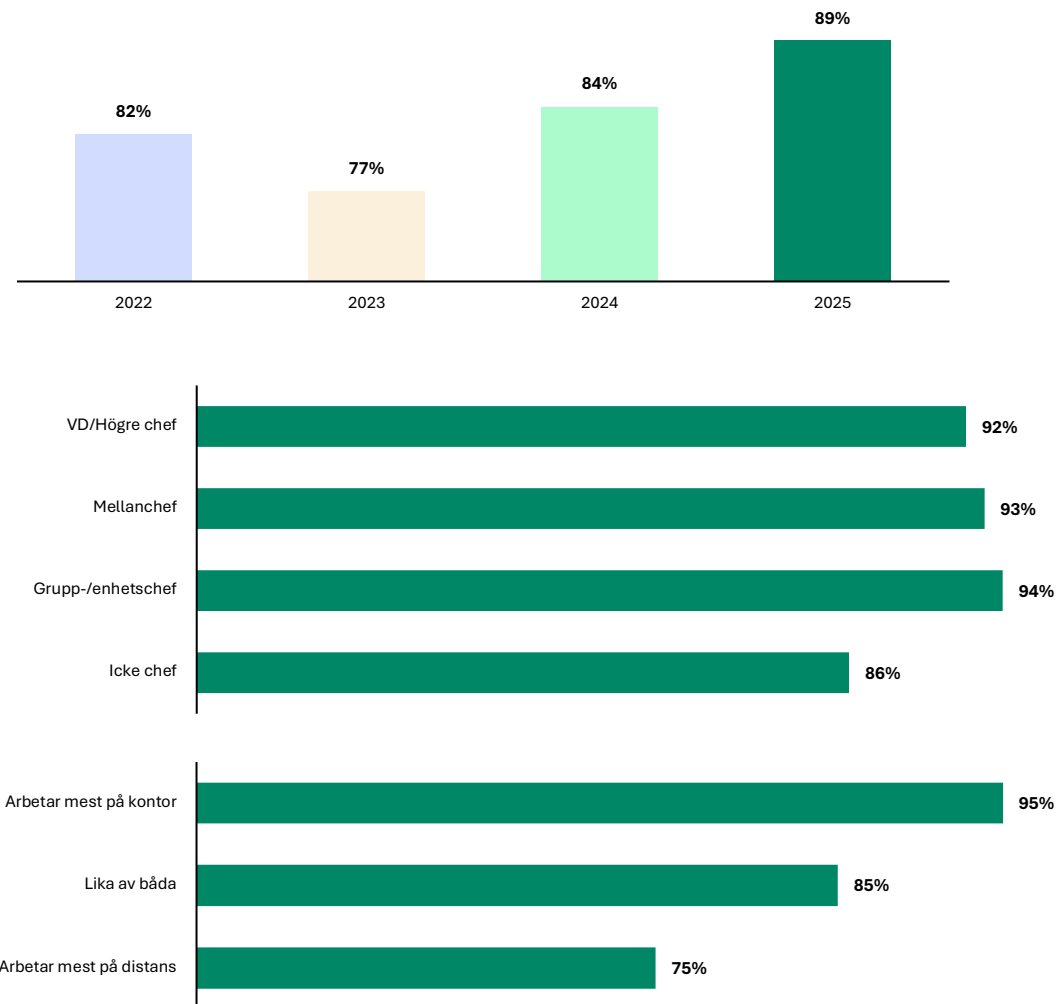
## Företagskulturen byggs bäst på kontoret

Kontorets roll för att främja och forma en stark kultur på företaget blir allt mer central. Hela 89 procent tycker kontoret är viktigt för företagskulturen, jämfört med 84 procent förra året och 77 procent för två år sedan. Här är det gruppen chefer som håller med mest, hela 93 procent tycker kontoret är viktigt för kulturbyggandet, och yngre kontorsarbetare (under 25 år) är den åldersgrupp som tycker att kontoret är viktigast för företagskulturen.

Störst skillnad är det mellan de som arbetar på kontor och de som arbetar på distans. Bland de som primärt arbetar på kontor anser hela 95 procent att kontoret är viktigt för att bygga en stark företagskultur, medan motsvarande siffra för de som huvudsakligen arbetar på distans är 75 procent.

### Hur viktig är kontoret för att bygga och stärka en positiv kultur på ditt företag?

Andel som svarat Viktigt eller Mycket viktigt



## När kontoret stänger börjar festen

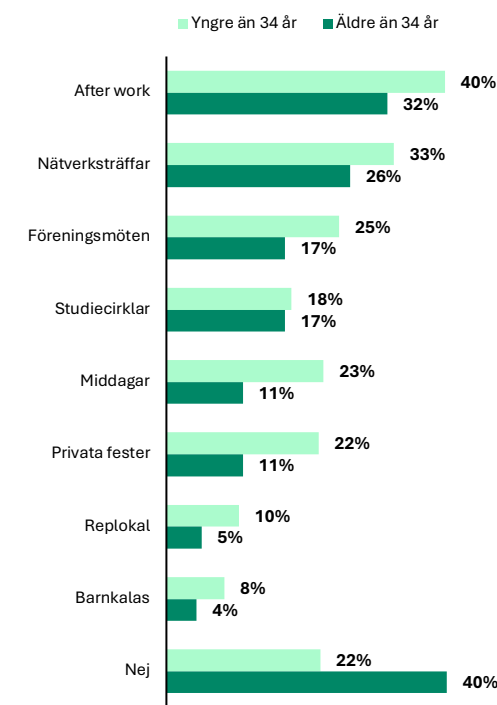
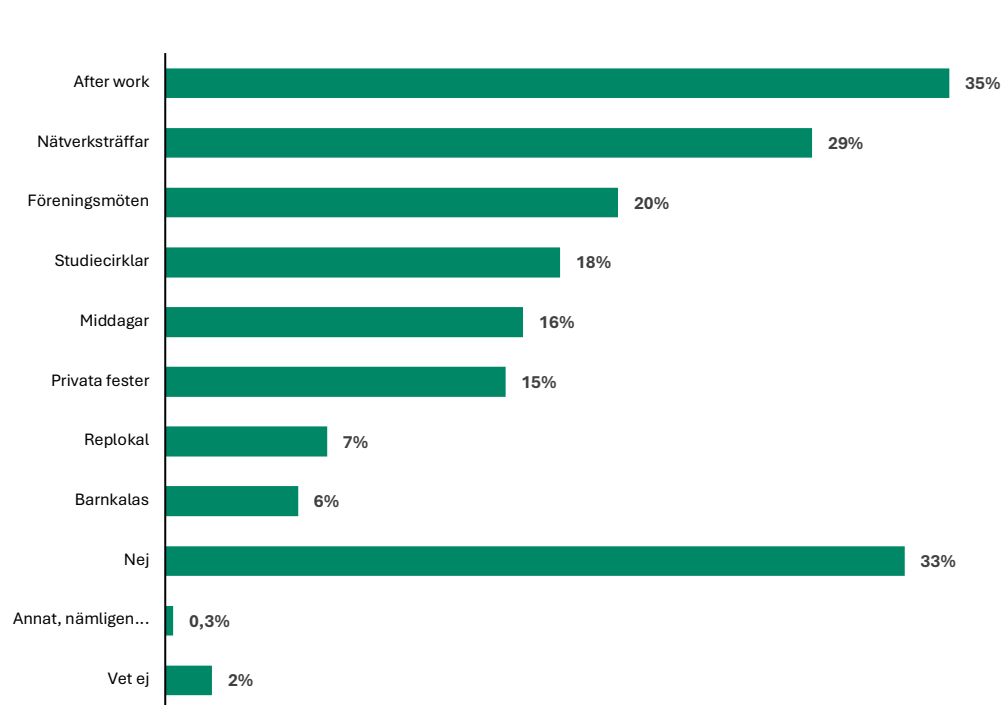
De flesta kontor står tomma på kvällarna. Därför ville vi i år undersöka intresset för att nyttja kontorslokalerna som mötesplats även utanför normal arbetstid. Nära 7 av 10 svenska kontorsarbetare är enligt undersökningen positivt inställda till detta.

Närmast till hands ligger after work med kollegorna eller vännerna. Men det finns även ett stort intresse av att nyttja lokalerna till mer privata tillställningar så som föreningsmöten, studiecirklar, fester och middagar.

Män är mer positiva till att nyttja kontoret som mötesplats efter arbetstid än vad kvinnor är. Var tionde man kan exempelvis tänka sig att använda kontoret både som replokal och till barnkalas, medan många unga storstadsbor gärna skulle bjuda in till både middagar och privata fester på kontoret. Vi kan också se att chefer generellt är mer positiva till att använda kontoret efter arbetstid än vad övriga medarbetare är.

Undersökningen visar också att de som är nöjda med sin kontorsmiljö är mer benägna att vilja använda kontoret som mötesplats utanför arbetstid än de som är missnöjda med sina kontor är.

### Skulle du vilja använda kontoret till andra ändamål utanför arbetstid? I så fall vilka?



# 1 av 4

under 34 år vill ha privata fester och middagar på kontoret

# Kontorsmiljö och service

Kontorsmiljön blir allt viktigare för svenska kontorsarbetare. Och ju nöjdare man är med sin arbetsplats, desto mer tid tillbringar man där. Nöjdast är de som har ett kontor som uppmuntrar till fysisk aktivitet och där man effektivt kan utföra sitt arbete oavsett om det sker i grupp, individuellt eller över skärm. En god kopp kaffe eller frukost på kontoret ska heller inte underskattas.

I årets undersökning svarar 87 procent av svenska kontorsarbetare att kontorsmiljön är mycket eller ganska viktig vid val av arbetsgivare. Det är en ökning med drygt 6 procent jämfört med föregående år (82 %).

Kontorsmiljön är viktigast för de unga kontorsarbetarna. I åldersgruppen under 25 år anser hela 97 procent att

kontorsmiljön är mycket eller ganska viktig vid val av arbetsgivare. Även chefer värderar kontorsmiljön högt, 92 procent, jämfört med 83 procent bland övriga kontorsarbetare.

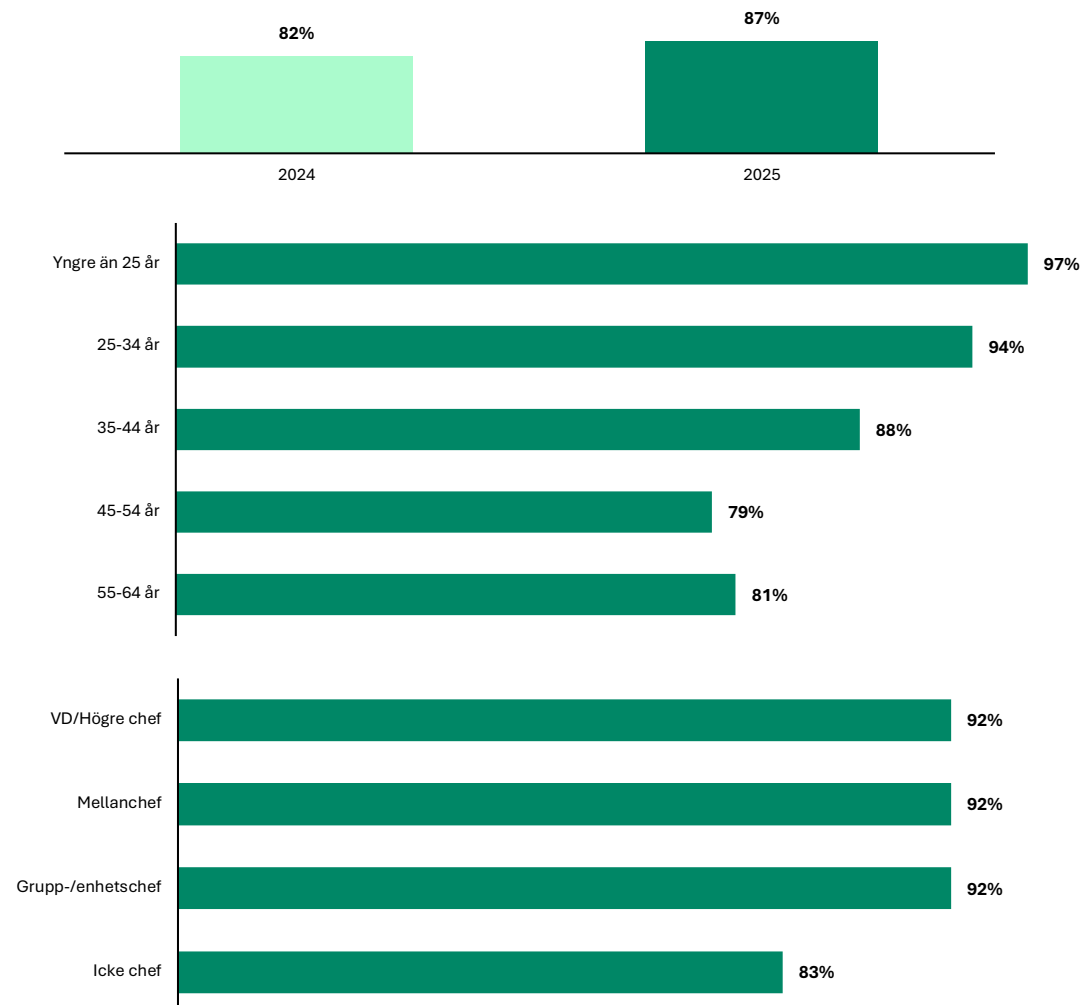
Vi kan också se att de som redan är nöjda med sitt nuvarande kontor är mer kräsna när de ser sig om efter en ny arbetsplats.

# 97%

av de under 25 år tycker att kontorsmiljön är viktig eller mycket viktig vid val av arbetsgivare

## Hur viktig är kontorsmiljön för dig vid val av arbetsgivare?

Andel som svarat Viktigt eller Mycket viktigt





## Drömmen om eget rum lever kvar

Majoriteten arbetar idag i öppet kontorslandskap, varav en dryg tredjedel har eget skrivbord och en dryg femtedel sitter i ett aktivitetsbaserat kontor med flexibel placering. Särskilt vanligt är det öppna landskapet på stora företag.

Får kontorsarbetarna själva bestämma är det däremot eget eller delat rum som gäller. 58 procent anger att de föredrar att sitta i ett eget eller delat rum, jämfört med 41 procent som faktiskt gör det idag.

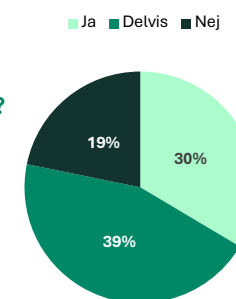
Att sitta i eget eller delat rum är vanligast på mindre företag utanför storstäderna. Det är också en generationsfråga där äldre föredrar det egna rummet medan yngre är mer positiva till öppna ytor. Men även yngre vill ha eget rum i lite högre grad än de faktiskt har idag.

Undersökningen visar att de som har ett avskilt rum generellt är mer nöjda med sitt kontor och spenderar mer tid där jämfört med de som sitter i öppet landskap eller på

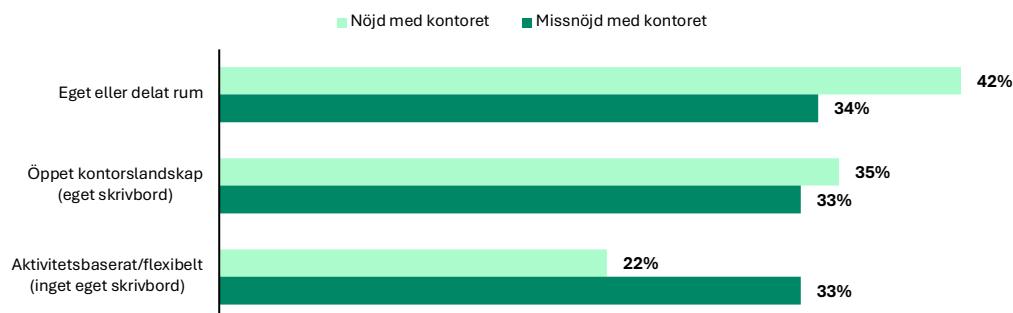
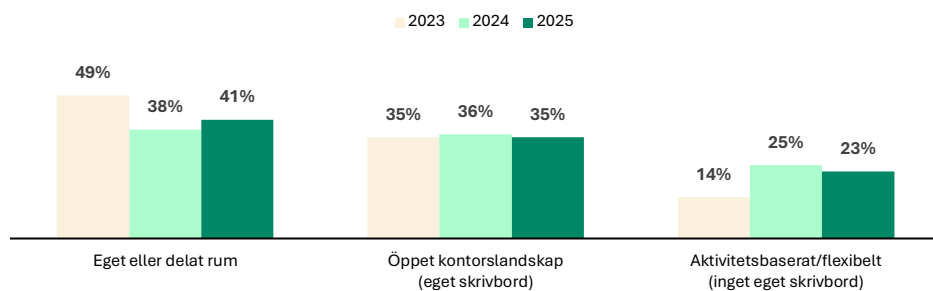
aktivitetsbaserade kontor. Samtidigt är de som redan arbetar på ett aktivitetsbaserat kontor mer positiva till denna kontorslösning än de som inte gör det.

Många är också positiva till coworking där man delar kontor, mötesrum och service med andra företag. Nästan 70 procent av de tillfrågade kan tänka sig att arbeta helt eller delvis på ett coworkingkontor. Unga kontorsarbetare och de som arbetar på små företag är mest positiva.

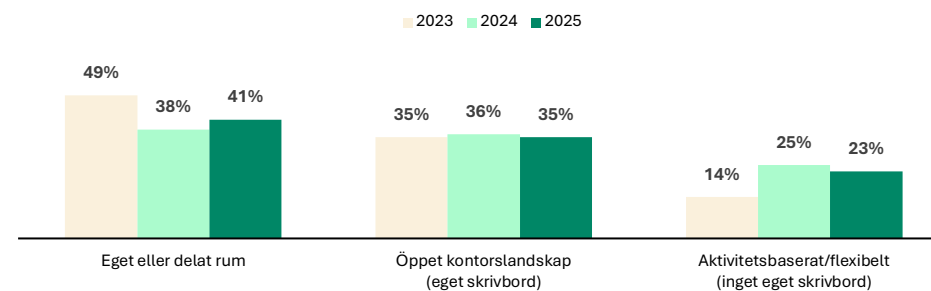
**Skulle du kunna tänka dig att arbeta på ett coworking-kontor?**



## Vilken typ av kontorsmiljö erbjuder din arbetsgivare?



## Om du fick välja, vilken typ av kontorsmiljö föredrar du?



## De flesta är nöjda med sitt kontor ...

85 procent av kontorsarbetarna tycker att deras nuvarande kontorsmiljö är bra eller mycket bra. Det är en ökning med nästan 8 procent från förra årets undersökning (79 %).

Även nöjdheten med distansarbetsplatsen har ökat. 80 procent anger att de är nöjda, jämfört med 76 procent förra året och 72 procent året dessförinnan. Trenden visar alltså att man är mer nöjd både med sitt kontor och sin distansarbetsplats.

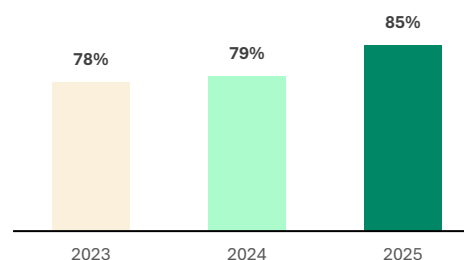
Nöjdheten varierar mellan olika grupper. Chefer är överlag mer nöjda med sin kontorsmiljö jämfört med övriga kontorsarbetare. Unga är också mer nöjda med kontoret än äldre åldersgrupper. I gruppen under 25 år anger 89 procent att de är nöjda, medan andelen är lägre bland kontorsarbetare över 55 år (82 %).

Undersökningen visar också ett tydligt samband mellan hur nöjd man är med sitt kontor och hur ofta man är där. Ju nöjdare med kontorsmiljön, desto högre kontorsnärvaro.

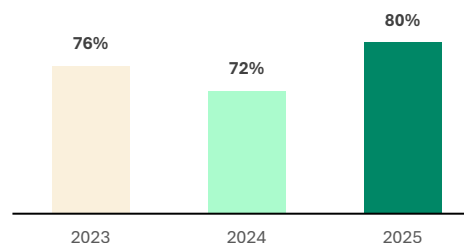
## Vad tycker du om arbetsmiljön idag ...

Andel som svarat Mycket bra eller Bra

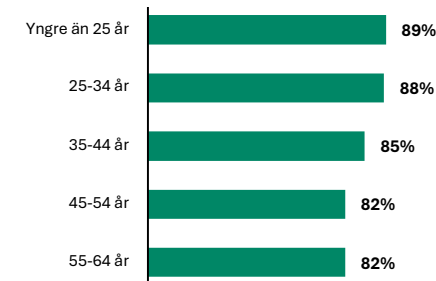
### ... på kontoret?



### ... på din primära distansarbetsplats?



### ... på kontoret?

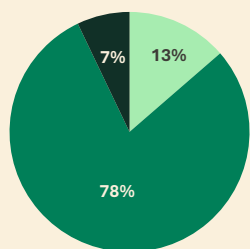


### ... på kontoret?

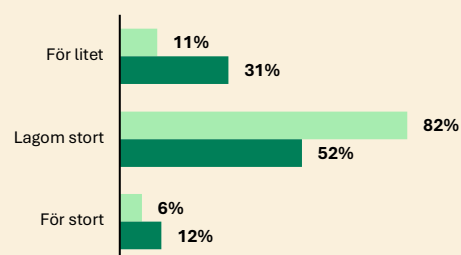


## Vilket påstående stämmer bäst överens med ditt kontor?

■ För litet ■ Lagom stort ■ För stort



■ Nöjd med kontoret ■ Missnöjd med kontoret



## ... och tycker att kontoret är lagom stort

De flesta, nästan 8 av 10, tycker att deras kontor är lagom stort som det är. 13 procent anser att det är för litet och 7 procent tycker att det är för stort. Undersökningen visar tydliga skillnader mellan de som är nöjda med sin kontorsmiljö och de som inte är det. Bland de nöjda anser 82 procent att kontoret är lagom stort, medan endast 52 procent

av de missnöjda tycker detsamma. 31 procent av de missnöjda upplever att kontoret är för litet och 12 procent tycker det är för stort.

Resultaten indikerar att både ett för litet och ett för stort kontor kan bidra till missnöje, även om ett för litet kontor leder till större missnöje.

## Kontorsmiljön blir allt bättre

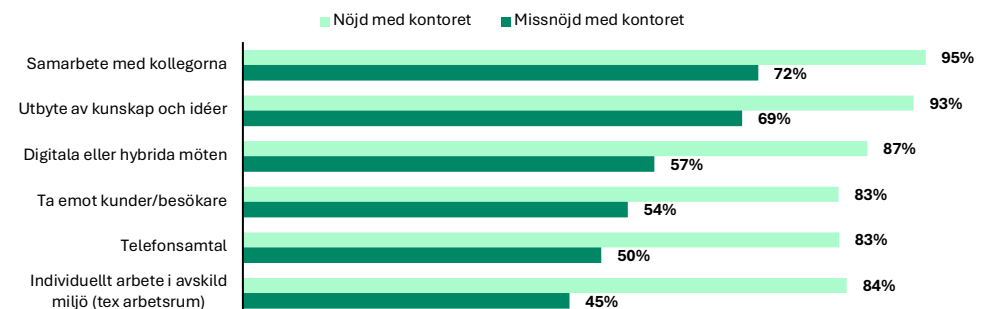
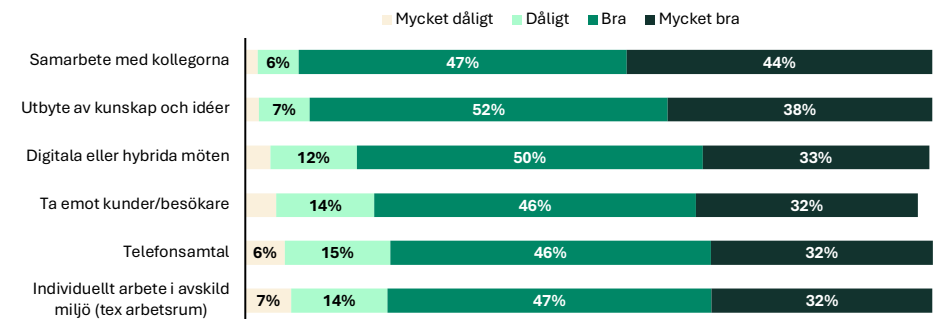
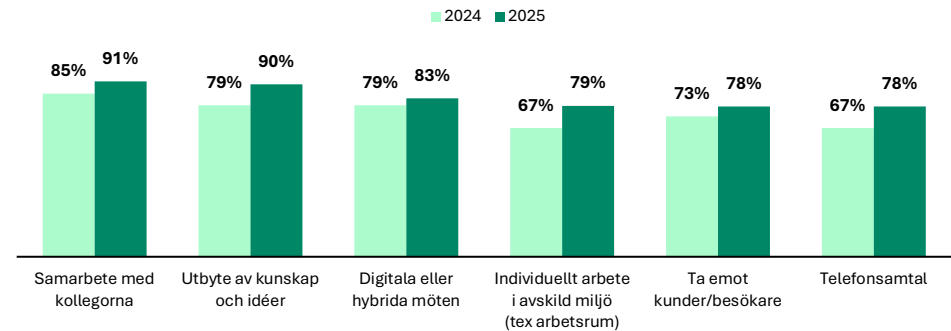
Kontorets utformning får överlag positiva betyg och vi kan se en förbättring inom samtliga områden jämfört med föregående år. Bäst betyg får kontoret när det gäller samarbete, 89 procent anser att kontorets utformning, inredning och möblering stödjer samarbete mellan kollegor på ett bra eller mycket bra sätt. Även kunskapsutbyte fungerar bra men samtidigt ser många ett fortsatt behov av förbättringar för individuellt arbete, digitala möten och telefonsamtal. Undersökningen visar också att möjligheten att ta emot externa besökare är en utmaning på många kontor.

De som sitter i eget eller delat rum ser inte lika stora brister när det gäller individuellt arbete och telefonsamtal, något som är ett primärt problem i kontorslandskap och särskilt i aktivitetsbaserade kontor utan fasta skrivbordsplatser. Kontorslandskap har dock en liten fördel gentemot avskilda rum när det gäller samarbete med kollegorna.

Hur väl kontorets utformning stödjer de olika områdena har ett starkt samband med nöjdheten. Starkast är sambandet med möjligheten till individuellt arbete och telefonsamtal.

## Hur väl anser du att kontorets utformning, inredning och möblering generellt stödjer...

Andel som svarat Bra eller Mycket bra



# 21%

tycker kontoret har dåliga förutsättningar för individuellt arbete

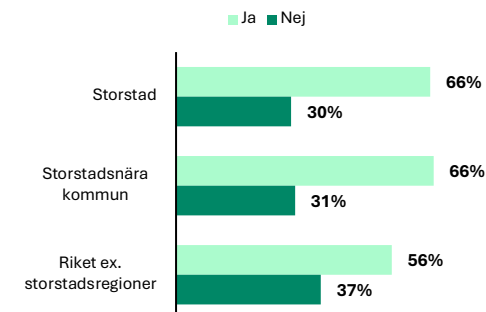
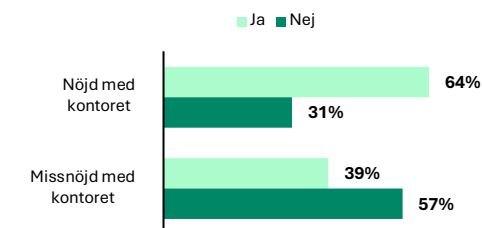
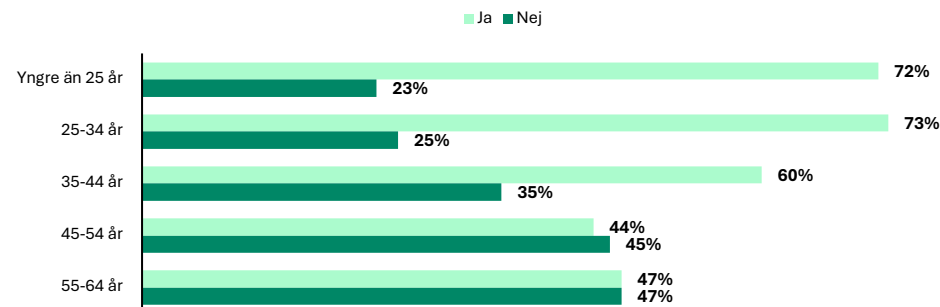
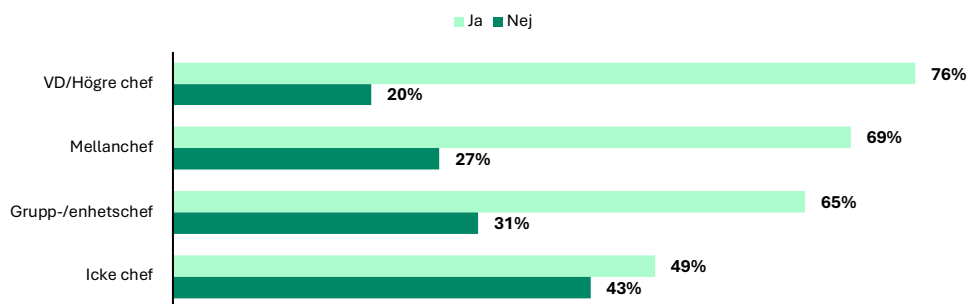
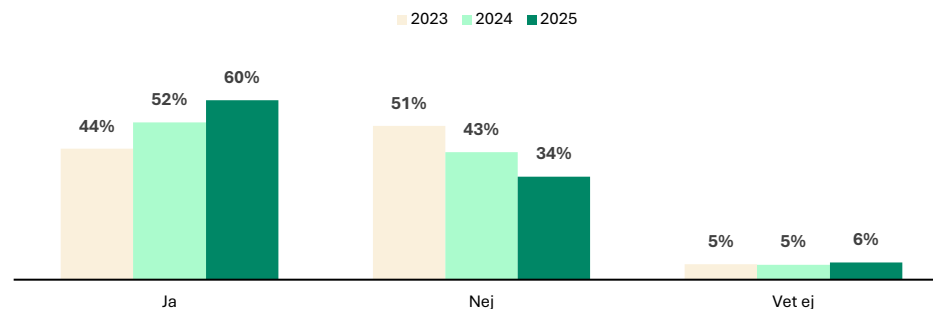
## Fler kontor uppmuntrar till fysisk aktivitet

60 procent av kontorsarbetarna uppger att deras kontor uppmuntrar till fysisk aktivitet. Det är en rejäl ökning jämfört med 52 procent förra året och 44 procent året dessförinnan. Ju högre chef, desto mer anser man att kontoret uppmuntrar till rörelse. Det är även skillnader i åldersgrupperna, 73 procent av de yngre uppger att de arbetar på kontor som främjar rörelse, jämfört med 47 procent bland de äldsta. Det verkar också vara vanligare att kontor i storstadsområdena uppmuntrar till fysisk aktivitet än kontor i resten av landet.

Ju mer kontoret uppmuntrar till rörelse, desto nöjdare är man med sin arbetsmiljö. 64 procent av de som är nöjda med sin arbetsplats anger att deras kontor främjar fysisk aktivitet, medan motsvarande siffra för de som är missnöjda bara är 39 procent. En aktiv kontorsmiljö spelar alltså en viktig roll för trivsel och välmående.

”Ju mer kontoret uppmuntrar till rörelse, desto nöjdare är man med sin arbetsmiljö.”

### Uppmuntrar ditt kontor till fysisk aktivitet?



## En god kopp kaffe ska inte underskattas

Gott kaffe och te har i många år toppat listan över vilken service svenska kontorsarbetare uppskattar mest på kontoret. 2025 är inget undantag. Nära 7 av 10 värderar en god kopp kaffe eller te högt. Fruktkorgar och frukost bidrar också till att göra kontoret mer attraktivt enligt varannan kontorsarbetare.

Ungefär var tredje kontorsarbetare uppskattar service som reception och

intern restaurang eller café i huset. Och var fjärde ser gärna att det finns omklädningsrum och dusch på kontoret. Var tionde man hade dessutom uppskattat en bastu på arbetsplatsen, medan bara var tjugonde kvinna hade uppskattat bastun.

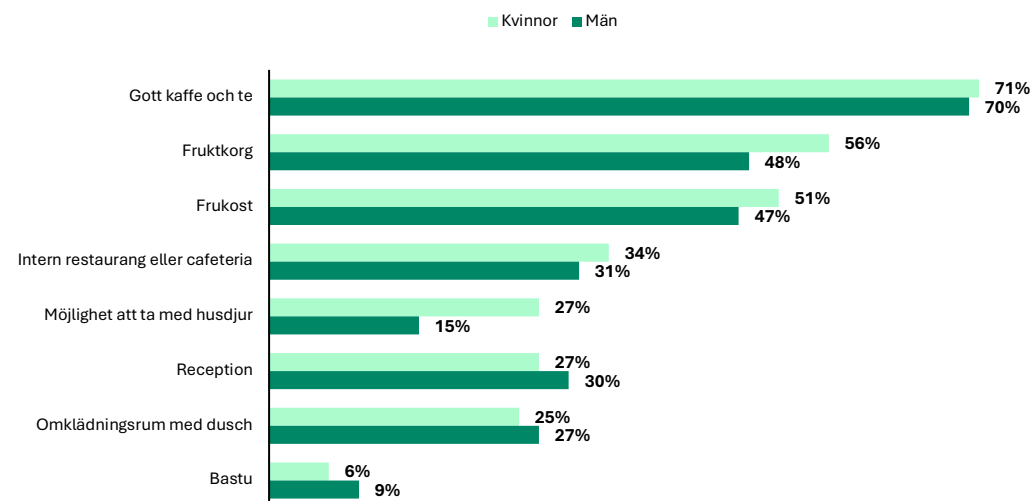
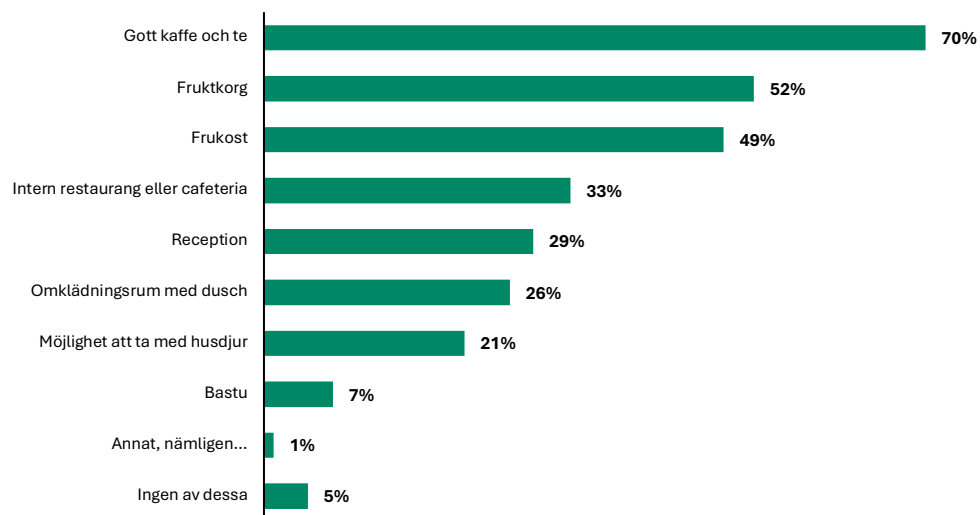
Kvinnor värderar däremot möjligheten att ta med husdjur till kontoret i högre grad än män, 27 procent jämfört med 15 procent.



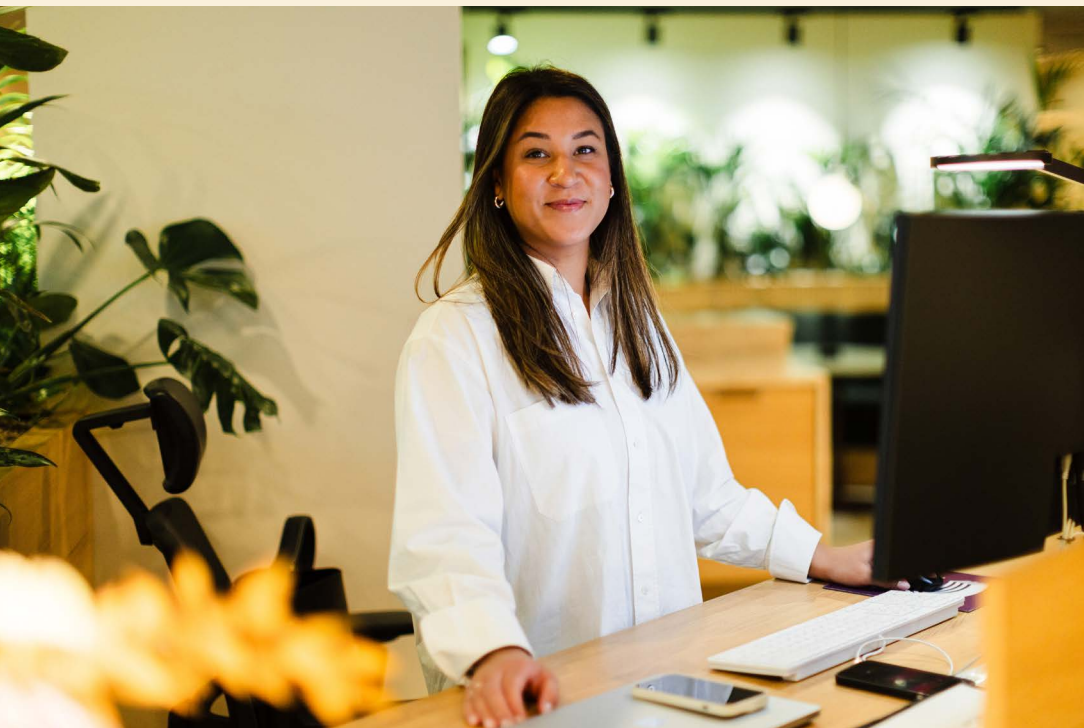
Topplistan:

1. Gott kaffe och te
2. Fruktkorg
3. Frukost
4. Intern restaurang eller cafeteria
5. Reception

## Vilka av följande tycker du gör kontoret mer attraktivt?





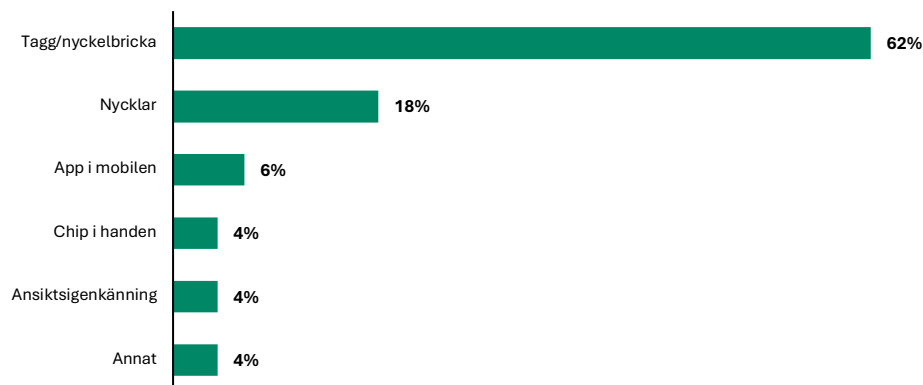


## Men hur kommer man in?

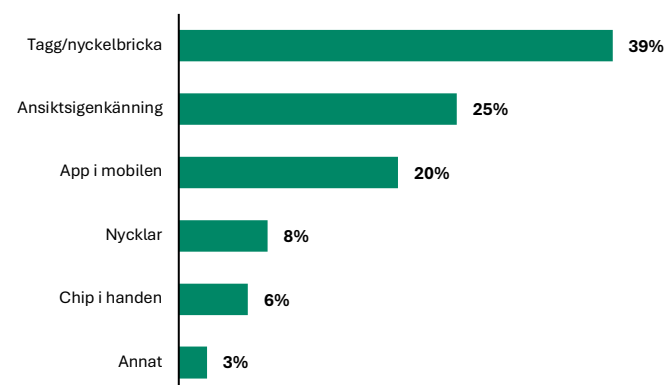
Majoriteten av kontorsarbetarna arbetar på en arbetsplats där man öppnar dörrarna med tagg eller nyckelbricka. Näst vanligast är att använda en vanlig nyckel. Mer teknikorienterade alternativ, som att använda en app, ansiktsigenkänning, eller ha ett chip inopererat i handen, används till lägre grad. På mindre företag är det vanligast att man använder en vanlig nyckel, särskilt på företag med färre än nio anställda.

När vi istället frågar hur man vill öppna dörrarna till kontoret om tio år blir resultaten annorlunda. Många vill fortfarande använda tagg eller nyckelbricka, men de är inte längre i majoritet. Man vill även använda nycklar i lägre grad framöver. Medan var fjärde hoppas på att kunna öppna dörrarna med ansiktsigenkänning, jämfört med 4 procent som uppger att de redan gör det idag. Det är också fler som vill öppna dörrarna med en app i mobilen.

### Hur öppnar du dörrarna på kontoret idag?



### Hur vill du öppna dörrarna på kontoret om 10 år?

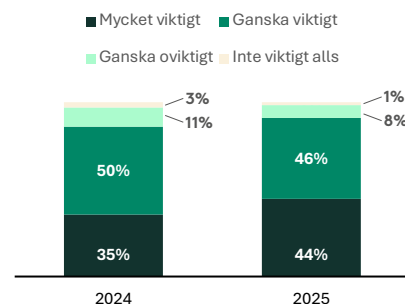


# Kontorets läge och tillgänglighet

Allt handlar om läget. I alla fall om man vill att medarbetarna ska vara ofta på kontoret. En arbetsplats med det perfekta läget ska vara lätt att nå, särskilt med bil och kollektivtrafik. Och så ska det helst finnas gott om parkering för både medarbetare och besökare. Men även cykelparkering och närhet till bra lunch och shopping uppskattas av många.

För den som söker nytt jobb är kontorets läge en avgörande faktor. Sedan förra året har andelen som anser att läget är viktigt eller mycket viktigt vid val av arbetsgivare ökat från redan höga 85 procent till 90 procent. Men framför allt är det många som prioriterat upp läget från viktigt till mycket viktigt jämfört med föregående år. Kvinnor värderar ett bra läge högre än män gör. Men allra viktigast är läget för chefer och unga kontorsarbetare.

## Hur viktigt är kontorets läge för dig vid val av arbetsgivare?

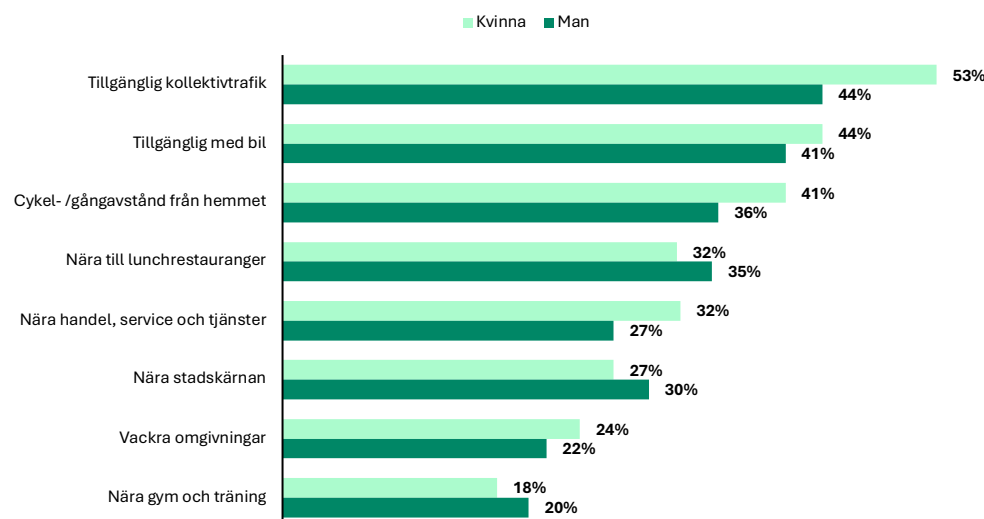
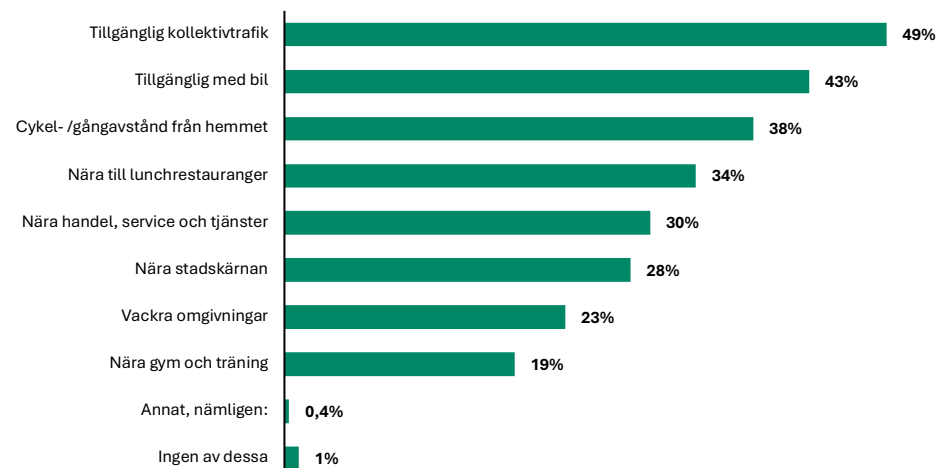


## Ett bra läge är ett tillgängligt läge

På frågan om vad som bidrar till ett bra läge ligger tillgänglighet via kollektivtrafik i topp för nästan hälften av kontorsarbetarna, följt av tillgänglighet med bil, cykel och till fots. Närhet till lunchserveringar, handel och stadskärnans puls är mindre viktig, men bidrar också till ett bra läge för ungefär en tredjedel. Längst ner på listan hittar vi vackra omgivningar och närheten till gym och träning, men även detta rankas högt av många.

Vad som prioriteras skiljer sig mellan olika grupper. Kvinnor lägger större vikt vid kollektivtrafiken och möjlighet att cykla och gå till kontoret. Chefer har istället fokus på tillgänglighet med bil, vackra omgivningar samt närhet till stadskärna och gym. För de som har lång pendlingstid till kontoret är tillgänglig kollektivtrafik av större betydelse och omvänt är gång- och cykelavstånd viktigt för den som redan har nära till kontoret.

## Vad av följande är viktigt för att du ska tycka att en arbetsplats har ett bra geografiskt läge?



## De flesta tar bilen till kontoret

En majoritet av svenska kontorsarbetare, 58 procent, tar vanligtvis bilen till kontoret. Medan 53 procent anger att de åker kollektivt hela eller delar av resan, där buss är det vanligaste färdmedlet följt av tåg och tunnelbana. Var fjärde person tar cykeln, varav 7 procent använder elcykel. Och en dryg tiondel bor så nära att de kan promenera till kontoret. Vi kan också se att mer än varannan (57 %) kombinerar två olika sätt att ta sig till kontoret med bil och buss som den vanligaste kombinationen.

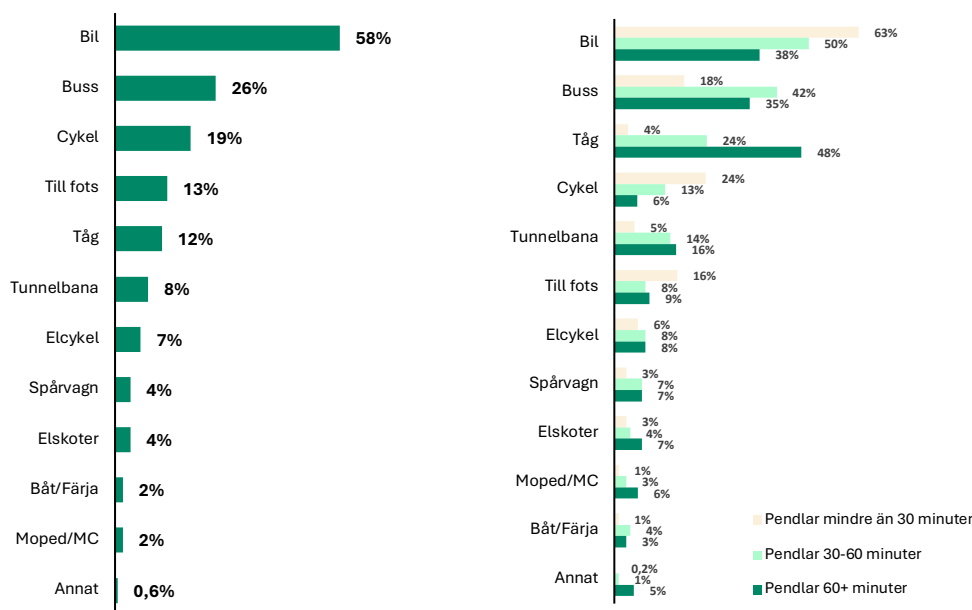
Resultatet visar att cheferna än en gång sticker ut i statistiken. Drygt tre av fyra vd:ar och högre chefer tar bilen till kontoret, jämfört med varannan kontorsarbetare utan chefsansvar. Cheferna är också mindre benägna att promenera till kontoret. Kvinnor promenerar däremot oftare till kontoret än vad män gör, medan fler män än kvinnor använder elcykel.



# 77%

av vd:ar och högre chefer tar bilen till kontoret

## Hur tar du dig vanligtvis från hemmet till kontoret?



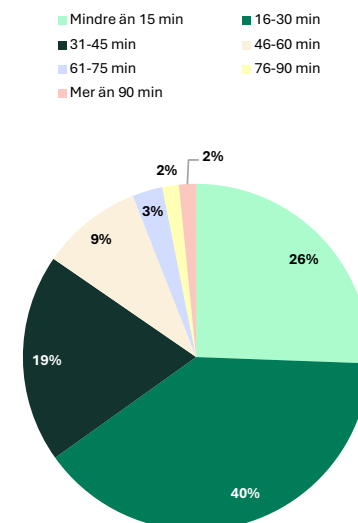
## Majoriteten har mindre än 30 minuters resväg

Tiden det tar att ta sig till kontoret varierar. Majoriteten har mindre än 30 minuters pendlingstid, medan en knapp tiondel behöver spendera mer än en timme för att ta sig mellan hemmet och kontoret.

Pendlingstiden varierar däremot ganska lite mellan olika grupper. Men det är tydligt att de som har långt till kontoret i högre grad väljer att arbeta på distans.

Det finns även ett samband mellan pendlingstid och sättet man tar sig till kontoret. Kort pendlingstid har de som vanligtvis åker bil, cyklar eller går. Längre tid tar det för de som åker tåg. De som uppger en medellång pendlingstid (31 till 60 minuter) åker i högre grad buss.

## Hur lång tid tar det normalt för dig att ta dig från hemmet till kontoret idag?



## Bilparkering behåller sin topposition

I likhet med tidigare års undersökningar står bilparkering högt på svenska kontorsarbetares önskelista. Hela 69 procent tycker det är viktigt att det erbjuds bilparkering i anslutning till arbetsplatsen. Det är fler än andelen som normalt tar bilen till kontoret (58 %). Näst på listan står cykelparkering och laddstolpar för elbilar som var fjärde kontorsarbetare tycker är viktiga. Var tionde prioriterar laddplatser för elcykel.

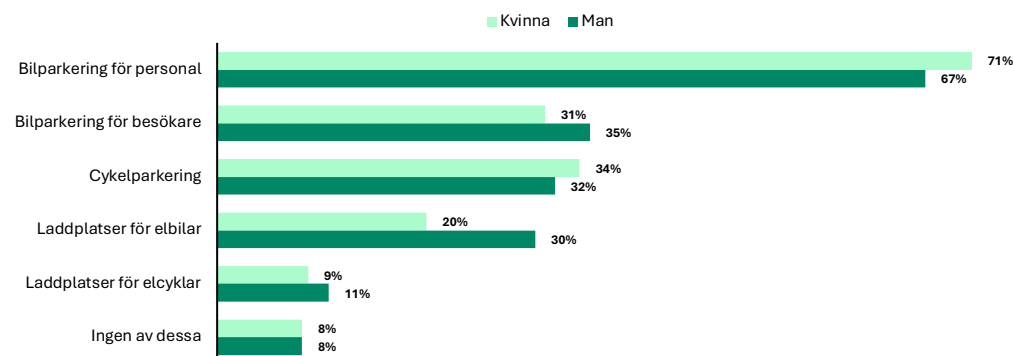
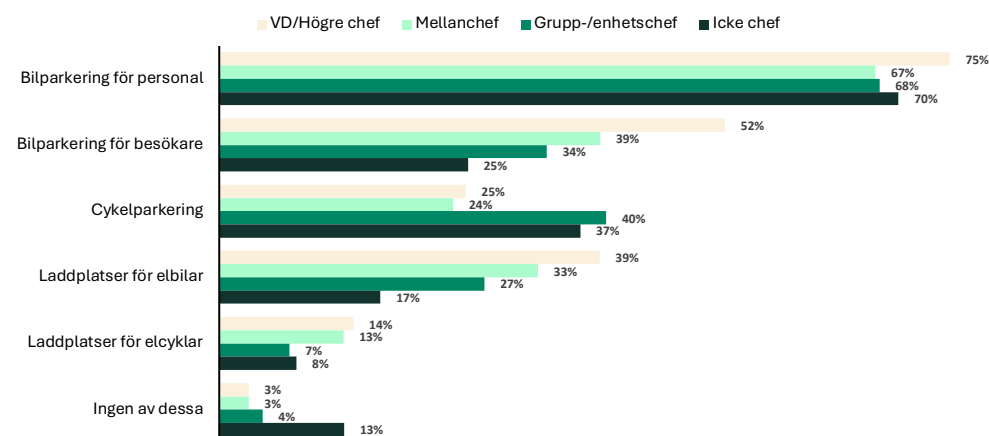
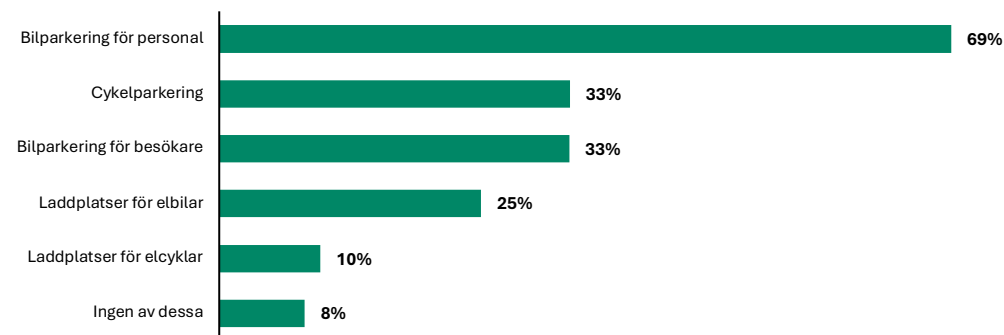
Högre chefer anser att det är viktigare än övriga kontorsanställda att erbjuda laddplatser och parkering för besökare. Medan cykelparkering prioriteras högst av kontorsarbetare utan chefsansvar.

Fler män än kvinnor, 30 procent jämfört med 20 procent, tycker det är viktigt att kontoret har laddplats för elbilar. Även en tredjedel av de yngsta kontorsarbetarna prioriterar elbilsaddning högt.

# 7 av 10

vill ha bilparkering i anslutning till arbetsplatsen

## Vilka av följande parkeringsfaciliteter i anslutning till arbetsplatsen är viktiga för dig?





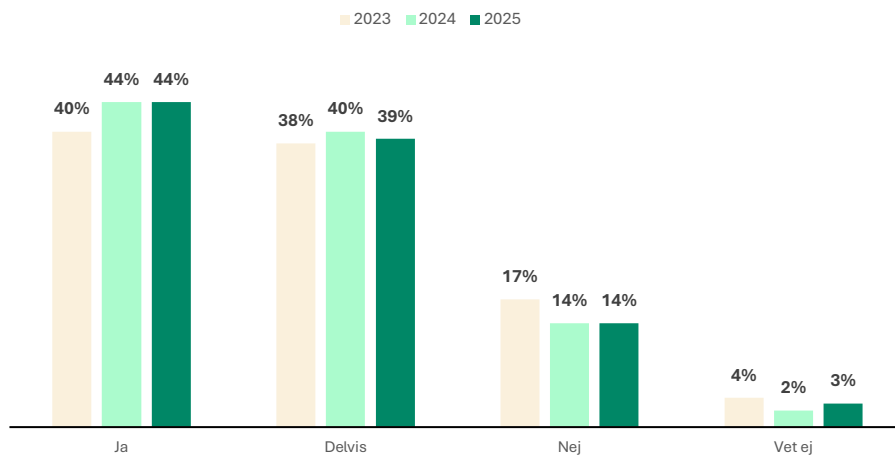
# Flexibilitet och distansarbete

Balansen mellan distansarbete och kontorsnärvaro fortsätter att engagera. Även om svenska kontorsarbetare tillbringar allt mer tid på kontoret, uppskattar de flesta fortfarande möjligheten att jobba på distans ibland. För högre chefer är den egna flexibiliteten extra viktig, men det är också de som tycker hög kontorsnärvaro är viktigast för ledarskapet - en tydlig paradox i dagens arbetsliv.

Hela 44 procent anger att möjligheten till distansarbete är en avgörande faktor vid val av arbetsgivare och 39 procent svarar att det delvis är en faktor, vilket är ungefär lika många som föregående år. Endast 14 procent anser att möjligheten till distansarbete inte är viktig och 3 procent är osäkra.

Allra viktigast är möjligheten till distansarbete för vd:ar och högre chefer (59 %). Men även kontorsarbetare under 34 år (47 %) och kvinnor (48 %) värderar flexibiliteten högre än genomsnittet. Undersökningen visar också ett tydligt samband mellan pendlingstid och vikten av flexibilitet. Ju längre pendlingstid desto högre värderar man möjligheten till distansarbete.

Skulle möjligheten till distansarbete vara en avgörande faktor för dig vid val av arbetsgivare?



# 44%

anger möjlighet till distansarbete som en avgörande faktor vid val av arbetsgivare





## Majoriteten jobbar främst på kontoret

Enligt årets undersökning arbetar 55 procent huvudsakligen på kontoret, vilket är en ökning jämfört med förra året (54 %) men fortfarande lägre än året innan dess (61%). Endast 11 procent arbetar huvudsakligen på distans, varav 4 procent aldrig är på kontoret. Högre chefer, unga kontorsarbetare och kvinnor arbetar i högre grad på distans än andra.

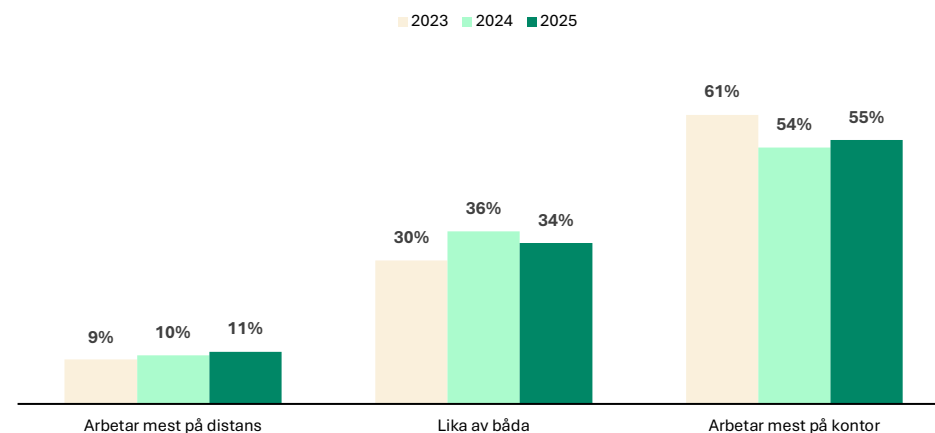
Undersökningen visar att distansarbetare är mer missnöjda med kontorsmiljön än de som har en hög närvaro på kontoret. Men allra störst inverkan har avståndet till kontoret. Bland de som har en pendlingstid på 60 minuter eller mer arbetar 15 procent alltid på distans.



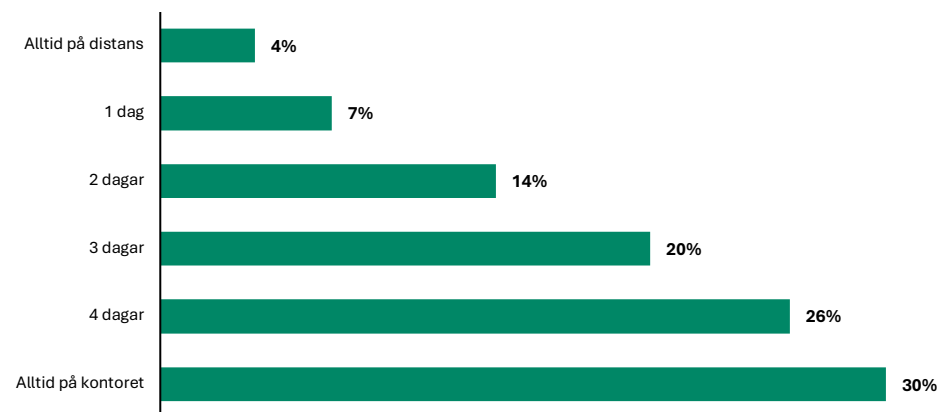
# 55%

jobbar 4-5 dagar på kontoret

### Ungefär hur många dagar arbetar du på kontoret en vanlig arbetsvecka?



### Ungefär hur många dagar arbetar du på kontoret en vanlig arbetsvecka?



## Allt färre vill jobba på distans

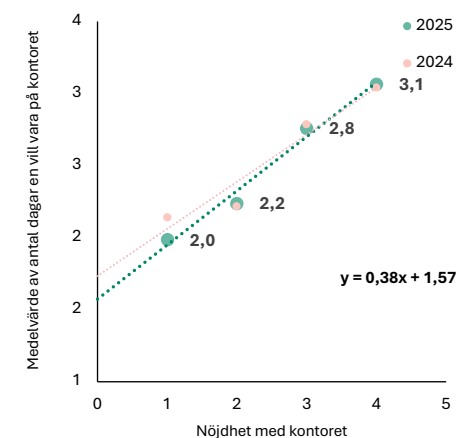
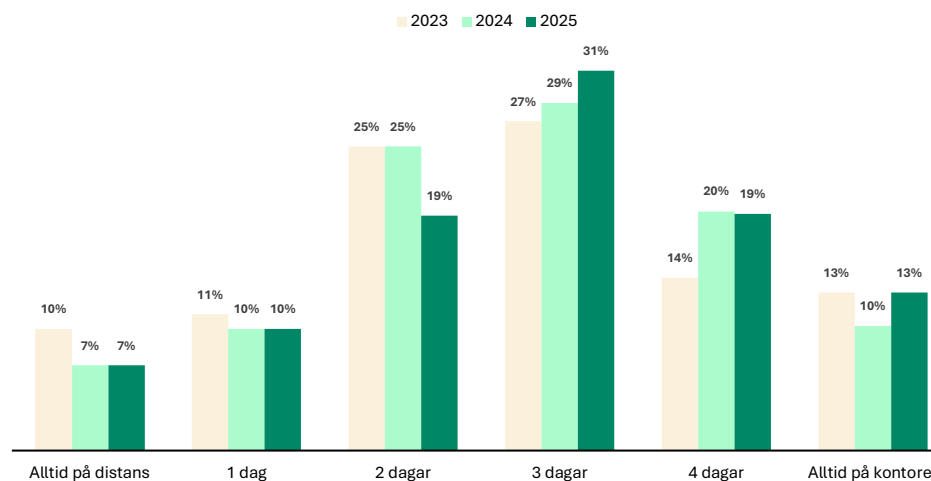
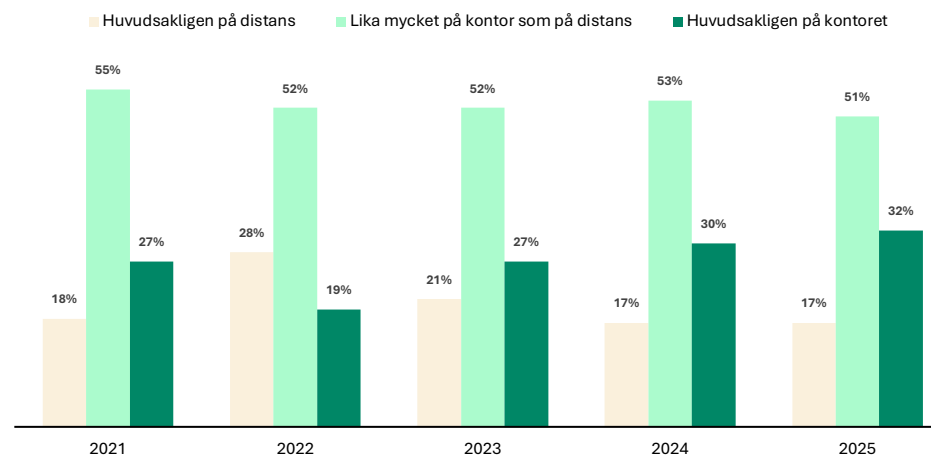
Årets undersökning visar att kontorsarbetarna vill spendera mer tid på kontoret. I genomsnitt vill man nu arbeta 2,83 dagar per vecka på kontoret, jämfört med 2,75 dagar förra året och 2,63 dagar året innan dess.

Det finns en tydlig relation mellan kontorsnärvaron och hur nöjd man är med sin kontorsmiljö. Ju nöjdare man är, desto fler dagar vill man arbeta på kontoret. De som är mest nöjda med sin kontorsmiljö vill i genomsnitt spendera 3,07 dagar på kontoret, jämfört med 1,99 dagar för de som är minst nöjda.

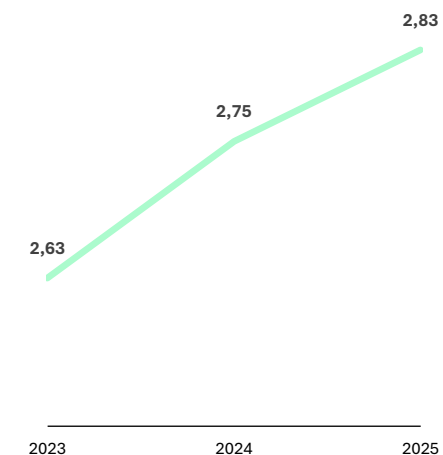
I ett längre perspektiv är trenden ännu tydligare. I 2022 års undersökning var det 28 procent som huvudsakligen ville arbeta på distans. I årets mätning är det endast 17 procent som vill göra detsamma, vilket är en minskning med nästan 40 procent.

Att kunna arbeta på distans är däremot fortsatt viktigt för de svenska kontorsarbetarna. Nära 9 av 10 vill arbeta någon dag i veckan på distans.

### Om du fick välja, hur många dagar skulle du vilja jobba på kontoret en vanlig arbetsvecka?



### Dagar man vill vara på kontoret i snitt



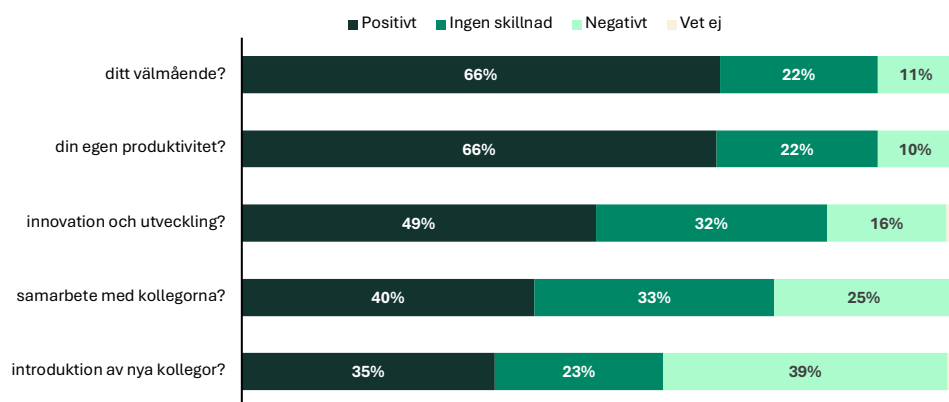
## Introduktion av nya kollegor blir lidande på distans

En majoritet (66 %) anser att distansarbete gynnar både välmående och den egna produktiviteten, vilket är en ökning med ungefär 16 procent för välmåendet och 18 procent för produktiviteten jämfört med föregående år.

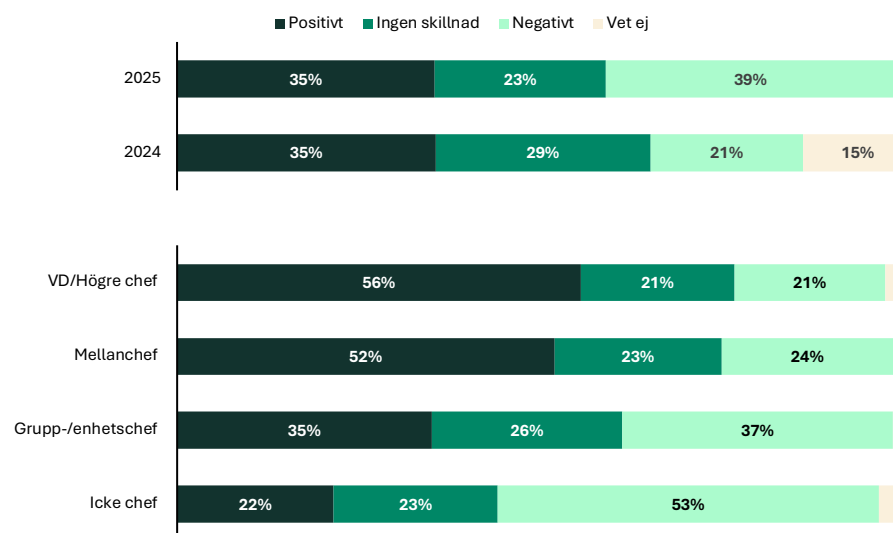
Enbart 16 procent tycker att innovation och utveckling påverkas negativt av distansarbete och bara var fjärde tycker distansarbete försvårar samarbete med kollegorna.

Däremot är det fler som upplever utmaningar när det gäller introduktion av nya kollegor. 39 procent anger att distansarbete påverkar introduktionen av nya kollegor negativt jämfört med 21 procent föregående år.

### Hur upplever du att distansarbete påverkar ...?



### Hur upplever du att distansarbete påverkar ... introduktion av nya kollegor?

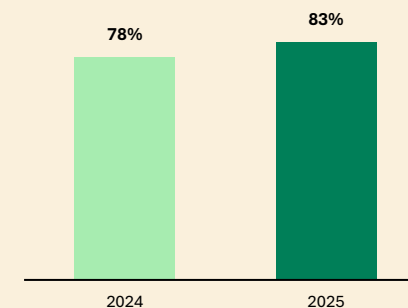


## Hög närvaro underlättar ledarskapet

Allt fler chefer uppger att kontornärvaron är viktig för ledarskapet, hela 83 procent jämfört med 78 procent föregående år. Och ju högre chef desto viktigare är det. Samtidigt kan vi se att det är vd:ar och högre chefer som arbetar mest på distans och värderar flexibiliteten högst.

### Är det viktigt att dina medarbetare har en hög närvaro på kontoret?

Andel som svarat Ganska eller Mycket viktigt (endast chefer)



## Riktlinjer för närvaro anpassas efter behov

35 procent uppger att riktlinjerna för distansarbete är gemensamma för alla på deras arbetsplats. 30 procent säger att varje avdelning eller grupp bestämmer för sig. 15 procent avgör själva om de ska arbeta från kontoret eller på distans och 14 procent anger att deras riktlinjer är en kombination av ovan. 5 procent vet inte hur riktlinjerna på deras arbetsplats är utformade.

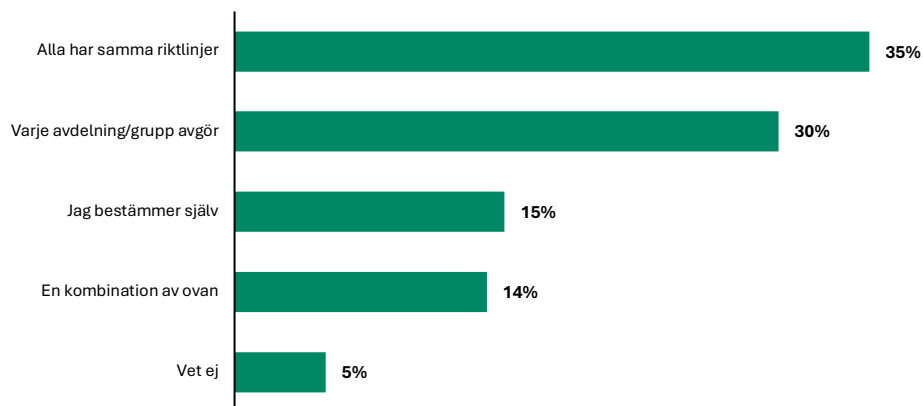
På frågan om hur riktlinjerna för distansarbete borde utformas anser något färre, 30 procent, att samma riktlinjer ska gälla för alla medan 29 procent föredrar att varje avdelning eller grupp avgör för sig. 18 procent vill bestämma själva och 19 procent ser gärna en kombination av de olika alternativen. En liten andel önskar alltså högre bestämmanderätt än man

har idag. Sammantaget är dock de flesta ganska nöjda med hur deras riktlinjer är utformade.

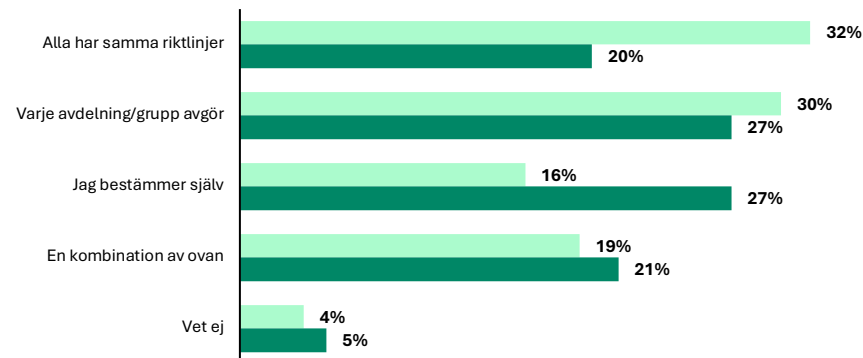
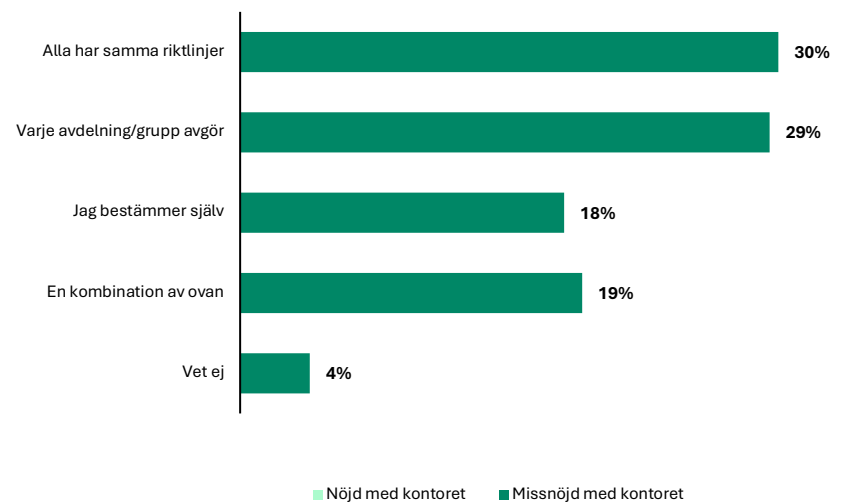
Majoriteten föredrar riktlinjer som är anpassade för gruppen eller individens behov, eller en kombination av dessa. Men även här sticker vd:ar och högre chefer ut genom att i hög grad (35 %) förespråka samma riktlinjer för alla medarbetare.

Undersökningen visar också att det finns ett samband mellan hur nöjd man är med sitt kontor och graden av självbestämmande. De som är nöjda med sitt kontor är mer positiva till att företaget eller avdelningen har samma riktlinjer för kontorsnärvaro, medan de som är missnöjda i högre grad vill bestämma själva.

### Hur utformas riktlinjerna för distansarbete på din arbetsplats?



### Hur anser du att riktlinjerna för distansarbete borde utformas på din arbetsplats?



## Unga är mest positiva till obligatorisk närvaro

På frågan om hur man skulle reagera om arbetsgivaren införde obligatorisk kontorsnärvaro alla dagar i veckan svarar 21 procent att de redan arbetar heltid på kontoret. 30 procent anger att de hade varit positivt inställda och nästan lika stor andel (29 %) hade varit negativt inställda men accepterat situationen. 16 procent anger att de hade försökt byta arbetsgivare om obligatorisk kontorsnärvaro hade införts alla dagar i veckan.

Det är en tydlig skillnad mellan könen i frågan om obligatorisk närvaro.

35 procent av männen anger att de hade varit positivt inställda till obligatorisk närvaro, jämfört med 25 procent av kvinnorna. Samtidigt uppger en större andel kvinnor än män att de hade varit negativa men accepterat läget. På frågan om de hade försökt byta arbetsgivare svarar 18 procent av kvinnorna ja, jämfört med 13 procent av männen.

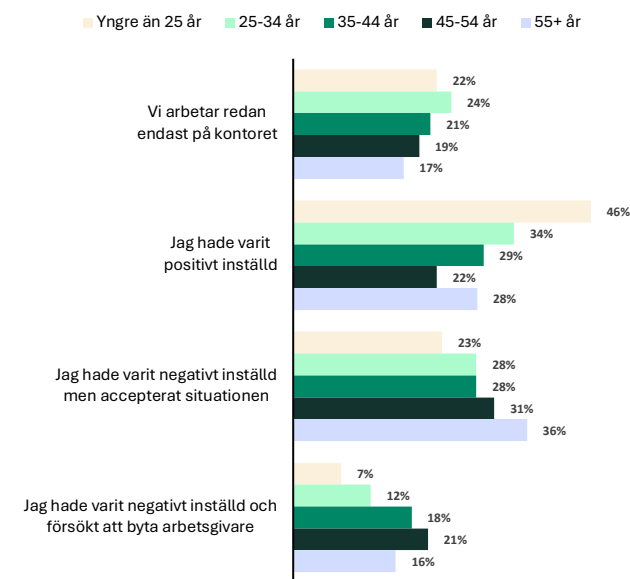
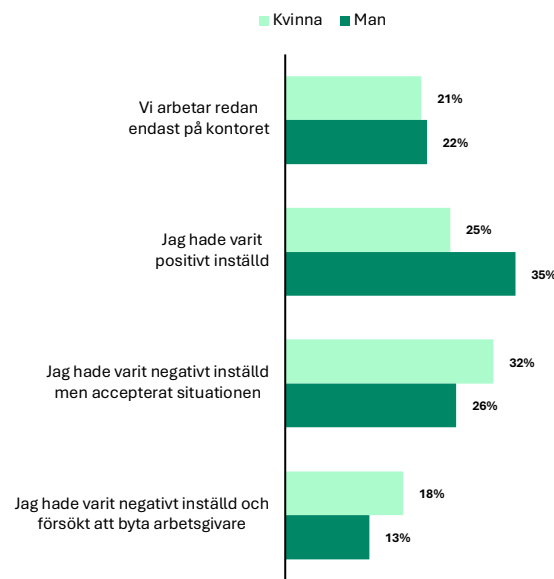
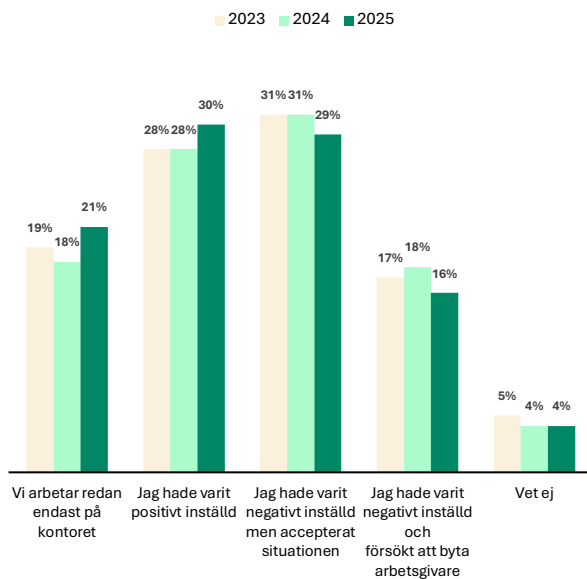
Kontorsarbetare under 25 år är mest positiva (46 %) till obligatorisk kontorsnärvaro. 35–44-åringar har en annan syn på saken, endast 29 procent hade varit

positiva. Det är också den åldersgrupp som värderar flexibilitet högst vid val av arbetsgivare.

Andelen som anger att de hade försökt byta arbetsgivare är lägst i de yngre grupperna, 12 procent i åldern 25–34 år och 7 procent bland de som är under 25 år. I jämförelse uppger 18 procent i gruppen 35–44 år, och 21 procent i åldersgruppen 45–54 år, att de hade försökt byta arbetsgivare.



## Hur skulle du reagera om din arbetsgivare införde obligatorisk kontorsnärvaro alla dagar i veckan?





# Det nordiska perspektivet

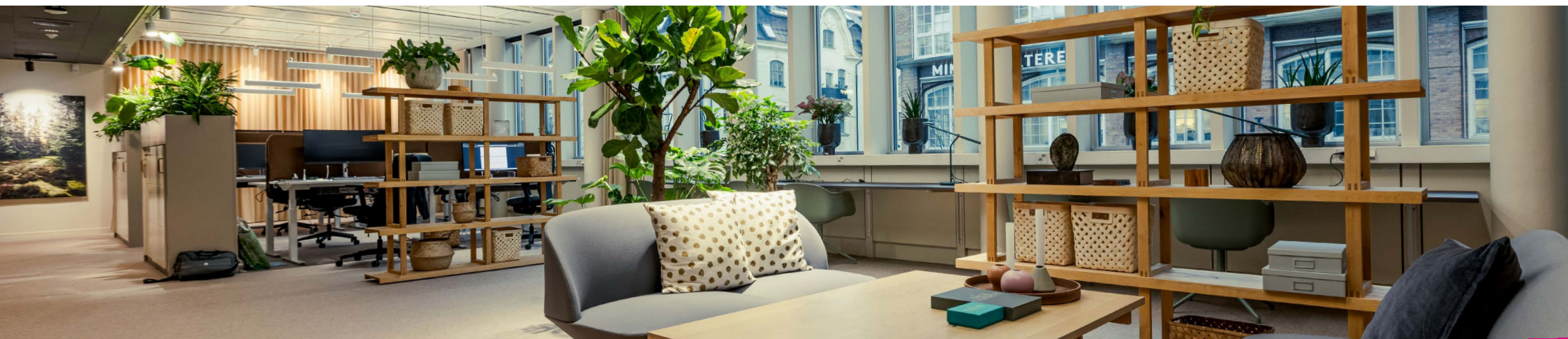
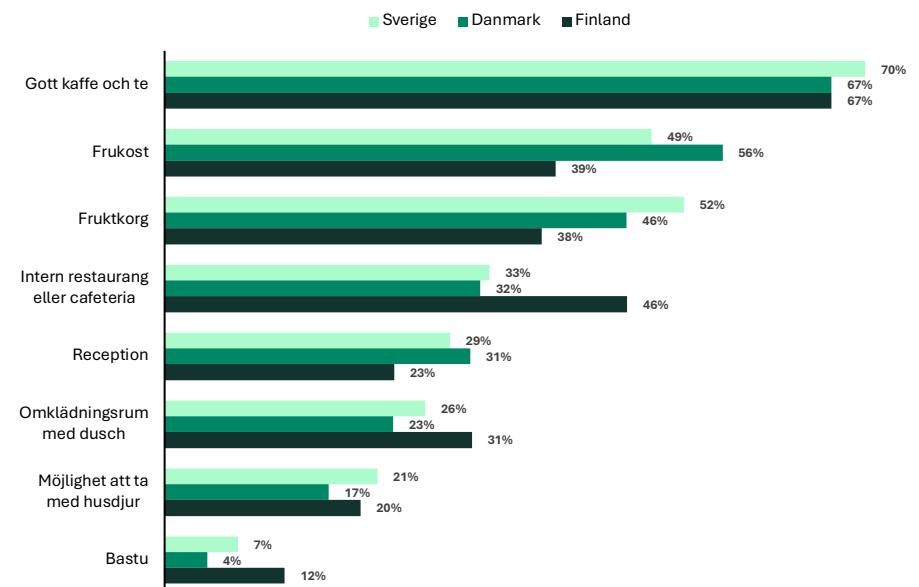
Castellums årliga rapport om kontorstrender omfattar inte bara kontorsarbetare i Sverige, utan även i Danmark och Finland. Resultaten är förvånansvärt lika länderna emellan. Men det finns undantag. Här lyfter vi några intressanta exempel på hur svenska kontorsarbetare skiljer sig från sina nordiska grannar.

Svenskarna tillbringar allra flest dagar på kontoret, med ett genomsnitt på 3,45 dagar per vecka jämfört med 3,38 dagar i Danmark och 3,13 dagar i Finland.

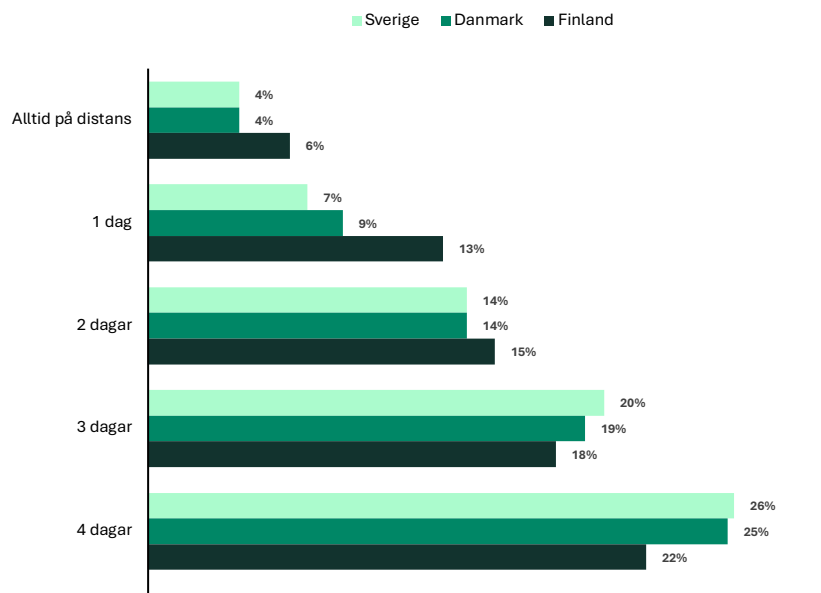
Flexibilitet är viktig i alla tre länder, men Finland har störst andel som föredrar att alltid arbeta på distans, 14 procent jämfört med 7 procent i Sverige och 6 procent i Danmark.

Gott kaffe och te på kontoret är viktigt i alla tre länderna, men svenskarna sätter lite högre värde på en bra fruktkorg och danskarna vill i högre grad att frukost serveras. I Finland är en intern restaurang eller cafeteria viktigare. Och inte helt oväntat tycker fler finländska kontorsarbetare att en bastu hade gjort kontoret mer attraktivt jämfört med vad man gör i grannländerna.

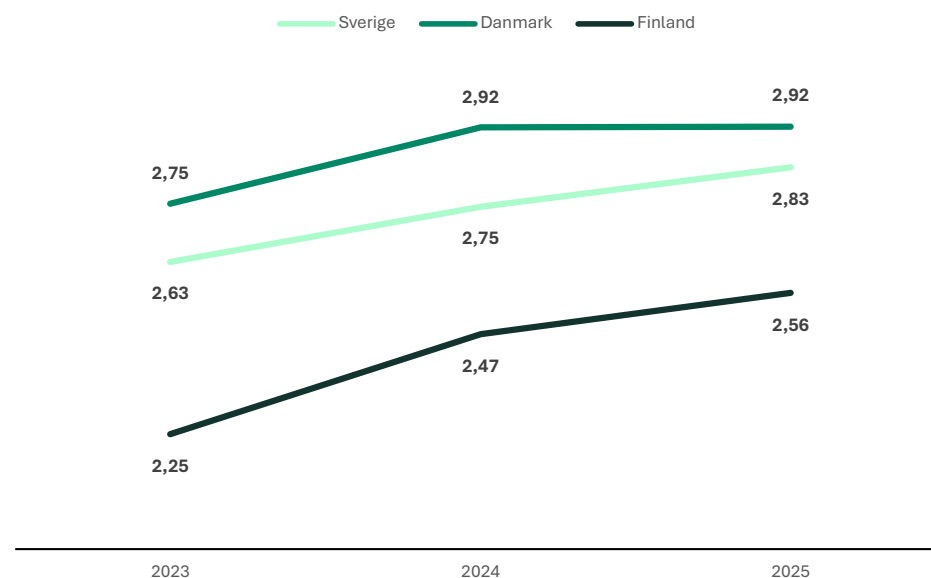
## Vilka av följande tycker du gör kontoret mer attraktivt?



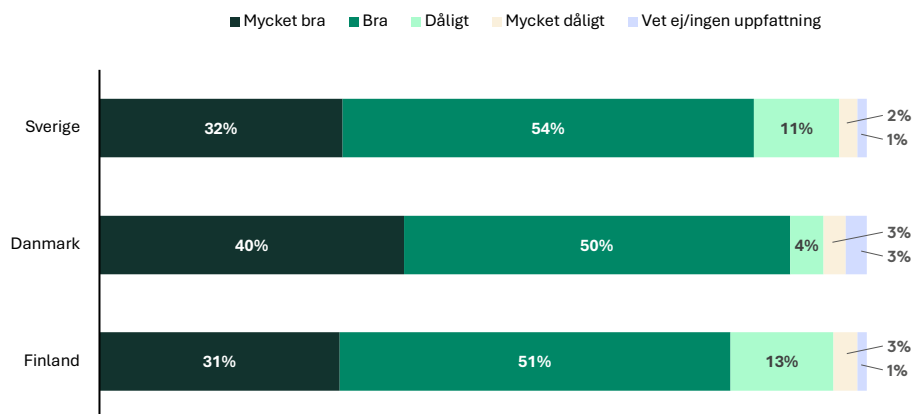
### Ungefär hur många dagar arbetar du på kontoret en vanlig arbetsvecka?



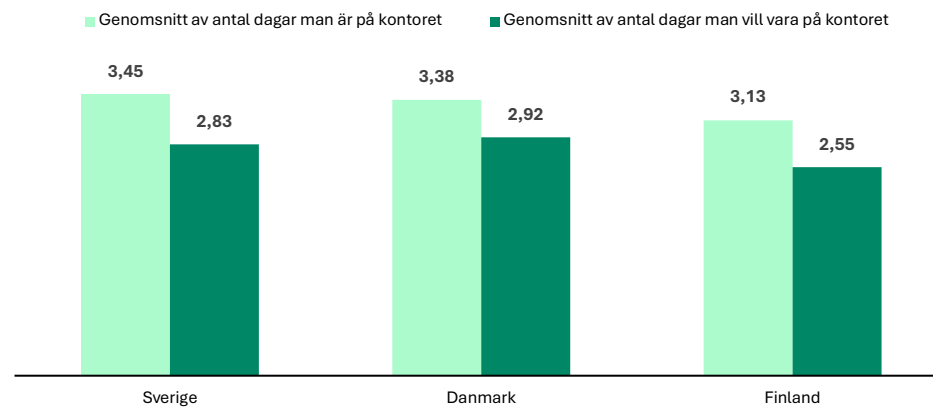
### Utveckling av antal dagar man vill vara på kontoret



### Vad tycker du om arbetsmiljön på ditt kontor?



### Jämförelse i antal dagar man är, respektive vill vara på kontoret



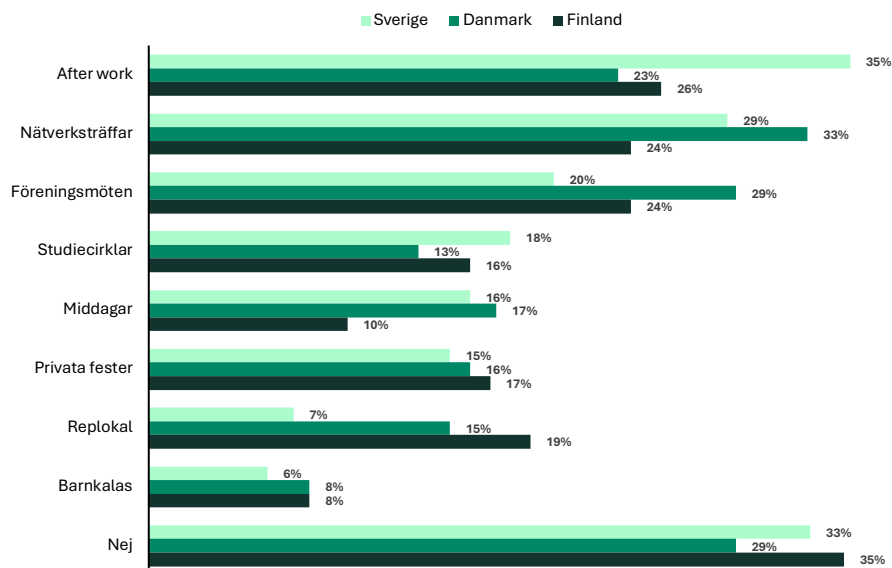
## Svenskar är mest positiva till after work på kontoret

Kontorsarbetare i alla tre länderna – Sverige, Danmark och Finland – är positiva till att använda kontoret som mötesplats även utanför arbetstid. I Sverige är after work det mest populära valet, medan nätverksträffar och föreningsmöten prioriteras högre i Danmark.

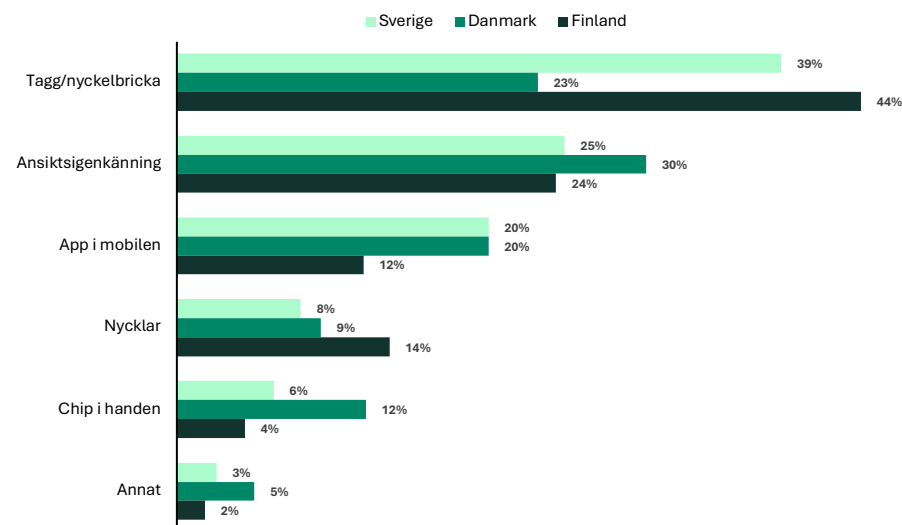
Även synen på teknik varierar länderna emellan. När det gäller framtida sätt att öppna kontorsdörrar föredrar svenskar och finländare tagg eller nyckelbricka, medan danskarna är mer positiva till ansiktsgenkänning, appar och chipimplantat.

I Danmark och särskilt i Finland kan man också tänka sig att använda kontoret som replokal i mycket högre grad än i Sverige.

### Skulle du vilja använda kontoret till andra ändamål utanför arbetstid? I så fall vilka?



### Hur vill du öppna dörrarna på kontoret om 10 år?



# 2 av 10

finländare vill använda kontoret som replokal



TELLUM



Castellum är ett av Nordens största börsnoterade fastighetsbolag. Vi skapar framtidens hållbara arbetsplatser och drivs av att erbjuda rum där både organisationer och människor mår bra och utvecklas. Alla förtjänar en arbetsplats att längta till.

Läs mer om  
Framtidens arbetsliv



CASTELLUM