



Oliver Burkeman

FÖRFATTARE · JOURNALIST

Investeringarna i produktivitet fortsätter att öka. Det gör även arbetsbelastningen. Problemet är inte att organisationerna saknar bättre system för tidshantering. Problemet är att själva tanken på att "få ordning på saker och ting" är den mekanism som skapar just den press som den påstår sig lösa. Ledare som känner detta men inte kan sätta ord på det fattar kulturella och strukturella beslut utifrån en felaktig utgångspunkt.

Oliver Burkeman, tidigare kolumnist på The Guardian och författare till New York Times-bästsäljaren **Four Thousand Weeks**, har i två nationella bästsäljare utvecklat tesen att produktivetskulturen systematiskt förvärrar överbelastningen snarare än att lösa den. Han ger ledare ett tydligt ramverk och praktiska verktyg för att arbeta med människans begränsningar istället för mot dem.

Oliver Burkeman:s 2026 biografi

Varför organisationer anlitar Oliver Burkeman

- Hans argument om "effektivitetsfällan" - att strävan efter ökad effektivitet ökar kraven på tid snarare än minskar dem - ger ledare en namngiven, evidensbaserad förklaring till varför deras produktivetsprogram förvärrar situationen. Detta är inte en motiverande omformulering; det är en strukturell diagnos.
- *Four Thousand Weeks* och *Meditations for Mortals* finns redan i händerna på ledande befattningshavare och kunskapsarbetare. En session med Burkeman bygger på ett gemensamt begreppsförråd snarare än att introducera ett helt nytt, vilket förkortar avståndet från insikt till handling.
- Hans ramverk för "imperfektionism", som utvecklats i *Meditations for Mortals*, ger teamen en praktisk handlingsprincip: att meningsfulla åtgärder inte kräver idealiska förhållanden, och att väntan på kontroll i sig är prestationsproblemet.
- Han närmar sig detta som en journalist med fjorton års empirisk forskning om psykologin bakom tid och uppmärksamhet, inte som en konsult med en metodik att sälja. Hans argument är kritiska snarare än föreskrivande, vilket ger dem större hållbarhet i styrelserum och ledningssamtal.
- Två nationella bästsäljare, två TEDx-föreläsningar och ett decennium som programledare på BBC Radio 4 innebär att hans material har testats på olika målgrupper, i olika format och i olika kulturer utan att förlora sin kraft.

TILLGÄNGLIG FÖR

- Föreläsningar

OLIVER:S TALANDE TEMAN

- Arbetets framtid
- Beteendekonomi
- Ledarskap
- Medarbetarvälbefinnande
- Organisationskultur
- Psykisk hälsa på arbetsplatsen

SPRÅK: Engelska

Biografiska höjdpunkter

- Författare till *Four Thousand Weeks: Time Management for Mortals* (2021, Farrar, Straus and Giroux), bästsäljare i New York Times och Sunday Times; utnämnd till en av de bästa böckerna 2021 av Financial Times, The Times, The Observer, Audible, Time och Barnes & Noble
- Författare till *Meditations for Mortals* (2024, Farrar, Straus and Giroux) – nationell bästsäljare; introducerar sin operativa filosofi om "imperfektionism"
- Tidigare redaktör och veckokolumnist på The Guardian; "This Column Will Change Your Life" publicerades i fjorton år (2006–2020)
- Har publicerat artiklar i New York Times, Wall Street Journal, Psychologies och New Philosopher
- Vinnare av Foreign Press Association Young Journalist of the Year Award (2002); nominerad till Orwell Prize (2006); FPA:s vetenskapsartikel av året (2015)
- Utbildad vid Christ's College, Cambridge (kandidatexamen i samhälls- och statsvetenskap)
- Programledare för BBC Radio 4-serier, bland annat "Oliver Burkeman is Busy" och "Living with the News"
- TEDx-föreläsningar: "How to stop fighting against time" (TEDxUniversityofNicosia) och "Why patience is a superpower" (TEDxManchester)

Biografi

De flesta ledande befattningshavare vet att deras organisationer är överbelastade. Färre kan förklara varför varje investering i produktivitet verkar göra det värre. Oliver Burkeman tillbringade fjorton år som kolumnist och journalist på The Guardian med att undersöka just denna spänning, och hans slutsats var inte ett bättre system, utan en strukturell kritik av själva systemet.

I sin bästsäljare från 2021, *Four Thousand Weeks: Time Management for Mortals*, som hamnade på New York Times och Sunday Times bästsäljarlistor, kallar han detta för "effektivitetsfällan": ju mer kapacitet organisationer och individer skapar, desto mer växer kraven för att fylla den. Boken hävdar att premissen att så småningom få kontroll över allt inte är ett problem som kan lösas med bättre metoder, utan en strukturell illusion som driver på den överbelastning den lovar att få slut på. För ledare som navigerar i debatter om prestationskultur ger den en intellektuell grund som går långt utöver kategorin självhjälp.

I uppföljaren från 2024, *Meditations for Mortals*, utvecklar han en namngiven handlingsfilosofi, "imperfektionism", som ett praktiskt alternativ. Argumentet är inte att människor ska göra mindre, utan att meningsfullt handlande kräver att man överger förutsättningen att förhållandena först måste vara idealiska. Detta ger team och deras ledare ett hållbart, icke-sentimentalt vokabulär för att gå från medvetenhet om överbelastning till ett genuint annorlunda beteende.

Burkeman utbildade sig vid Christ's College i Cambridge, har rapporterat från London, Washington och New York och var nominerad till Orwellpriset. Hans artiklar har publicerats i New York Times, Wall Street Journal och New Philosopher, och han presenterar en serie på BBC Radio 4 vid sidan av sitt nyhetsbrev, *The Imperfectionist*, som har byggt upp en betydande professionell följarskara.

Viktiga föreläsningsteman

- Produktivetskultur och effektivitetsfällan
- Tid, uppmärksamhet och människans begränsningar
- Imperfektionism som en organisatorisk verksamhetsfilosofi
- Utbrändhet, överbelastning och prestationskultur
- Meningsfullt arbete och prioritering under begränsningar
- Psykologin bakom distraktion och fokus
- Tålamod som en strategisk förmåga

Perfekt för

- HR-chefer och personalchefer som hanterar utbrändhet, överbelastning och prestationskultur
- Ledningsgrupper som granskar de antaganden som ligger till grund för deras produktivets- och arbetsmetodsprogram
- Konferensdeltagare inom kunskapsintensiva sektorer där uppmärksamhet, prioritering och hållbar produktion är aktuella strategiska frågor
- Styrelser och ledningsgrupper som granskar sambandet mellan kultur, välbefinnande och organisationens långsiktiga prestation

Resultat för deltagarna

- Ett namngivet ramverk (effektivitetsfällan) för att förklara varför investeringar i produktivitet kan öka snarare än minska överbelastningen, som kan tillämpas omedelbart i ledarskapssamtal
- Ett tydligare språk för att beskriva spänningen mellan prestationsförväntningar och mänskliga gränser, vilket minskar den vaghet som gör det svårt att agera på samtal om välbefinnande
- Förtrogenhet med "imperfektionism" som en praktisk arbetsprincip för individer och team som arbetar under förhållanden med permanent överbelastning
- En omformulering av prioritering: inte som en teknik för tidshantering, utan som den grundläggande förmåga som avgör organisationens fokus
- Större självförtroende i beslut att avbryta, skjuta upp eller nedprioritera - understött av ett rigoröst filosofiskt och psykologiskt resonemang snarare än känslor

Oliver Burkeman s 2026 samtal & ämnen

Fyra tusen veckor: Tiden och hur man använder den

En ifrågasättning av de förutfattade meningarna om att effektivitet ska stå i centrum för tidshantering, som bygger på Burkemans centrala argument att pressen att "få grepp om saker och ting" strukturellt sett förvärrar överbelastningen snarare än att lösa den.

Viktiga slutsatser:

- Varför effektivitetsfällan innebär att att göra mer på ett tillförlitligt sätt genererar fler krav, inte färre
- Varför den centrala utmaningen med tidshantering inte är effektivitet utan att bestämma vad man

- ska bortse från
- Praktiska verktyg för att bygga ett arbetsliv som är inriktat på den begränsade tiden snarare än att motarbeta den

Varför tålamod är en superkraft

Ett kontraintuitivt argument för tålamod som en nyckelkompetens för hög prestanda i en allt snabbare affärsmiljö.

Huvudpunkter:

- Varför en kultur präglad av hast och otålighet leder till en specifik och identifierbar typ av dåliga beslut
- Hur acceptans av långsammare tidsplaner kan leda till mer hållbara resultat än brådskande tillvägagångssätt
- En praktisk omformulering av tålamod från en passiv egenskap till ett aktivt strategiskt val

Hur man slutar kämpa mot tiden

Ett offentligt föredrag med utgångspunkt i boken **Four Thousand Weeks** som belyser relationen mellan produktivitet, kontroll och meningsfullt arbete.

Huvudpunkter:

- Varför konventionell tidshantering förstärker ångest istället för att minska den
- Det gränsacceptanta alternativet till kontrollparadigmet, och varför det ger bättre resultat
- Hur man genom att acceptera ändligheten som en utgångspunkt, snarare än ett problem, skapar skarpare fokus och bättre resultat

Oliver Burkeman's 2026 speaking fees

Specifika avgifter faller inom de intervall som visas. Dessa presenteras endast som en vägledning och kan ändras utan föregående meddelande.

	EUR	GBP	USD
Hemland	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Asien och Stilla-havsområdet	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Europa	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Mellanöstern & Afrika	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Sydamerika	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000

Storbritannien	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
USA:s östkust	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
USA:s västkust	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Virtuell	Under €12000	Under £10,000	Under \$15000