Pressmeddelande 9 mars 2026

Allt fler chefer pressas i arbetslivet – Feelgoods chefspsykolog släpper bok om hållbart ledarskap

Chefers uppdrag har blivit allt mer komplext. De ska driva förändring, skapa engagemang och leverera resultat – ofta samtidigt som resurser och stöd inte räcker till. I en ny bok lyfter Feelgoods chefspsykolog Charlotte Valleskog varför chefers arbetsmiljö behöver få större uppmärksamhet i organisationer.

Många chefer beskriver i dag en pressad arbetssituation där kraven är höga och förutsättningarna begränsade. Samtidigt spelar chefer en avgörande roll för både arbetsmiljö, resultat och utveckling i organisationer.

I boken *Hållbara chefer – skapa förutsättningar för ett långsiktigt ledarskap* belyser Charlotte Valleskog vad som krävs för att chefer ska kunna vara hållbara i sitt uppdrag över tid. Fokus ligger på hur organisationer kan arbeta mer systematiskt med chefers arbetsvillkor.

– Vi pratar ofta om hur chefer ska utvecklas som ledare. Men minst lika viktigt är vilka förutsättningar de faktiskt har för att lyckas i sitt uppdrag. Om organisationer vill ha hållbara chefer behöver de också skapa hållbara strukturer runt ledarskapet, säger Charlotte Valleskog, chefspsykolog på Feelgood.

Boken tar upp frågor som arbetsbelastning, mandat, prioriteringar och organisatoriskt stöd, faktorer som i hög grad påverkar chefers möjlighet att leda på ett långsiktigt och hållbart sätt. Den riktar sig till chefer, HR och ledningsgrupper som vill utveckla organisationens förutsättningar för ett långsiktigt och hållbart ledarskap.

Charlotte Valleskog arbetar som chefspsykolog och organisationskonsult på företagshälsobolaget Feelgood, där hon stödjer organisationer i frågor som rör ledarskap, arbetsmiljö och organisatorisk hållbarhet. Erfarenheter från arbetet med chefer och ledningsgrupper har varit en viktig utgångspunkt för boken.

– Chefer har en nyckelroll i arbetslivet. När organisationer investerar i chefers arbetsmiljö skapar man också bättre förutsättningar för hela verksamheten, både för medarbetare och resultat, säger Charlotte Valleskog.

Om boken:

Titel: Hållbara chefer – skapa förutsättningar för ett långsiktigt ledarskap
Författare: Charlotte Valleskog

Utgivning: 2 april 2026
Förlag: Gothia Kompetens

För mer information kontakta:

Åsa Rex Nygård, marknads- och kommunikationschef Feelgood, 070-728 56 50, asa.rexnygard@feelgood.se

Om Feelgood
Feelgood hjälper företag och organisationer att förbättra produktivitet och sänka kostnader genom att arbeta systematiskt och förebyggande med arbetsmiljö, hållbar hälsa, ledarskap, medarbetarskap och vid behov rehabilitering eller krishantering. Företaget har idag drygt 700 medarbetare som möter kunderna både digitalt och fysiskt på ca 120 platser i Sverige. Totalt omfattar Feelgoods 6 000 kunder över 1 miljoner medarbetare. Feelgood grundades 1995 och ägs sedan 2021 av den finska vårdkoncernen Terveystalo Healthcare OY. www.feelgood.se