

Undersøgelse af skam ifm. Ledighed

April 2025

A&Til[®]

Indhold

1. Introduktion
2. Resultater
3. Appendix

01

Introduktion



Undersøgelse om skam ifm. Ledighed

I FTFa vil vi hjælpe vores medlemmer godt videre til et nyt job, når de skal videre i arbejdslivet. Nogle medlemmer oplever skam i forbindelse med at være ledig, og derfor har vi i FTFa lavet en undersøgelse af fænomenet. Resultaterne anvender vi til at blive klogere på de lediges situation, og til at sætte fokus på, hvordan de kommer godt videre i deres arbejdsliv.

Undersøgelsen er lavet som en spørgeskemaundersøgelse via e-mail i marts 2025. Der er i alt indsamlet 901 besvarelser med en svarprocent på 17 %.

Undersøgelsen er foretaget blandt personer, der var ledig på tidspunktet for undersøgelsen eller tre måneder forud for undersøgelsen. Deltagerne blev bedt om at svare på spørgsmålene ud fra deres nuværende eller seneste ledighedsperiode.

02

Resultater

Opsummering af resultater

1

De ledige medlemmer binder fortsat en stor del af deres identitet op på deres arbejde

- De ledige medlemmer **binder en stor del af deres identitet op på deres arbejde**, da 76 % i 2025 mener, at deres arbejde er meget vigtigt/vigtigt ift. hvem de føler de er som person. Det tilsvarende tal var 73 % i 2023.
- De ledige medlemmer **savner typisk løn, fællesskab samt kolleger**, når de ikke har et arbejde, hvor førstnævnte er blevet forstærket siden målingen i 2023.

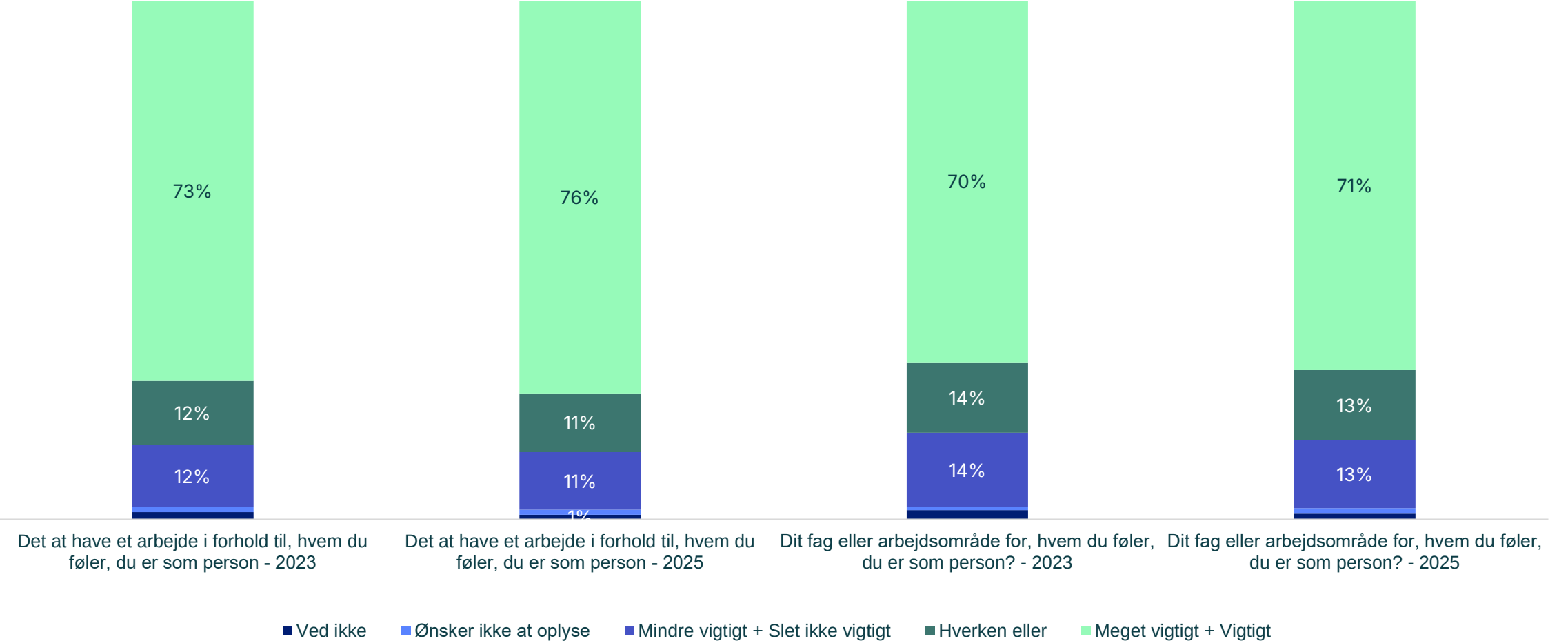
2

43 % af de ledige medlemmer oplever skam ifm. deres ledighed

- **43 % af de ledige medlemmer oplever at føle skam** ifm. at være ledig mindst af og til, hvilket understreger tendensen fra 2023, hvor 40 % oplevede skam. Oplevelsen af at føle skam er stort set **ens uanset, hvad årsagen er til, at man er blevet ledig**, hvilket også var tendensen i 2023.
- **49 % af de ledige medlemmer, der oplever skam, oplever at følelsen bliver mere udtalt** igennem deres ledighedsperiode, mens **36 % oplever den bliver mindre udtalt**. Begge tal er på niveau med målingen fra 2023.
- Ledige medlemmer oplever især, at det er **svært at fortælle om deres ledighed til sociale arrangementer (23 %)**, og de **forbereder hvad de skal fortælle inden (27 %)**. Begge tal er på niveau med målingen fra 2023.

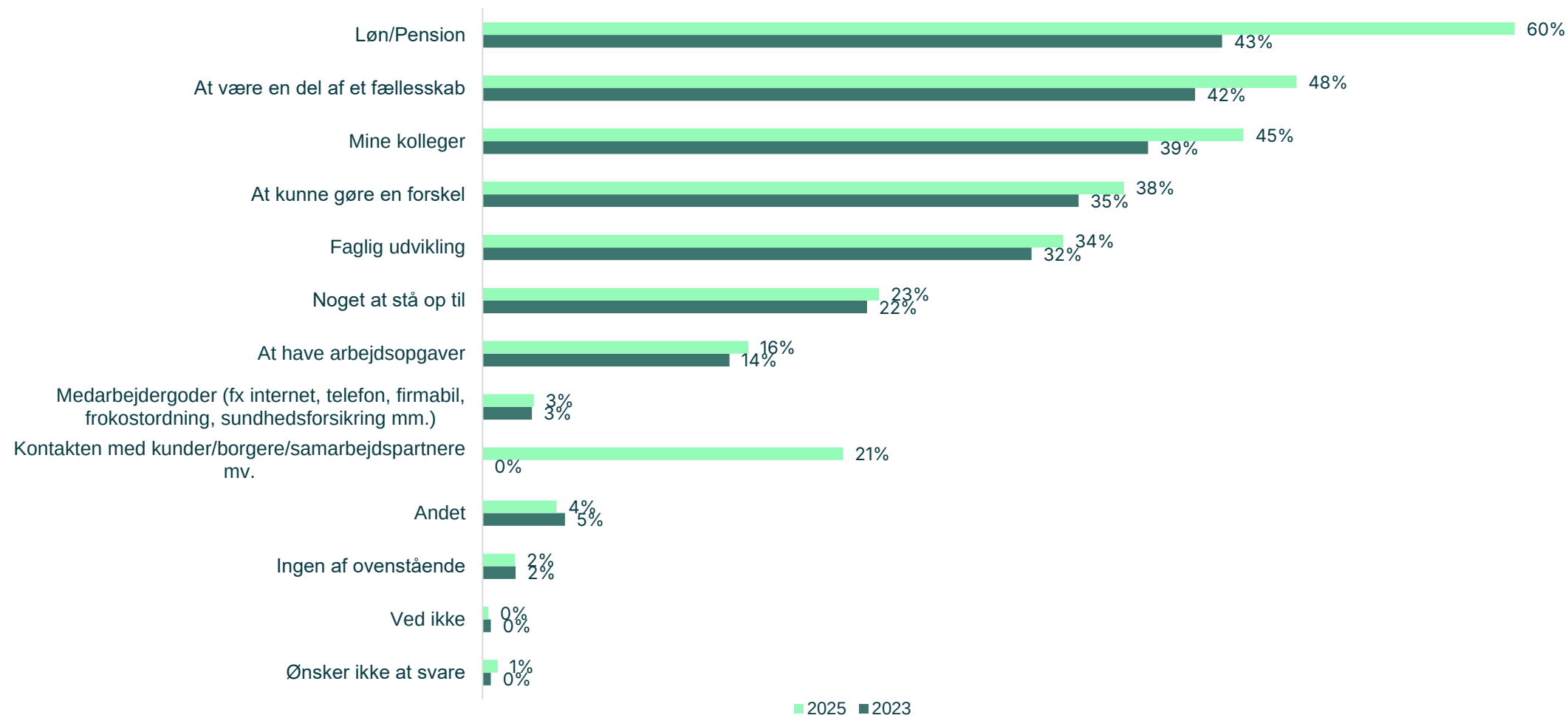
Ens arbejde er fortsat en stor del af ens identitet, da 76 % i 2025 mener at deres arbejde er meget vigtigt/vigtigt ift. Hvem de føler de er som person.

Spørgsmål: Hvor vigtigt er... ? (n 2023=1.454, n 2025=901)



De ledige medlemmer savner typisk løn, fællesskab samt kolleger ved ikke at have et arbejde, hvor løn dog fylder væsentligt mere i 2025 end i 2023.

Spørgsmål: Hvad savnede/savner du mest ved ikke at have et arbejde? (vælg max tre ting) (n 2023=1.454, n 2025=901)



43 % af de ledige medlemmer oplever i 2025 at føle skam ifm. At være ledig mindst af og til, hvilket understreger tendensen fra 2023, hvor 40 % oplevede skam.

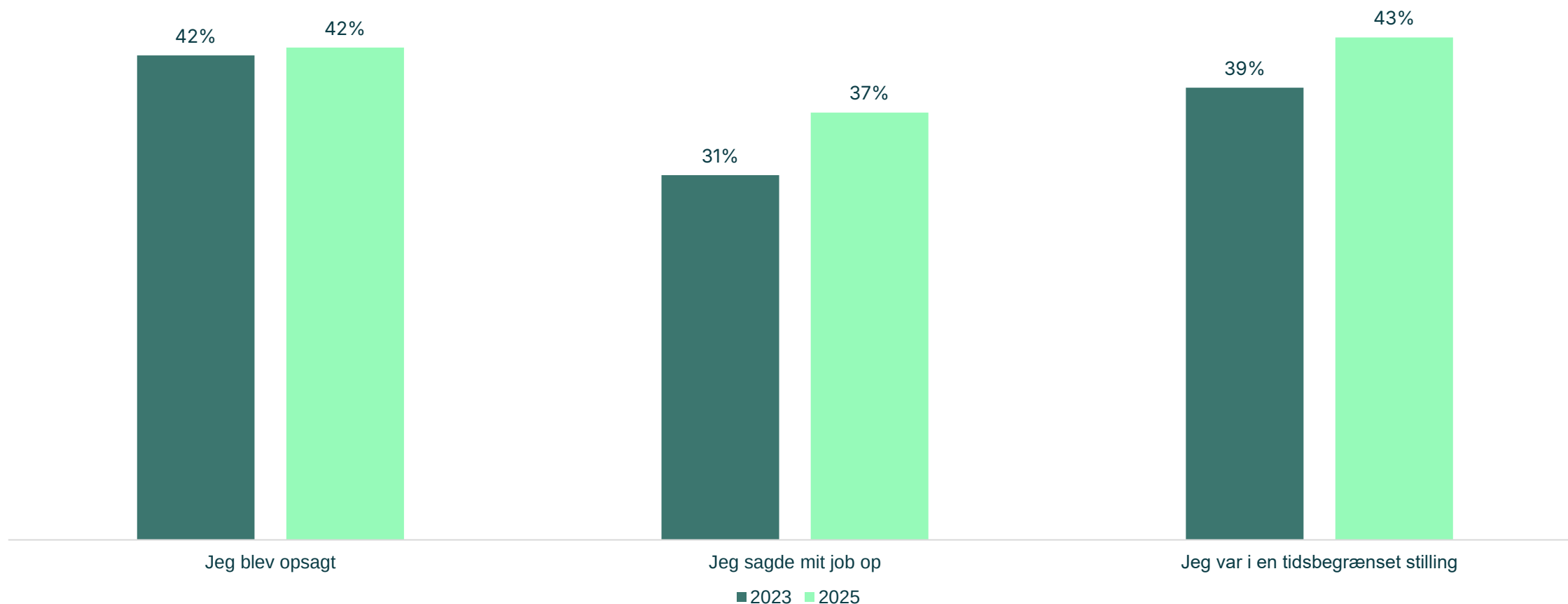
Spørgsmål: Hvor ofte har du oplevet følelsen af skam i forbindelse med din nuværende eller seneste ledighedsperiode?* (n 2023=1.454, n 2025=901)



*Inden spørgsmålet blev følgende kontekst præsenteret for deltageren: Når man er ledig, kan man godt føle skam over at være blevet opsagt eller over at stå udenfor arbejdsmarkedet – også selvom det kun er for en periode. Skam er en følelse, du kan få som reaktion på en oplevelse af afvisning eller tab af anseelse. For eksempel, når du bliver fyret eller bliver valgt fra i en jobsøgningsproces. Skam kan blandt andet rumme følelsen af forlegenhed, ydmygelse og tab af selvfølelse.

Oplevelsen af at føle skam er stort set ens uanset, hvad årsagen er til, at man er blevet ledig, hvilket var samme tendens som i 2023.

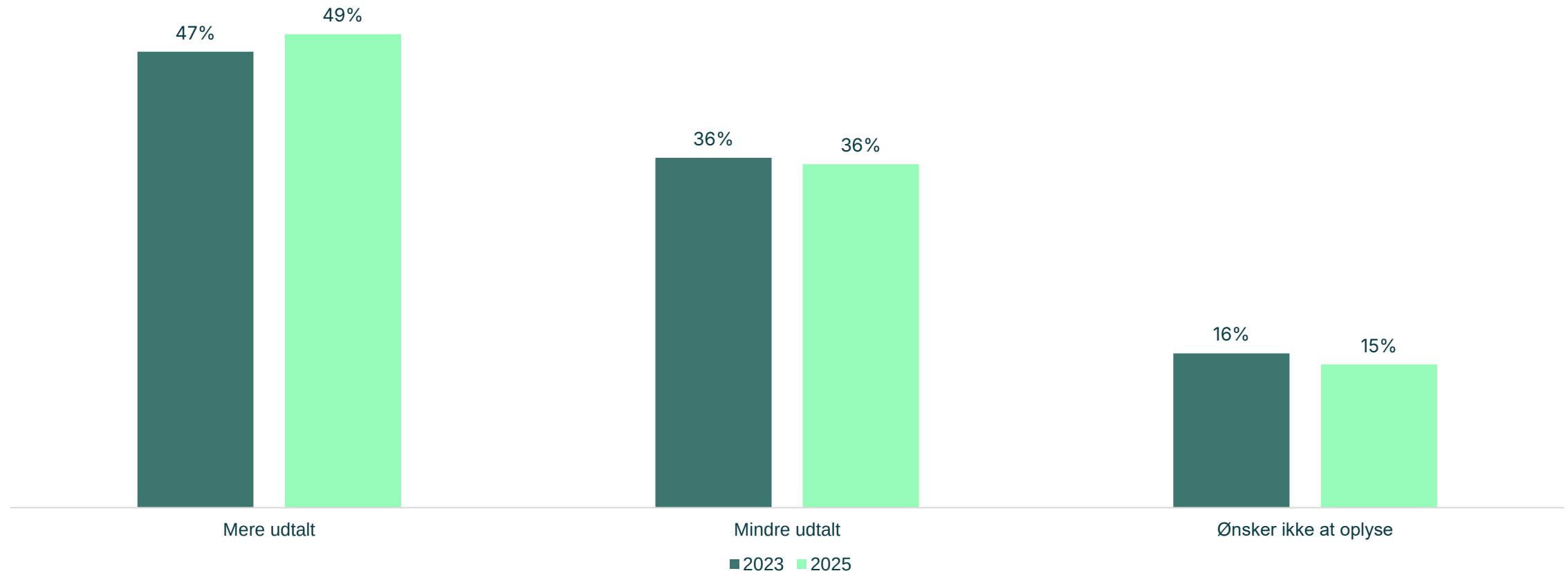
Spørgsmål: Hvor ofte har du oplevet følelsen af skam i forbindelse med din nuværende eller seneste ledighedsperiode?* fordelt på årsag til ledighed (n 2023=1.454, n 2025=901), Grafen viser andelen, der har svaret 'hele tiden', 'ofte' samt 'af og til'



*Inden spørgsmålet blev følgende kontekst præsenteret for deltageren: Når man er ledig, kan man godt føle skam over at være blevet opsagt eller over at stå udenfor arbejdsmarkedet – også selvom det kun er for en periode. Skam er en følelse, du kan få som reaktion på en oplevelse af afvisning eller tab af anseelse. For eksempel, når du bliver fyret eller bliver valgt fra i en jobsøgningsproces. Skam kan blandt andet rumme følelsen af forlegenhed, ydmygelse og tab af selvfølelse.

49 % af de ledige medlemmer, der oplever skam, oplever at følelsen bliver mere udtalt igennem deres ledighedsperiode, mens 36 % oplever den bliver mindre udtalt.

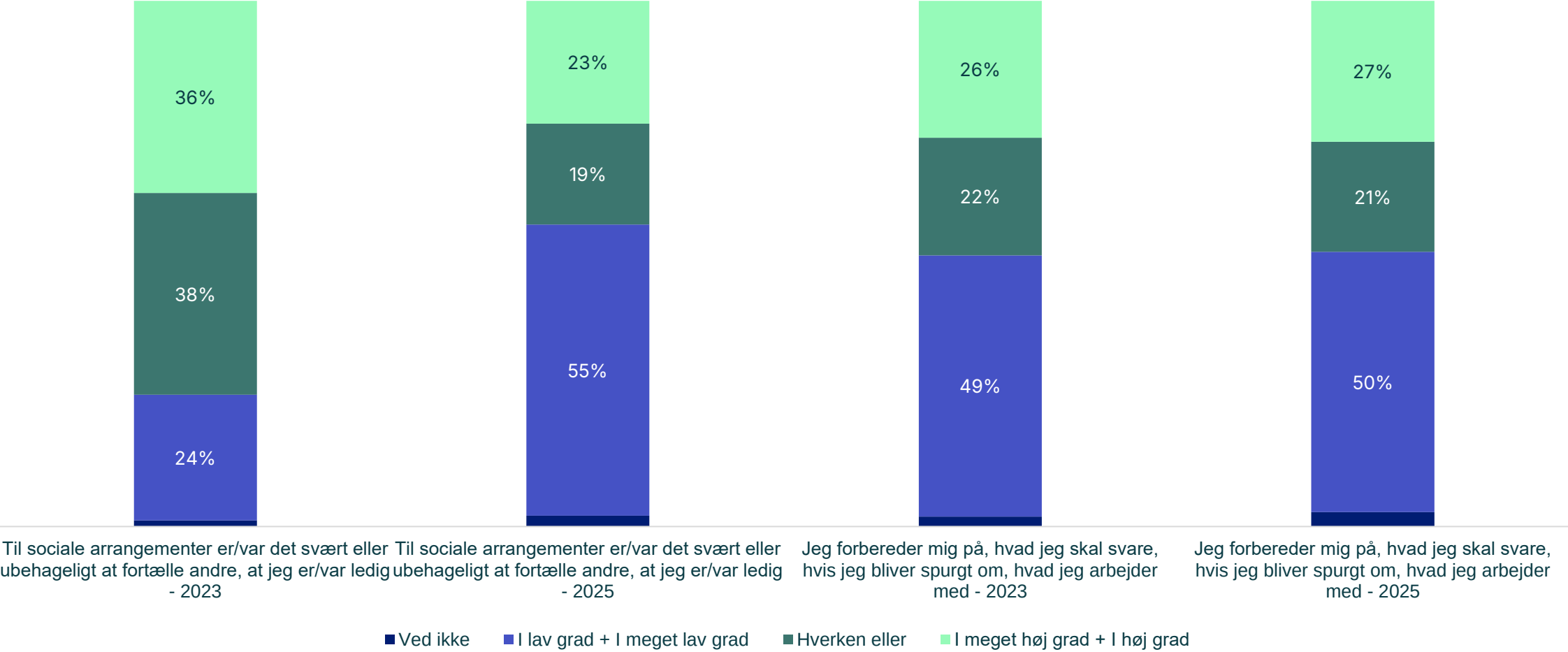
Spørgsmål: Er din følelse af skam blevet mindre udtalt eller mere udtalt i løbet af din nuværende eller seneste ledighedsperiode?* (n 2023=579, n 2025=436)



*Kun stillet til personer, der har oplevet skam ifm. ledigheden hele tiden, ofte eller af og til i forbindelse med deres ledighedsperiode.

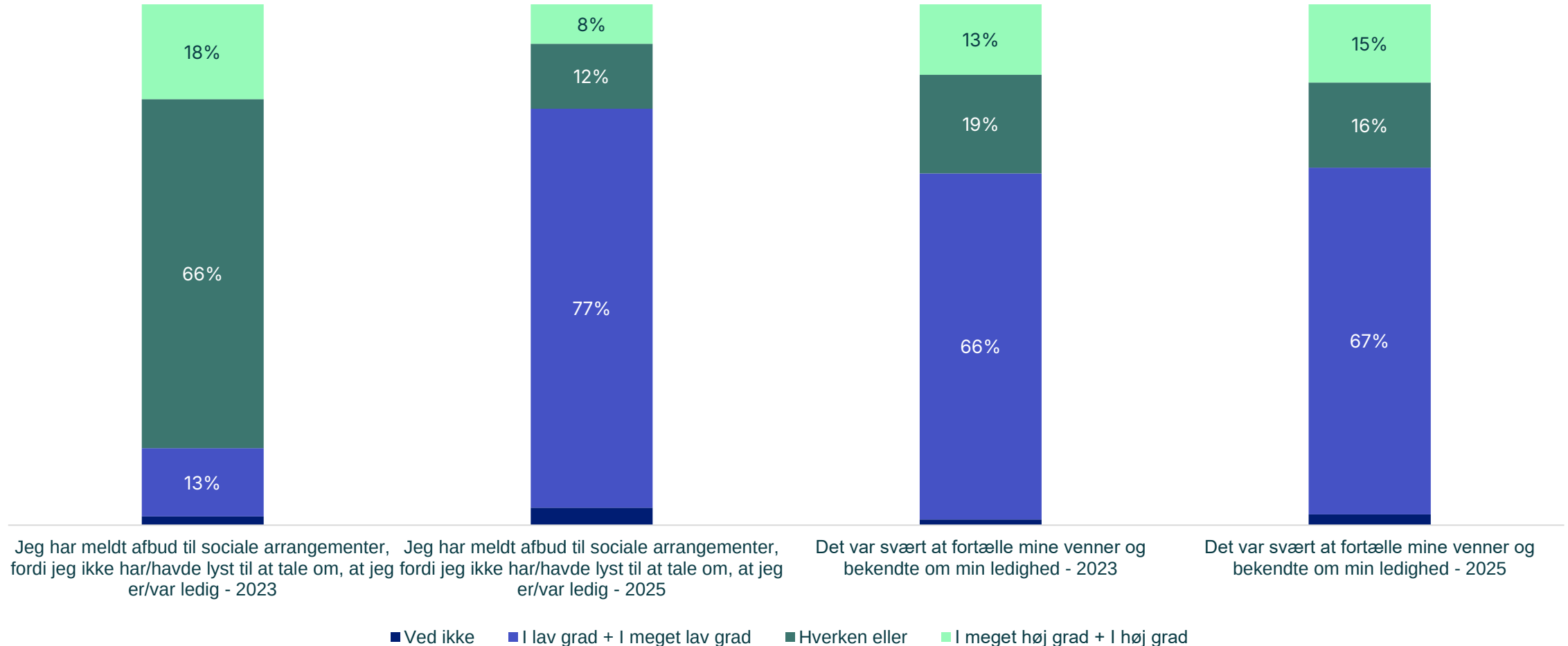
Ledige medlemmer oplever sml. Med 2023 stadig, at det er svært at fortælle om deres ledighed til sociale arrangementer, og forbereder hvad de skal fortælle inden.

Spørgsmål: I hvilken grad passer nedenstående udsagn på din nuværende eller seneste ledighedsperiode? (n 2023=1.454, n 2025=901)



Ledige medlemmer melder dog i mindre grad afbud til arrangementer, og oplever i mindre grad, at det er svært at fortælle om deres ledighed familie og venner

Spørgsmål: I hvilken grad passer nedenstående udsagn på din nuværende eller seneste ledighedsperiode? (n 2023=1.454, n 2025=901)



03

Appendix

42 % af de ledige medlemmer, der blev opsagt, har oplevet skam i forbindelse med ifm. At være ledig mindst af og til, hvilket er uændret ift. 2023.

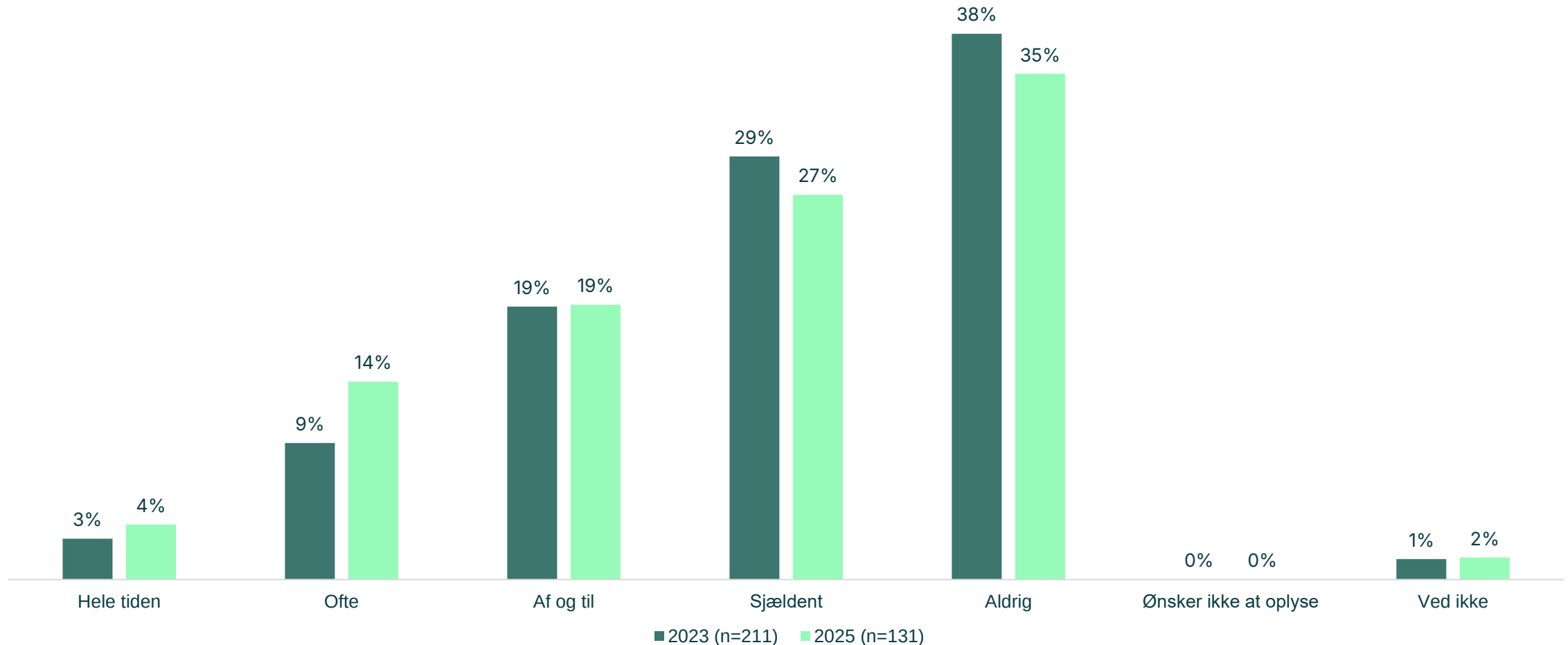
Spørgsmål: Hvor ofte har du oplevet følelsen af skam i forbindelse med din nuværende eller seneste ledighedsperiode?* fordelt på personer der blev opsagt



*Inden spørgsmålet blev følgende kontekst præsenteret for deltageren: Når man er ledig, kan man godt føle skam over at være blevet opsagt eller over at stå udenfor arbejdsmarkedet – også selvom det kun er for en periode. Skam er en følelse, du kan få som reaktion på en oplevelse af afvisning eller tab af anseelse. For eksempel, når du bliver fyret eller bliver valgt fra i en jobsøgningsproces. Skam kan blandt andet rumme følelsen af forlegenhed, ydmygelse og tab af selvfølelse.

37 % af de ledige medlemmer, der selv har sagt op, har oplevet skam i forbindelse med ifm. At være ledig mindst af og til.

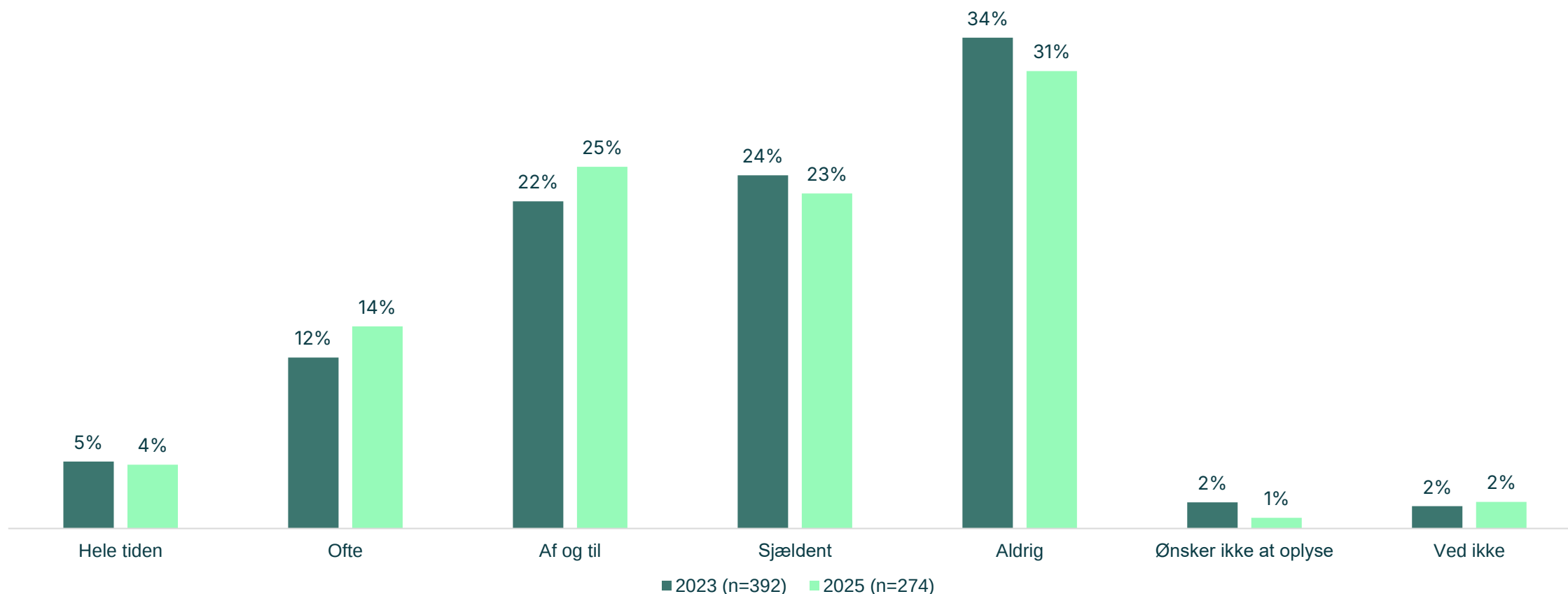
Spørgsmål: Hvor ofte har du oplevet følelsen af skam i forbindelse med din nuværende eller seneste ledighedsperiode?* fordelt personer der sagde sit job op



*Inden spørgsmålet blev følgende kontekst præsenteret for deltageren: Når man er ledig, kan man godt føle skam over at være blevet opsagt eller over at stå udenfor arbejdsmarkedet og også selvom det kun er for en periode. Skam er en følelse, du kan få som reaktion på en oplevelse af afvisning eller tab af anseelse. For eksempel, når du bliver fyret eller bliver valgt fra i en jobsøgningsproces. Skam kan blandt andet rumme følelsen af forlegenhed, ydmygelse og tab af selvfølelse.

43 % af de ledige medlemmer, der har været i tidsbegrænset stillinger, har oplevet skam i forbindelse med ifm. At være ledig mindst af og til.

Spørgsmål: Hvor ofte har du oplevet følelsen af skam i forbindelse med din nuværende eller seneste ledighedsperiode?* fordelt på personer i tidsbegrænset stilling



*Inden spørgsmålet blev følgende kontekst præsenteret for deltageren: Når man er ledig, kan man godt føle skam over at være blevet opsagt eller over at stå udenfor arbejdsmarkedet – også selvom det kun er for en periode. Skam er en følelse, du kan få som reaktion på en oplevelse af afvisning eller tab af anseelse. For eksempel, når du bliver fyret eller bliver valgt fra i en jobsøgningsproces. Skam kan blandt andet rumme følelsen af forlegenhed, ydmygelse og tab af selvfølelse.



+45 7013 1312
kontakt@aogtil.dk
www.aogtil.dk