



**”Det finns alltid jättemycket att göra.”**

- En studie om hur lärare upplever sin arbetsmiljö.

My Tran & Daniel Kennlöv

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN  
Självständigt arbete på grundläggande nivå 98:2013  
Ämneslärarprogramet: 2011-2014  
Seminariehandledare: Kerstin Hamrin  
Handledare: Bengt Larsson

## **Sammanfattning**

### **Syfte och frågeställning**

Syfte med vår studie är att ta reda på hur lärare upplever sin arbetsmiljö. Studien utgår ifrån följande frågeställningar:

Hur upplever lärare sin arbetsmiljö?

Hur påverkar arbetsmiljön lärarna i deras profession?

Känner lärare en meningsfullhet med sitt yrke?

### **Metod**

Kvalitativa intervjuer med sex olika lärare genomfördes enskilt. Lärarna arbetade på olika skolor. Ämnena som lärarna undervisade i var: Idrott och hälsa, svenska, samhällsorienterade ämnen och naturorienterade ämnen. Intervjuerna handlade om hur lärarna uppfattade sin arbetssituation och arbetsmiljö.

### **Resultat**

Intervjupersonerna upplevde ofta att deras arbetsmiljö var stressig. Det som gjorde att de ofta kände sig stressade var att de hade för många administrativa uppgifter som tog för lång tid att göra samt att de oroade sig över att vissa elever hade det dåligt ställt hemma.

P.g.a. detta upplevde lärarna att de inte riktigt hade tid till att planera lektioner vilket bidrog till att lektionsinnehållet ibland kunde bli lidande. Vissa av lärarna var även tvungna att ta hem jobbet för att hinna med alla uppgifter.

Eleverna var den främsta orsaken till varför intervjupersonerna tyckte att deras yrke var meningsfullt. Det upplevdes även som viktigt och meningsfullt att ha bra kollegor och detta var en av anledningarna till att de fortfarande arbetade som lärare.

### **Slutsats**

Intervjupersonerna upplever att arbetsmängden de senaste åren har ökat väldigt mycket. En stor del beror på den nya läroplanen och de administrativa uppgifter som tillkommit. Detta leder ofta till att tiden inte riktigt räcker till. Ofta upplevs det som väldigt stressfullt. Även för stora klasser och höga ljudnivåer kan upplevas som stressigt och bidra till trötthet hos lärarna. Genom att få mindre administrativa uppgifter och mer tid till planering skulle lärarna kunna ge eleverna roligare och spännande lektioner.

Intervjupersonerna känner att deras yrke är meningsfullt när de ser eleverna utvecklas och lyckas. Det och kollegorna är två viktiga faktorer till varför de väljer att stanna kvar i yrket.

# Innehållsförteckning

1 Inledning.....	1
1.1 Introduktion.....	1
1.2 Bakgrund.....	2
1.3 Arbetsmiljö.....	2
1.3 Psykisk hälsa och stress.....	3
1.4 Vad är stress?.....	3
2 Tidigare forskning.....	4
2.1 Arbetsmiljö och stress hos lärare.....	4
2.2 Stress och arbetsmiljö hos lärare i Idrott och hälsa.....	6
3 Teoretisk begrepp.....	7
4 Syfte och frågeställning.....	8
5 Metod.....	8
5.1 Metodval.....	8
5.2 Urval.....	9
5.3 Datainsamling/Genomförande.....	9
5.4 Databearbetning.....	11
5.5 Tillförlitlighet.....	11
5.6 Forskningsetiska aspekter.....	13
6 Resultat.....	13
6.1 Del 1 – Arbetsuppgifter och arbetsuppgifternas relevans.....	14
6.1.1 Beskrivning av arbetsuppgifter.....	14
6.1.2 Händer det att du får uppgifter som inte ingår i dina arbetsuppgifter?.....	15
6.1.3 Vad går tiden åt på skolan?.....	16
6.1.4 Vad kan göras bättre?.....	18
6.2 Del 2 – Livet på skolan.....	18
6.2.1 Hur är arbetssituationen?.....	18
6.2.2 Kommunikation med skolläda.....	20
6.2.3 Är arbetsbelastningen lagom?.....	21
6.3 Del 3 – Meningsfullhet och arbete på fritiden.....	22
6.3.1 Anser du att ditt jobb är meningsfullt?.....	22
6.3.2 Tar du med jobbet hem?.....	22
6.3.3 Har du funderat på att byta yrke?.....	23
7 Analys och diskussion.....	24
7.1 Arbetsuppgifter och arbetsuppgifternas relevans.....	24
7.3 Livet på skolan.....	26
7.5 Meningsfullhet och arbete på fritiden.....	29
8 Metoddiskussion.....	31

Käll- och litteraturförteckning.....	33
Bilaga 1 .....	36
Bilaga 2 .....	37

# 1 Inledning

## 1.1 Introduktion

Har lärare alltid upplevt sitt yrke som stressigt och måste lärare stressa mer än andra?  
Under utbildningens gång har vi fått lära oss vikten av vad en god arbetssituation och en trivsamt arbetsmiljö kan betyda. Men hur kommer det sig att det inte alltid fungerar i verkligheten?

Vi vill med vår studie ta reda på hur lärare ser på skolan och sitt yrke. Är läraryrket på väg utför?

Genom att intervjua lärare ska vi försöka ta reda på hur de ser på skolan och sitt arbete.

Det talas allt oftare om att det är viktigt med en god arbetssituation och trivsamt arbetsmiljö.

Men vad är egentligen en god arbetssituation eller en trivsamt arbetsmiljö? Varför får vi känslan av att det är något som inte står rätt till med lärares arbetssituationer?

Enligt flera dagstidningar upplever allt fler lärare att det finns brister i deras arbetsmiljö.

Men vad betyder egentligen ordet arbetsmiljö?

Ofta tänker man på säkerhet, organisation och trivsel.

Arbetsmiljöverket skriver att arbetsmiljö är det som finns runt omkring oss på jobbet (Arbetsmiljöverket, 2014).

Om vi lyckas skapa en bra arbetssituation med en god arbetsmiljö bidrar det till många positiva saker, bland annat kan den skapa en ökad produktivitet som i sin tur bidrar till en större lönsamhet samt ett bättre välmående (Lindberg, Vingård 2012).

Om vi knyter ihop det ovan nämnda verkar det finnas ett samband mellan arbetsmiljö och stress. Kan en dålig arbetsmiljö bidra till stress?

Vi vill med denna studie ta reda på hur lärare upplever sin arbetssituation och arbetsmiljö då vi är blivande lärare och finner detta ämne väldigt intressant för vårt kommande yrkesroll.

Har lärare för många arbetsuppgifter i förhållande till den tid de har att tillgå? Vad gör lärare för att på bästa sätt kunna hantera detta?

## **1.2 Bakgrund**

I en arbetsmiljöundersökning där 892 lärare deltog framkom det att många lärare upplevde att deras arbetsbelastning hade ökat under de senaste åren, speciellt de administrativa uppgifterna. Som ett resultat av den ökade arbetsbelastningen tyckte de att det var svårt att vara sjuk då de var tvungna att ta igen en massa arbete. Nästan hälften av deltagarna tyckte att tempot på arbetet var för högt och att det fanns för lite inlagda pauser. Utöver det uttryckte 535 lärare att de hade sömnsvårigheter, vilket nästan var 60 procent av deltagarna i studien. (Lärarnas Riksförbund, 2011).

Vi kommer i följande avsnitt förklara begrepp som är centrala i denna studie som arbetsmiljö och stress. Anledningen till att vi väljer att förtydliga dessa begrepp är för att de kan tolkas på olika sätt.

## **1.3 Arbetsmiljö**

Det talas allt oftare om att det är viktigt med en god arbetsmiljö på jobbet, men vad är egentligen en god arbetsmiljö och vad innefattar det?

Svenska Akademiens ordlista definierar ordet ”miljö” som ”Yttre förhållanden som påverkar allt liv” (SAOL, 2006).

För att sätta det i perspektiv till arbetsmiljö har vi valt att definiera ordet ”arbetsmiljö” som ”Faktorer som påverkar arbetaren på sin arbetsplats”. Dessa faktorer kan vara ljudnivå, arbetsuppgifter, kollegor m.m. Med andra ord faktorer som individen själv inte kan påverka.

Arbetsmiljöverket påstår att skapandet av en god arbetsmiljö kan bidra till många positiva saker som ökad produktivitet som i sin tur leder till en större lönsamhet samt ett bättre välmående.

De beskriver även arbetsmiljö som något som finns omkring oss på jobbet och definierar ordet på liknande sätt som vi (Lindberg, Vingård, 2012).

Lärarnas Riksförbund anser att en god arbetsmiljö hänger ihop med en bra verksamhet och att balansen mellan arbete och fritid ger goda förutsättningar till att trivas på arbetet. De talar om två typer av arbetsmiljöer, den fysiska och den psykiska arbetsmiljön.

Den fysiska arbetsmiljön handlar om de faktorer som finns omkring oss på våra arbetsplatser

där lärarens uppdrag ska utföras. Dessa faktorer är till exempel buller, ljus, tillgång till toaletter/pausutrymmen, ventilation, måltider m.m.

Genom att ha goda arbetsmiljöförhållanden minskas risken för ohälsa och olycksfall (Lärarnas Riksförbund, 2013). Det kan i en lärarens fall vara att se till att de har tillgång till personalrum, ljudproppar vid exempelvis idrottslektioner. Detta står i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om arbetsplatsens utformning (Arbetsmiljöverket, 2009). Den psykiska arbetsmiljön innefattar ”de faktorer som styr samspelet på en arbetsplats mellan individen och dennes omgivning i psykiskt och socialt hänseende” (Lärarnas Riksförbund, 2013).

Det kan vara att se till att arbetsplatsen är jämställd och att ingen utsätts för kränkande behandling. Den psykiska arbetsmiljön innefattar även situationer när arbetarna upplever att det är för mycket att göra på arbetet och att man som individ inte hinner med och duger till. Detta kan leda till psykisk ohälsa som bl.a. innefattar begreppet stress (Lindell, Nilsson, 2014).

### **1.3 Psykisk hälsa och stress**

Psykisk hälsa och stress är två begrepp som har mycket gemensamt. Psykisk hälsa är ett tillstånd hos en individ som kontinuerligt blir påverkad av ett växelspel mellan sig själv och sin omgivning. Detta tillstånd bygger på fyra förutsättningar:

- ”Att kunna utveckla och hävda en egen integritet”
- ”Att kunna upprätta och bibehålla sociala relationer”
- ”Att ha tillgång till varierande psykiska förhållningssätt (som kan användas beroende på omgivande krav och som möjliggör en för individen positiv utveckling)”
- ”Att ha medvetenhet om och tilltro till egna resurser” (Bergsten-Brucefors, Cederström, Michelsen, 2003).

När någon av dessa förutsättningar rubbas eller när individen inte klarar av att hantera dessa förutsättningar kan psykisk ohälsa uppstå och leda till stress.

### **1.4 Vad är stress?**

Nationalencyklopedin beskriver ordet stress så här: ”**stress** (engelska, 'tryck', 'spänning', 'stress'), inom psykologisk, medicinsk och allmänbiologisk vetenskap de anpassningar i kroppens funktioner som utlöses av fysiska eller psykiska påfrestningar, stressorer (stressfaktorer). De krav som ställs på människor i dagens västerländska samhälle framkallar samma biologiska stressreaktioner som de vilka hjälpte våra förfäder att överleva genom att

stärka deras beredskap för kamp eller flykt. Kroppens anpassningsreaktioner var ändamålsenliga i en tillvaro där muskelstyrka spelade en avgörande roll. Dessa reaktioner kan vara till mer skada än nytta i industrisamhället genom att människan tvingas att anpassa sig till annorlunda stressorer, såsom yrkeslivets ökade arbetstakt och ökade förändringstakt, den sistnämnda betingad av bl.a. ökad användning av datorstyrda metoder” (Nationalencyklopedin, 2013).

## **2 Tidigare forskning**

### **2.1 Arbetsmiljö och stress hos lärare**

Arbetsmiljöverket och Statistiska Centralbyrån gjorde en undersökning om hur grundskolelärare och gymnasielärare upplever att stress påverkar dem. Det visade sig att både grundskolelärare och gymnasielärare upplevde att deras arbete var psykiskt påfrestande i betydligt högre utsträckning än andra yrken. Detta berodde på att läraryrket var en av de kategorierna av jobb som hade högst arbetskrav, minst egenkontroll och bristande socialt stöd. Kombinationen av höga arbetskrav, bristande socialt stöd från chefer och arbetskamrater samt liten egenkontroll var de arbetssituationer som i störst utsträckning var förknippade med stressrelaterade besvär, psykiska som fysiska.

Drygt var tredje kvinnlig och var fjärde manlig lärare hade sömnproblem på grund av tankar kring arbetet. Nästan var fjärde kvinnlig och var femte manlig lärare kände olust inför att gå till arbetet (Arbetsmiljöverket, Statistiska Centralbyrån, 2001).

Förutom sömnproblem och olust att gå till arbetet har även sjukskrivningen och sjukfrånvaron ökat de senaste åren och de vanligaste orsakerna bakom sjukfrånvaron är överansträngning, utbrändhet och depression.

Gymnasielärare utgjorde en av de tre yrkesgrupperna som hade den största ökningen när det kom till sjukfrånvaro (Carlsson, Collberg, Greiff, Lekholm-Klapp & Melander, 2004).

I rapporter ses det tydligt att antalet stressade lärare ökar mer och mer för varje år och anledningarna till sjukskrivningarna är stressrelaterad problem.

Detta stressrelaterade problem bidrog även till att en så stor andel som 78 procent av lärarna kände att de var för trötta eller hade inte orken för att hitta på något på sin fritid som t.ex. umgås med vänner och familj. Detta är något som räknas in som psykisk stress (Fromm, 2013).



Några av skälen till att lärare upplever denna extrema påfrestning är att den totala arbetsbördan har blivit alltför stor. Detta i sin tur beror på den ständiga förändringen av läroplaner och kursstrukturer, vilket leder till att det tar lång tid att sätta sig in i de nya läroplanerna (Carlsson, Collberg, Greiff, Lekholm-Klapp & Melander, 2004).

Över 75 procent av lärarna upplevde att det var för hårda krav på jobbet. Nästan hälften tyckte att det negativa med jobbet var stress och tidsbrist (Arvidsson, Gremark-Simonsen, Dahlqvist, Granqvist, Larsson, Karlson, & Nordander, 2013).

Lärargruppen kände sig mer utmattade än vad andra yrkeskårer gjorde. De sakerna som uppskattades mest på arbetet var att arbeta med eleverna och se deras framsteg, samt att umgås med kollegorna. Yrket upplevdes som omväxlande och utvecklade (Arvidsson, Gremark-Simonsen, Dahlqvist, Granqvist, Larsson, Karlson, & Nordander, 2013).

Även om det som uppskattades mest med läraryrket var att arbeta med eleverna och se deras framsteg så hann inte lärarna med det i lika stor utsträckning som de själv skulle vilja. En anledning till det berodde på att mängden av administrativa arbetsuppgifter ökat, vilket gjorde att lärarna kände att tiden för pedagogiska ändamål försvann. En lärare i studien "Nära Gränsen" berättade om sin arbetsbörda.

"En lärare ska vara engagerad på tusen sätt i många olika saker. Vi är kunskapsförmedlare, socialarbetare, kompisar, ibland föräldrar för vissa elever samtidigt som vi ska samverka med andra ämnen, skriva kursplaner, arbeta i ämnesgrupper och arbetslag. Man är väldigt splittrad som lärare och detta skapar en stor stress. Sedan får vi aldrig arbetsro eftersom våra direktiv ovanifrån hela tiden förändras och skrivs om, reformeras. Som det är nu hinner vi inte med. Detta får konsekvenser, bland annat att undervisningen blir sämre och att lärarna mår dåligt" (Carlsson, Collberg, Greiff, Lekholm-Klapp & Melander, 2004, s 28).

Två väldigt viktiga saker som är vitala för hur länge en lärare väljer att stanna kvar i yrket är bra kollegor och en bra ledning.

Detta beror på att även om rektorerna eller ledningen ensamma inte kan upprätthålla ordningen i skolan så spelar de en vital roll i att bilda normer för hur elever ska bete sig i skolan (Marinell, Coca, 2013).

Om eleverna inte vet hur de ska bete sig kommer det att bli en problematik för lärarna och "elevproblem" är det största problemet som ger mest upphov till stress för lärarna oavsett ämneskompetens (Al-Mohannadi, Capel, 2007).

## **2.2 Stress och arbetsmiljö hos lärare i Idrott och hälsa.**

De fem största problemen som ger störst upphov till stress hos idrottslärare är (Trikueniene, Kardeliene, 2013).

1. Skolmiljörelaterade problem - brist på anläggningar, redskap, otillräcklig tid för att kunna jobba med läroplanen m.m.
2. Studentrelaterade problem - Studenterna/eleverna har dålig attityd, färdighet, disciplin och motivation till ämnet.
3. Lärarrelaterade problem - För mycket arbete, inkompetent i sitt ämne, utfrysning på jobbet och sammanbrott pga. de nämnda exemplen.
4. Socialmiljörelaterade problem - Ämnet uppskattas inte av eleverna, föräldrarna, samhället. Ämnet har låg status.
5. Ämnesrelaterade problem - Brist på eller inga böcker som handlar om lärarens ämne och inga utvärderingar.

Av de ovan nämnda problem är ”Skolmiljörelaterade” och ”Socialmiljörelaterade” de som ger störst upphov till stress. Ett annat problem som är värt att nämna är den alltför stora klasstorleken. Detta problem är också en stor stressfaktor (Trikueniene, Kardeliene, 2013). Konsekvenserna av denna stress är många. Dels ohälsa för lärare, dels att den pedagogiska förmågan att lära ut kan försämrats. Det kan leda till att samhället påverkas ekonomiskt genom att kostnader för sjukskrivningar och behandlingar ökar (Kovess-Masféty, Rios-Seidel, Sevilla-Deieu, 2007).

Ett antal andra orsaker till varför idrottslärare känner sig stressade har blivit identifierade över tid och dessa orsaker kan delas in i 3 olika grupper.

Den ena gruppen är: orsaker som är personrelaterade, den andra gruppen är: orsaker som är relaterade till yrket som lärare, den tredje och sista gruppen är: orsaker som är relaterade till den arbetsmiljö som läraren arbetar i.

Orsaker till stress som är personrelaterade kan vara att personen i sig känner en brist på tillfredsställelse angående sin profession, professionsproblem, dålig självkänsla, att ständigt bli utvärderad av andra m.m.

Orsaker som är relaterade till yrket som lärare kan vara klasstorleken, lärarpresen, disciplinera eleverna, elevers attityder och beteenden, lära ut till elever som saknar motivation, elever som inte är delaktiga på lektionerna, begränsade progression hos eleverna, problem som är relaterade till läroplanen, brist på elevkontaktstid m.m.

Orsaker som är relaterade till den arbetsmiljö som läraren arbetar i kan vara att läraryrket har låg status, tidspress, alltför mycket arbete där lönen inte återspeglar mödan, samspelet mellan kollegorna, brist på support och feedback från ledningen, dålig arbetsmiljö, dåliga anläggningar, brist på material, resursproblem, brist på involverande i olika beslut som ska tas, brist på stöd från regeringen, konstanta förändringar, brist på information om dessa förändringar m.m.

Den upplevda stressen kan skilja sig från lärare till lärare beroende på hur mycket erfarenhet de har och hur länge de jobbat som lärare. De lärare som jobbat 6 år eller mindre känner sig betydligt mer stressade än de lärare som jobbat 10 år eller mer (Al-Mohannadi, Capel, 2007).

### 3 Teoretisk begrepp

KASAM-begreppet myntades av Aron Antonovsky.

KASAM står för **K**änsla **A**v **S**AMmanhang och består av tre olika komponenter.

Dessa är:

Begriplighet, Hanterbarhet och Meningsfullhet.

Begriplighet handlar om i vilken utsträckning man upplever inre och yttre stimuli som förnuftsmässiga, gripbara, sammanhängande och strukturerade istället för oförklarliga, kaotiska, oordnade och osammanhängande. En människa med hög känsla av *begriplighet* förväntar sig att framtida stimuli som han/hon kommer att möta är förutsägbara. Även om dessa stimuli kommer som överraskningar så kan personen åtminstone ordna och förklara det som uppstår.

Hanterbarhet handlar om de resurser som finns till vårt förfogande för att kunna hantera de olika krav som ställs av de stimuli som uppstår här i livet. Dessa "förfogande resurser" kan syfta på resurser som är under ens egen kontroll eller som kontrolleras av andra som står en nära som din hustru, make, vänner, kollegor, Gud, partiledare m.m. Resurser som man kan räkna med och litar på.

Har man en hög känsla av hanterbarhet kommer man inte att känna sig som ett offer när livet behandlar en orättvisst. Man kommer underfund med att olyckliga saker händer i livet och så småningom kommer man att kunna reda sig.

Meningsfullhet är KASAM begreppets motivationskomponent och den viktigaste komponenten. Formellt syftar komponenten meningsfullhet på i vilken utsträckning man känner att livet har en känslomässig innebörd. Att en del av våra problem och de kraven som livet ställer en inför är värda investeringen av exempelvis energi, engagemang och hängivelse. Dessa problem och krav ses som utmaningar snarare än bördor. En person med hög meningsfullhet viker sig inte när olyckliga saker händer utan konfronteras med utmaningen och är inställd på att söka en mening i den och göra sitt bästa för att komma igenom den. Genom att känna en hög meningsfullhet går det att känna begriplighet och hanterbarhet (Antonovsky, 2011).

Vi har valt att använda oss av KASAM begreppet eftersom det kan hjälpa oss att förstå vad som händer när en lärare får för mycket arbetsuppgifter som inte har någon koppling till hans/hennes profession. Vad detta kan få för konsekvenser när det gäller begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet.

## **4 Syfte och frågeställning**

Syfte med vår studie är att ta reda på hur lärare uppfattar sin arbetssituation.

Våra frågeställningar är följande:

Hur upplever lärare sin arbetsmiljö?

Hur påverkar arbetsmiljön lärarens profession?

Känner lärare en meningsfullhet med sitt yrke?

## **5 Metod**

### **5.1 Metodval**

Studien bygger på en kvalitativ ansats med intervjuer som metod. Att intervjuer valts som metod är för att vi ska få djupare förståelse för problemområdet.

Intervjuer visar sig ofta ge intressanta resultat om planering, undervisning och värderingar (Johansson, Svedner, 2010).

Detta tillvägagångssätt ansågs vara det bästa valet för att besvara studiens syfte och frågeställningar.

Svaren blir oftast öppna i kvalitativa intervjuer vilket är det vi är ute efter i denna studie (Johansson, Svedner, 2010).

Det finns olika tillvägagångssätt att genomföra intervjuer på. Intervjuerna kan vara strukturerade, semistrukturerade eller öppna.

Denna studie är grundad på ett semistrukturerat sätt med intervjuer där det finns plats att ställa följdfrågor, vilket ger möjlighet till fördjupningar i delar av samtalet (Dalen, 2008).

## **5.2 Urval**

Urvalet bestod av sex stycken lärare. Antalet urvalspersoner gjordes utifrån vad som ansågs vara rimligt med tanke på studiens omfång.

Urvalet gjordes utifrån tre kriterier:

- **Område** - Området valdes av bekvämlighetsskäl. Då studien var tidsbegränsad valde vi att intervjua lärare i skolor som låg i närheten av våra hemkommuner i södra Stockholm. Skolorna var en blandning av låg-, mellan- och högstadieskolor.
- **Antal år som lärare** – Tanken var att intervjua två lärare som hade arbetat i över 20 års tid, två som hade arbetat i över tio år och två lärare som hade arbetat i mindre än fem år. Detta var för att se och eventuell jämföra skillnader mellan dessa grupper. Dock uppstod ett problem som diskuteras senare i metoddelen.
- **Undervisningsnivå** - Vi ville ha en spridning på var våra tilltänkta intervjupersoner arbetade. D.v.s. på lågstadiet, mellanstadiet och högstadiet.

## **5.3 Datainsamling/Genomförande**

Sex lärare kontaktades via mail och tillfrågades om de var intresserade av att ställa upp i en intervju. Mail-adresserna hittades på respektive skolors hemsidor. Två av de tillfrågade arbetade på samma skola, resterande arbetade på olika skolor. I mailet blev lärarna informerade om studiens syfte och tillvägagångssätt. I mailet meddelades även lärarna att

intervjuerna skulle spelas in. Vid intresse av att delta bad vi de tillfrågande att besvara vårt mail. En del av de som tillfrågats att delta hade vi haft kontakt med tidigare i olika sammanhang som VFU-lärare eller gamla lärare som vi haft under vår skolgång. Att lärare som vi haft tidigare kontakter med tillfrågades får också ses ur ett bekvämlighetsperspektiv. Samtidigt som vi skickade ut mailen påbörjades arbetet med att formulera intervjufrågor. Intervjufrågorna formades utifrån relevant litteratur d.v.s. delarna från tidigare forskning och bakgrund.

Fem av sex var positivt inställda till att delta i studien medan den sista personen valde att inte besvara vårt mail vilket gjorde att vi uteslöt honom. Istället kontaktades en annan lärare. Denna lärare arbetade på samma skola som den tillfrågade som inte hade svarat. När vi hade sex intervjupersoner klara bestämdes datum, tid och plats för genomförande av intervjuerna.

Intervjuerna genomfördes på lärarnas arbetsplatser och p.g.a. av tidsbrist valde vi att genomföra intervjuerna en och en. Det är något som kan ha påverkat tillförlitligheten och är något som kommer diskuteras i nästa del.

För att inte bli störda genomförde vi intervjuerna på platser där det var tyst. Detta skedde i klassrum och i arbetsrum beroende på vad som passade bäst för respektive lärare. Innan intervjun försökte vi att skapa en avslappnad stämning mellan intervjupersonen och oss som skulle intervjua. Därav bl.a. valet av plats så att de skulle känna sig trygga och säkra (Stukát, 2005).

Frågorna delades ut ca tio minuter innan intervjun för att ge intervjupersonerna en överblick om vad som skulle komma att ske (Olsson & Sörensen, 2012).

Detta gjordes även för att lärarna skulle kunna reflektera kring frågorna och förstå studiens syfte och dess frågor.

Samtalen spelades in med hjälp av våra mobiltelefoner, vilket vi innan intervjun frågat om vi fick göra.

Intervjuerna var kvalitativa med öppna frågor. P.g.a. det varierade längden på intervjuerna. Det skiljde 20 minuter mellan den kortaste och längsta intervjun. Att längden på samtalen skilde sig så mycket berodde dels på att samtalet ibland tog en annan riktning vilket ledde till att vi kom in på andra ämnen än själva huvudämnet. Men även att vissa av intervjudeltagarna hade väldigt mycket att säga.

Innan intervjuerna genomfördes även en testintervju. Detta diskuteras det mer om i tillförlitlighetsdelen.

## **5.4 Databearbetning**

När intervjuerna hade genomförts gjordes en transkribering av intervjuerna på samma dag. Det gjordes för att inte glömma bort små detaljer. Transkriberingen gjordes på dator med hjälp av ordbehandlingsprogrammet Microsoft Word. När transkriberingarna var klara skrevs de ut i pappersform och intervjufilerna från våra mobiler raderades. När transkriberingarna genomförs tappar man en del viktiga saker så som suckar och djupa andetag. Även kroppsspråket går förlorat. (Kvale, Brinkman. 2009)

Det som vi ansåg vara viktigt för vårt resultat markerades med understrykningspenna. Det gjordes för att enklare kunna jämföra och se skillnader om hur lärarna uppfattade olika saker. Utifrån vad innehållet handlade om delades det upp i tre olika delar. Arbetsituationen, arbetsplatsen och meningsfullheten till yrket. Dessa delar är även stommen till vårt resultat.

## **5.5 Tillförlitlighet**

Innan de riktiga intervjuerna genomfördes valde vi att testa vårt undersökningsinstrument d.v.s. våra intervjufrågor.

Syftet med det var att få en överblick över hur de riktiga intervjuerna skulle komma att se ut samt att rätta till eventuella missförstånd som kunde tänkas uppstå.

Pilotstudien gick till på följande sätt: Två närstående personer ur våra umgängeskretsar tillfrågades om de vill ställa upp i en pilotstudie. Intervjuerna skedde en och en.

Frågorna var desamma men utgick från testpiloternas yrken.

Efter intervjuerna fick piloterna ge feedback på intervjufrågorna och på oss som intervjuare. Detta gjordes för att se till att inga missförstånd skulle uppstå under de riktiga intervjuerna, men även förbereda oss som intervjuare på hur vi skulle ställa våra frågor.

Resultatet av pilotstudien slutade med att tre av våra intervjufrågor omformulerades för att de skulle bli tydligare att förstå. Vi märkte också att fler följdfrågor kunde ställas som exempelvis ”när”, ”var” och ”hur”. Detta var för att få en ännu djupare inblick i hur intervjupersonen tänkte. Det är också något som påpekas som viktigt av Svedner och Johansson när kvalitativa

intervjuer genomförs (Johansson, Svedner, 2010).

För att stärka tillförlitligheten valde vi också att spela in våra intervjuer. Fördelen med att spela in intervjuerna är att det är svårt att komma ihåg allt som sägs genom anteckningar samt att det är svårt att lägga märke till olika slags tonfall och pauseringar (Johansson, Svedner, 2010).

Efter intervjuerna delade vi ut våra kontaktuppgifter till deltagarna ifall de skulle vilja kontakta oss på något sätt eller vilja lägga till något de missat att säga under intervjuerna. När transkriberingen var genomförd skickades även den ut till respektive deltagare där de fick chansen att kommentera och göra ändringar ifall det var något de inte höll med om eller något som vi missuppfattat.

Det som kunde stärkt tillförlitligheten ännu mer i denna studie var att vi kunde skickat ut våra intervjufrågor några dagar i förväg istället för att ge ut dem tio minuter innan själva intervjun. På så sätt hade deltagarna kunnat få sätta in sig i frågorna och reflektera över dem under en längre tid och på så sätt eventuellt kommit med djupare svar. En annan del som kan ha påverkat tillförlitligheten och resultatet är att vi genomförde tre intervjuer var. Även fast vi innan var överens om vad frågorna hade för betydelse och mening så kan vi ha misstolkat det som sagts under intervjuerna och tryckt på olika saker som viktiga.

Två dagar innan vi skulle intervjua en av lärarna som hade arbetat i mindre än fem år uppstod ett problem. Läraren meddelade att han inte hade tid för en intervju. Istället hänvisades vi till hans kollega som hade tid. Problemet som uppstod var att han hade arbetat som lärare i över tio år och vi ville helst intervjua en som hade arbetat mindre än fem år. Men på grund av tidsbrist valde vi ändå att intervjua honom.

Urvalet slutade alltså med att vi hade sex undersökningsspersoner som vill delta i vår studie. Två hade varit lärare i över trettio år, tre som varit lärare i minst tio år och en i mindre än fem år.



## **5.6 Forskningsetiska aspekter**

Det finns fyra grundläggande etiska principer som gäller forskning i relation mellan människor (Olsson, Sörensen, 2012).

För att visa hänsyn och respektera våra deltagares integritet och för att se till att de som individer inte skulle kunna komma till skada. Samt med förhoppningen att komma fram till ny kunskap inom vårt undersökningsområde använde vi oss av Vetenskapsrådets fyra etiska principer (Vetenskapsrådet, 2013).

Dessa principer anger fyra huvudkrav som man måste ta hänsyn till när en samhällsvetenskaplig forskning genomförs. Informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Vid den första kontakten och vid intervjutillfället informerades undersökningspersonerna om studiens syfte. De informerades även om att vi hade tänkt spela in intervjuerna.

Vid intervjutillfället informerades vi ännu en gång om studiens syfte och förklara att intervjun var frivillig att delta i och kunde avbrytas när som helst.

All data som samlades in vid intervjuerna hölls konfidentiellt och deltagarna skulle förbli anonyma. Bara insamlingsdata som ansågs vara relevant till studien användes. När transkribering skett av intervjuerna raderades all data från våra mobiltelefoner.

## **6 Resultat**

Kort beskrivning av deltagarna i undersökningen.

Svensklärare - Kvinna, undervisat i 29 år. Svensklärare på högstadiet.

Idrottslärare 1 - Kvinna, undervisat i 13 år. Idrott och hälsa lärare på lågstadiet.

SO/svensk lärare - Man, undervisat i 30 år. Svenska och SO-lärare, arbetar på högstadiet. Arbetade tidigare på mellanstadiet.

Idrottslärare 2 - Man, undervisat i 10 år. Idrott och hälsa lärare även utbildad religionslärare. Undervisar i låg-, mellan- och i högstadiet.

Ma/NO lärare - Man, undervisat i 10 år. NO-lärare, arbetar på mellan- och högstadiet.

Idrottslärare 3 - Kvinna, undervisat i 15 år. Idrott och hälsa lärare. Undervisar på mellan- och högstadiet. Arbetar på samma skola som Ma/NO läraren.

Resultatet är uppdelat i tre delar. Första delen handlar om arbetsuppgifter och arbetsuppgifternas relevans. I del två berättar lärarna om livet på skolan och i den sista delen talas det om hur lärarna känner meningsfullhet till yrket och om de arbetar utanför deras schemalagda tid.

## **6.1 Del 1 – Arbetsuppgifter och arbetsuppgifternas relevans**

### **6.1.1 Beskrivning av arbetsuppgifter**

Lärarna fick frågan att beskriva om vad deras arbetsuppgifter var i deras tycke och resultatet visade att många hade en liknande uppfattning om vad som ingick och deras arbete.

Svenskläraren sa:

Det är främst att förmedla kunskap och skapa ett tryggt klimat. Det är planering, rättning, återgårdsprogram, ringa föräldrar, samarbeta med andra kollegor.

Idrottslärare 1 sa:

Det är främst att undervisa och utveckla mina elevers kunskaper... men de senaste åren så har allt fler administrativa uppgifter också ökat.

Svensk/SO-läraren beskrev sina arbetsuppgifter såhär:

Grunden är att skapa ett klimat där alla elever känner sig sedda och hörda... sen så hoppas man att man kan i det här klimatet förmedla kunskap och få de att utveckla sina förmågor så mycket som möjligt.

Idrottslärare 2 sa:

Min arbetsuppgift är dels att jag är mentor. Men i mitt ämne ingår det planering och undervisning, sen är det också en hel del administrativa uppgifter som ska utföras.

Ma/NO-läraren utgick från LGR11 när han berättade vad hans arbetsuppgifter bestod av.

Lärarens främsta uppgift är att undervisa elever, det handlar om att planera, genomföra och utvärdera undervisning samt att följa upp, bedöma och dokumentera elevernas kunskapsutveckling och kommunicera den med elever och vårdnadshavare samt betygssättning.

Idrottslärare 3 sa:

Jag är både lärare och mentor. Det är allt runt eleverna, föräldrakontakt, möten, ÅP, IUP d.v.s. mycket administrativt arbete. Sen har jag mitt ämne och det är ju idrotten.

Lärarna berättade att deras arbetsuppgifter först och främst bestod av att undervisa och försöka förmedla kunskap till sina elever.

Alla förutom Svensk/SO-läraren talade även om de administrativa uppgifterna som tillkom utöver att undervisa.

SO/Sv-läraren och svenskläraren tyckte också att det var en arbetsuppgift att skapa ett tryggt klimat för eleverna vilket skiljde sig lite från vad de andra lärarna upplevde var deras arbetsuppgifter.

### **6.1.2 Händer det att du får uppgifter som inte ingår i dina arbetsuppgifter?**

Alla utom svenskläraren var överens om att de ofta fick arbetsuppgifter som inte riktigt ingick i deras arbetsbeskrivning. Dock önskade hon att det skulle kunna vara lite mindre av dessa ”arbetsuppgifter”. Bland de andra lärarna så skiljde typen av arbetsuppgifter som de kände inte ingick i läraryrket. Svenskläraren sa:

Det är väldigt mycket administrativa uppgifter och jag önskar att det kunde vara mindre sådana typer av uppgifter men om det ingår i mitt jobb eller inte kan jag inte riktigt svara på(Svensklärare).

De andra upplevde att det fanns en del arbetsuppgifter som inte hade med läraryrket att göra.

Idrottslärare 1 som var facklig representant sa:

Det finns det absolut. Det är ofta saker som är allmänt accepterade t.ex. rastvakt och det är inte min arbetsuppgift. I och med att de administrativa uppgifterna ökat under de senaste åren så försvinner mycket tid. När arbetstiden inte räcker till så måste det komma någon slags prioritering och nu har vi börjat säga emot ledningen.

Även Ma/NO-läraren var inne på samma spår:

Jag har inte gått fyra och ett halvt år på en högskola för att stå och vakta med en gul plastväst och titta på när barn leker, det känns inte sådär jättemeningsfullt för mig. Det måste finnas någon annan med en sådan utbildning som kan göra det. Jag är där för att undervisa och lära ut kunskap.

SO/Sv-läraren och Idrottslärare 3 upplevde att de ofta fick bli ”extra förälder” även fast de inte var utbildade för den uppgiften.

Många barn har det väldigt krassligt. Det är mycket sociala problem som man brottas med. Det är inte min profession men man måste göra vad man kan(SO/Sv-lärare).

Mentorskapet är mycket mer än att bara vara mentor. Du blir i princip en ”socialtant”, du är kurator, du är mamma, du är vuxen, du är ens kompis... Men det är också mycket administrativa uppgifter som ska göras och det var inte därför jag blev lärare(Idrottslärare 3).

Idrottslärare 2 upplevde också att de administrativa uppgifterna inte riktigt ingick i hans arbetsuppgifter:

Det är mycket pappersarbeten som inte hjälper mig att utveckla min undervisning. Det är mycket mötestid som inte ger mig något heller. Det blir mycket fylla i uppgifter som känns som att man gör det bara för att.

Lärarna var överens om att de fick arbetsuppgifter som inte riktigt matchar deras arbetsbeskrivning.

De andra lärarna svarade att arbetsuppgifter som inte riktigt hörde till arbetet kunde vara alltifrån att vara rastvakt till att göra en massa administrativa arbeten samt att ta hand om elever som hade det mindre bra ställt.

### **6.1.3 Vad går tiden åt på skolan?**

Resultatet visade att mycket av lärarnas tid gick åt administrativa uppgifter. Tid som lärarna egentligen ville göra något annat med.

Både NO/Ma-läraren och Idrottslärare 3 tyckte att de inte hade någon tid alls för egen planering.

Jag jobbar ungefär ca 50-55 timmar i veckan för att hinna med de administrativa bitarna och det funkar inte längre. Med mindre administrativa uppgifter hade jag haft mer tid till annat(NO/Ma-lärare).

Det är väldigt mycket administrativt arbete som ska göras och man får vara beredd på samtal från elever. Sen självklart undervisa. Jag skulle vilja ha mer tid till att göra annat(Idrottslärare 3).

Även Idrottslärare 2 kände att tiden inte räckte till.

Jag försöker effektivisera allt när jag är på jobbet, så att jag inte behöver ta med mig jobbet hem. När jag är på skolan är jag på mitt jobb och när jag är hemma är jag ledig. Men ta bort vissa kontrollerande administrativa uppgifter så hade jag haft mer tid för planering.

SO/Sv-läraren tyckte att tiden för planering räckte till men sa att det beroende på att han nu bara undervisar i högstadiet.

Det är mycket administrativt arbete att göra men nu räcker tiden till för att hinna med allt men det var värre när jag undervisade i mellanstadiet då jag hade mycket fler lektioner.

Svenskläraren hade inte riktigt koll på vad som tog hennes tid. Men det fanns alltid saker att göra.

Förutom att undervisa så finns det massa att göra när det inte är lektion. Planera, göra massa administrativa uppgifter, ringa någon, samarbeta med kollegor. Det är inte så att det aldrig inte finns något att göra. Men vad som går åt till vad har jag inte riktig koll på.

Idrottslärare 1 var inte mentor för någon klass, men svarade att hon gärna skulle vilja ha mer tid för planering då de administrativa uppgifterna tog allt för lång tid.

Det är för mycket administrativt som ska fyllas i och hållas på med. Jag skulle behöva mer tid till planering så jag kan genomföra bra och igenom tänkta lektioner.

Alla påpekade att de administrativa uppgifterna tog för mycket tid. Det som de flesta ville ha mer av var tid för att kunna planera lektioner.

Bl.a. SO/Sv-läraren visade upp en checklista med hans grundkrav för administrativa tjänster som skulle göras. Den listan innehöll 23 olika punkter med olika typer av administrativa uppgifter som skulle utföras.

### **6.1.4 Vad kan göras bättre?**

Lärarna ansåg att om man tog bort mycket av de administrativa uppgifterna skulle det gynna deras undervisning väldigt mycket. Det skulle bli bättre lektioner då de skulle få mer tid för att utveckla sina ämnen och troligtvis skulle kvalitén på själva undervisningen öka också.

*Med mindre administrativa uppgifter skulle jag få mer tid till annat*(Idrottslärare 1).

*Jag önskar att det kunde vara lite mindre av de administrativa uppgifterna*(Svenskalärare).

Skulle man ta bort mycket av det här administrativa som är betungande, ja, då skulle man ändå få tid över till annat meningsfullt. T.ex. vidareutveckla ditt eget ämne istället, göra fördjupade planeringar och kanske komma på något samarbete med något ämne över ämneskategorierna. Om man bara hade tid över...(Idrottslärare 2).

Minska de administrativa uppgifterna så finns det mer tid över till annat som t.ex. planering av lektioner. Jag önskar även att kommunikationen med skollledning blir bättre, den är noll just nu(NO/Ma-läraren).

*Minska de administrativa uppgifterna eller anställ någon som kan ta hand om de uppgifterna. Jag blev inte lärare för att fylla i massa papper*(Idrottslärare 3).

SO/Sv-läraren tyckte att det behövdes fler resurser i skolan.

Framförallt behövs fler vuxna, vi blir drabbade av att vi är så få men ändå räcker inte pengar till. Ju fler resurser desto enklare blir det för oss lärare också. Det blir svårt för vissa elever att nå alla mål som kommunen säger när de själva snålar med resurser och pengar till skolan(SO/Sv-lärare).

## **6.2 Del 2 – Livet på skolan**

### **6.2.1 Hur är arbetssituationen?**

Lärarna trivdes på jobbet och de uppskattade barngrupperna som de hade. Även att ha kollegor att bolla idéer med ansågs vara viktigt.

Idrottslärare 1 trivdes med sitt yrke och sa:

Jag trivs verkligen på jobbet, underbara härliga ungar. Däremot lite förstora klasser och lite för hög ljud nivå. Vilket gör att jag ofta är trött. Det är även roligt att jag i år fått en kollega som i idrotten som jag kan bolla idéer med. Arbetsbelastningen är ojämn men jag trivs i alla fall på skolan(Idrottslärare 1).

Även Idrottslärare 2 och NO/Ma-läraren uppskattade att ha kollegor att ”bolla” idéer med.

Jag trivs på skolan och arbetar nära med min andra kollega i idrotten. Vi har nästa likadana scheman så det under lättar väldigt mycket för oss då vi kan samplanerna, sambedöma, utvärder och planera tillsammans. Men man kunde ju önskat lite mindre arbetsbelastning. Då hade man sluppit stressa sig igenom saker ibland(Idrottslärare 2).

Vi kollegor på vår skola är väldigt bra på att snacka med varandra och så. Bolla idéer och hjälpa varandra direkt när det behövs. Det som är mindre bra att alla onödiga administrativa uppgifter som inte uppfyller något vidare syfte(NO/Ma-lärare).

Vissa ansåg att stressnivån på arbetssituationen ofta var hög och vad det berodde på skiljde sig lite från lärare till lärare.

SO/Sv-läraren sa:

Arbetsituationen är ofta stressig. Jag blir stressad när elever inte mår bra, då kan jag inte själv må bra och det tar mycket energi. Det som även kan vara stressigt är i dessa tider när det är utvecklingssamtal och så sånt som ska hållas i.

Idrottslärare 3 uttryckte sig:

Jag trivs och det är så härligt att se alla glada barn och deras rörelseglädje... Men det är lite för mycket administrativt arbete vilket gör att det ofta blir stressigt. Jag önskar också att jag kunde ha mindre klasser så att det inte blev så många att hålla koll på en gång. Det blir svårt att hinna se alla under en lektion(Idrottslärare 3).

Svenskläraren trivdes med arbetssituationen men sa att arbetsmängden hade ökat väldigt mycket de senaste åren.

Jag trivs verkligen på jobbet... Däremot kan man se att arbetsmängden ökat otroligt mycket. Jag tror det till viss del beror på det nya betygssystemet och läroplanen. Just att arbetsmängden ökat kan göra att det blir stressigt ibland. Samma med att jag kan bli jobbigt ibland när det är elever som har det svårt hemma.(Svensklärare).

Lärarna upplevde att de hade litet för mycket och göra. Detta kunde ibland leda till att de kände sig stressade.

Idrottslärare 1 sa:

*Man kunde önska att det blev så att man inte behöver gå på knäna när det är en tyngre period.*

Två idrottslärare upplevde sig stressade när de hade för stora klasser då det blev för många att ha koll på samtidigt. En hög ljudnivå bidrog till de ibland kände sig trötta och fick huvudvärk. Annat som kunde upplevas som stressigt för några av lärarna var när elever for illa.

## 6.2.2 Kommunikation med skolledning

NO/Ma-läraren och Idrottslärare 3 som arbetar på samma skola tyckte att kommunikationen mellan dem och skolledningen var alldeles för dålig. När arbetsbelastningen blev för stor sa Idrottslärare 3:

*Jag gör ingenting, jag bara går i kaos i flera veckor och hoppas att det snart tar slut och hoppas det blir lugnt. Jag jobbar extremt mycket då.*

Kommunikationen från skolledningen är för dålig, feedbacken är ungefär lika med noll. Jag har ingen aning om de uppskattar min arbetsinsats som jag gör. Jag har faktiskt ingen aning. Men så länge de inte skäller på mig utgår jag från att de uppskattar mitt jobb(NO/Ma-lärare).

De andra tyckte dock att deras skolledning gjorde vad de kunde för att förenkla deras arbete, bland annat genom att försöka ta bort vissa administrativa uppgifter. Svenskläraren sa:

Arbetsbelastningen har minskat rätt mycket den senaste tiden, ledningen bestämde i höstas för att ta bort de skriftliga omdömena vilket har hjälpt lärare på så sätt att arbetsmängden minskat(Svensklärare).

Även SO/Sv-läraren och Idrottslärare 1 & 2 upplevde att ledningen tog hänsyn till deras arbete och att kommunikationen var god.

*Jag tycker kontakten med skolledningen är god, det vill jag säga. Vi har samtal varje år och då känner man att ens arbete uppskattas(SO/Sv-lärare.).*

Jag tycker ledningen tar hänsyn till oss lärare. Även om de ibland försöker trycka på en del saker som inte är vårt jobb. Men de lyssnar när vi säger ifrån och har bl.a. i år tagit bort en del uppgifter som gjort vår arbetsbelastning lite enklare(Idrottslärare 1).



### 6.2.3 Är arbetsbelastningen lagom?

Både NO/Ma och Idrottslärare 3 upplevde att arbetsbelastningen på deras skola var för hög och tyckte det var ett slags stressmoment. Arbetsbelastningen ansågs också som alltför ojämn.

I vissa delar av mitt schema har jag bara fem minuters förflyttningstid mellan lektionerna... Då väljer jag att bli sen till nästa lektion istället för att avsluta min andra lektion för tidigt. Det är ett stressmoment (NO/Ma-lärare).

I vissa perioder är det jättejobbigt. Det är verkligen tungt. Det har hänt flera gånger att jag funderat på att sluta arbeta på skolan och det är ofta det inte riktigt finns tid till att hinna med allt som ska göras (Idrottslärare 3).

Idrottslärare 1 & 2 tyckte att arbetsbelastningen i deras respektive skola var ojämn. I vissa perioder var det alldeles för mycket att göra och i andra perioder var det lagom mycket att göra.

Det är en ojämn arbetsbelastning. Det går liksom i perioder. Ibland är det för mycket och ibland lagom. När omdömen, betyg och åtgärdsprogram kommer på en gång blir det som en stor bomb. Det blir för mycket (Idrottslärare 1).

Det är en sådan onormal arbetsbelastning inom denna verksamhet. Jag jobbar alldeles för mycket för att hinna med de här administrativa bitarna. Jag blir äldre och det blir bara mer och mer. När det ska skrivas omdömen gör jag det på raster för att hinna med och då blir mina lektionsplaneringar lidande (Idrottslärare 2).

Svenskläraren upplevde arbetsbelastningen som "helt okej". Dock upplevde hon att den ökat mycket de senaste åren.

Förra året var det katastrof men skoledningen har denna höst valt att ta bort uppgifter som är för oss väldigt arbetsbesparande. Men man har märkt att arbetsbelastningen ökat de senaste åren.

SO/Sv-läraren var nöjd över arbetsbelastningen på sin skola.

Jag tycker det fungerar bra och jag har lagom med att göra. Men det finns alltid saker som man kan göra. Så det blir aldrig för lite att göra.

## **6.3 Del 3 – Meningsfullhet och arbete på fritiden**

### **6.3.1 Anser du att ditt jobb är meningsfullt?**

Alla lärare upplevde en meningsfullhet med yrket. Det som gjorde att lärarna kände en meningsfullhet med deras yrke var att se eleverna glada och se hur de utvecklades.

*Det gör jag. Att se barn utvecklas och deras rörelseglädje gör mig så himla glad.*(Idrottslärare 1).

*Absolut, det gör jag verkligen. Att se elever utvecklas och lära sig olika saker är otroligt roligt, plus att jag själv lär mig något nytt varje dag.*(Svensklärare).

Verkligen, det gör jag. När man ser blickarna i gruppen och ser hur det lyser till hos dem. D.v.s. de ögonblicket jag förstått att det lärt sig något och de känner ”jag kan det här, vad bra jag är”.

Det är oslagbart(SO/Sv-lärare.)

De som gör yrket meningsfullt är att få vara med och fostra barn och det blir en belöning för en själv när man ser att de lär sig och klarar av olika saker. Att t.ex. få besök av gamla elever som hälsar på och tackar en gör så att man vill fortsätta(NO/Ma-lärare).

*Ja, det gör jag. Se barnen springa runt och ha roligt gör verkligen att man känner att det här är meningsfullt*(Idrottslärare 3).

### **6.3.2 Tar du med jobbet hem?**

Lärarna försökte att inte ta med sig jobbet hem men det var svårt. Ofta var det olika uppgifter som var tvungna att rättas. Uppgifterna kom under olika perioder. T.ex. när det varit ett prov.

*Jag försöker inte arbeta hemma. Men det är ibland svårt. Speciellt när det är mycket på en gång. Man går lite lätt in i väggen då*(Idrottslärare 1).

Jag försöker inte göra det men det är svårt. Ibland finns det perioder då man haft prov eller något större som behövs rätta då kan jag vara tvungen att ta hem det över en helg.(Svensklärare).

Jag tar inte med jobbet hem rent praktiskt. Men man har alltid jobbet i skallen när man är hemma. På skolan försöker jag vara så tidseffektiv som möjligt. Delvis genom att rätta när jag inte har lektioner(Idrottslärare 2).

*Det händer. Oftast är det att rätta olika saker som jag inte hinner med på skolan (Idrottslärare 3).*

NO/Ma och SO/Sv-läraren tyckte det var mer naturligt att ta hem arbetet och rätta saker hemifrån. SO/Sv-läraren tog hem uppgifter två till tre helger varje månad och gjorde det hemifrån.

*Det gör jag. Man rättar prov eller uppgifter. Men jag försöker göra det på skoltid för att avlasta för mig själv (NO/Ma-lärare).*

*Ja det gör jag. Det är mycket hem jobb. Från förberedelser, till rättning hemma. Jag tror jag tar hem saker minst två-tre gånger i månaden som jag lägger en helg på. (SO/Sv-lärare).*

### **6.3.3 Har du funderat på att byta yrke?**

Att byta yrke var någonting som någon gång dykt upp i deras tankar. Att de valt att stanna kvar var för att de kände ett ansvar för sina elever. De kände en meningsfullhet med yrket och tyckte det var roligt och givande att få jobba med barn. De lärde sig alltid någonting nytt varje dag.

Det som fått mig att stanna är de bra dagarna när allt fungerar, elever kommer fram och är glada och visar att det lär sig saker. Då får jag energi av jobbet. Men jag har funderat på att byta yrke, det hade vart intressant att få jobba med vuxna människor och i en annan organisation.  
(Idrottslärare 2).

NO/Ma-läraren sa att han kände ett moraliskt ansvar emot eleverna.

*Det är det administrativa som tar upp för mycket tid, jag är kvar i yrket för jag känner ett visst moraliskt ansvar mot eleverna.*

Idrottslärare 1 och 3 upplevde att lönen var för dålig men att den glädjen de fick tillbaka av barnen gjorde det värt för att vara kvar i yrket.

*Jag har funderat på det flera gånger, det är låg lön och så mycket jobb. Men att se barnen ha roligt och utvecklas det ger mig så mycket tillbaka (Idrottslärare 1).*

Jag funderar flera gånger på att byta yrke. Det är inte tillräckligt bra betalt med tanke på den tid jag lägger ner. Sen är det rätt psykiskt påfrestande att arbeta med människor och det är ofta för mycket att göra... Det som får mig att stanna kvar är glädjen hos barnen (Idrottslärare 3).

Kollegorna spelade också en väldigt stor roll till att lärarna valde att stanna kvar i yrket. De upplevde också att samarbetet mellan kollegorna var något utöver det vanliga.

*Om jag inte hade trivts så hade jag inte vart kvar i yrket i över trettio år haha! Kollegorna gör att det blir roligt att jobba. Så det är väldigt viktigt att kollegorna fungerar bra”* sa SO/Sv-läraren och skrattade högt.

*Kollegorna gör jobbet riktigt roligt och det är också en anledning till att jag är kvar som lärare* (Idrottslärare 3).

Jag har funderat på det, men jag har vart lärare i trettio år. Det är ett tecken på att jag trivs men det är absolut viktigt med en bra skolledning och kollegor som gör att allt runt omkring fungerar. Men jag trivs verkligen med mitt jobb (Svensklärare).

## **7 Analys och diskussion.**

Målet med denna studie var att ta reda på hur lärare uppfattade sin arbetsmiljö och om den påverkade dem i deras profession.

### **7.1 Arbetsuppgifter och arbetsuppgifternas relevans.**

Att skapa ett bra klimat för att kunna förmedla kunskap och se elever utvecklas var det som lärarna ansåg var deras viktigaste och mest meningsfulla uppgift.

De flesta av lärarna i studien upplevde att arbetsmängden under de senaste åren har ökat i form av administrativa uppgifter vilket har lett till att deras undervisning fått lida då de inte har lika mycket tid att lägga ner på planeringar av lektioner som de hade förut.

Som sagt är de flesta av lärarna negativt inställda till ökade administrativa arbeten och vissa är till och med osäkra om dessa arbeten verkligen bör ingå i deras profession.

Man kan tydligt se att lärarna har svårt att acceptera de administrativa uppgifterna och på så sätt har deras *begriplighet* tagit en stor skada. Lärarna förstår inte varför de ska fylla i en massa papper som tar en massa tid istället för att ägna den tiden åt sina elever och sin undervisning. Denna brist på förståelse är lika med en låg känsla av begriplighet vilket leder till att lärarna inte kommer att kunna förutse framtida stimuli som kommer att uppstå vilket så småningom kommer att påverka deras förmåga att hantera dessa stimuli.

Antonovsky säger att en hög hanterbarhet går hand i hand med en hög begriplighet (Antonovsky 2005, s.48).

Om det inte går att känna någon begriplighet över de uppgifter som lärarna har blir dem troligtvis svåra att hantera.

Lärarna ville ta bort många av de uppgifter som de ansåg inte tillhörde deras arbete. Förutom det administrativa arbetet som vi redan talat om, kunde det också vara att slippa vara rastvakt och använda denna tid för att höja kvalitén på sin undervisning.

En lärare berättade att han inte valt att plugga i 4.5 år för att stå med en gul jacka och vakta barn.

Denna arbetsuppgift bidrog till att han inte kände någon meningsfullhet med sitt yrke. Lärarna ville lägga mer tid på det som kändes meningsfullt, d.v.s. undervisningen och mindre tid på allt annat.

Resultatet av tidigare forskning och våra intervjuer visar att lärarna i studien upplever att de har väldigt mycket att göra i skolan och att det är svårt att hinna med allt.

Detta kan ses som ett arbetsmiljöproblem då för mycket press och krav kan bidra till stress och stressrelaterade sjukdomar (Kovess-Masféty, Rios-Seidel, Sevilla-Deieu, 2007).

Idrottslärarna tyckte att skolgrupperna var alldeles för stora och det ledde till att de kände sig stressade då det var alltför många elever att hålla koll på samtidigt. När det blev stora grupper steg ljudnivån vilket kunde leda till huvudvärk och trötthet.

Förutom huvudvärk och trötthet kan alltför stora klasser leda till stress, något som våra intervjupersoner kunde känna av när de hade mycket annat att göra (Al-Mohannadi, Capel, 2007).

Kraven och arbetsuppgifterna har blivit så stora att lärarna anser att de inte har tillräckligt med tid vilket leder till att de måste jobba hemma för att hinna med allt.

En lärare sa ”*Det är inte så att man inte har något att göra någonsin. Utan det finns alltid*

*jättemycket att göra*” och menade på att mängden administrativa uppgifter hade under de senaste åren ökat enormt, samt att den nya läroplanen och betygssystemet hade tagit lång tid att sätta sig in i.

Förändringen av läroplaner och kursplaner och de ökade administrativa uppgifterna är påfrestande för lärare eftersom det tar allt längre tid att förstå att sätta sig in i dessa (Carlsson, Collberg, Greiff, Lekholm-Klapp, Melander, 2004).

För hårda krav och tidsbrist gjorde att lärarna var tvungna att stressa för att hinna med allt som ingick i deras arbete (Arvidsson, Gremark-Simonsen, Dahlqvist, Granqvist, Larsson, Karlson, Nordander, 2013).

Lärarna tyckte det var stressigt periodvis. En lärare uppgav att hon under vissa perioder arbetade hela sjuttio timmar/vecka och sa att under den perioden och det fick henne att känna som att ”köra in i en vägg”.

Den stress kan leda till sömnproblem, olust att gå till arbetet och ökade sjukfrånvarningar (Arbetsmiljöverket, Statistiska Centralbyrån, 2001).

Denna stress som bidrar till sömnproblem och olust att gå till jobbet är ett tecken på att någonting måste göras så fort som möjligt innan lärarna bränner ut sig helt och hållet.

Trots det är lärargruppen överens om att det var eleverna och kollegorna som ger de extra motivation och energi för att ta sig till jobbet. Att se eleverna göra framsteg och umgås med kollegorna var två saker som uppskattades mest på arbetet. Dock måste lärarna säga att de ökade administrativa uppgifterna har gjort att de inte kan se elevernas framsteg i lika stor utsträckning som de skulle vilja göra (Arvidsson, Gremark-Simonsen, Dahlqvist, Granqvist, Larsson, Karlson, Nordander, 2013).

Det känns som att lärarna sakta men säkert fylls med en massa administrativa uppgifter och deras tid för eleverna och se utveckling verkar ha prioriterats bort.

Detta kommer att påverka lärarna negativt eftersom de redan har en låg känsla av *begränsning* på grund av de administrativa uppgifterna. Om deras känsla av meningsfullhet som i detta fall är tiden med eleverna minskar eller försvinner helt kommer konsekvensen bli att lärarna avgår.

### **7.3 Livet på skolan.**

Att arbetsmängden i form av administrativa arbeten, betygssystemet, omdömen m.m. har ökat enormt de senaste åren är något som alla lärare var överens om. Några av dessa lärare känner att arbetsmängden har ökat så mycket att det blivit en stressfaktor. Förutom den ökade

arbetsmängden är vetskapen om att vissa elever mår dåligt också en stressfaktor då de känner att de inte kan göra något för att hjälpa dessa elever. Med andra ord har dessa saker blivit så icke *hanterbara* att det blivit en stressfaktor. I förra delen pratade vi mycket om begriplighet men i denna del kommer vi att fördjupa oss inom hanterbarhetsbiten.

I boken "Hälsans mysterium" som är skriven av Aaron Antonovsky beskriver han att hanterbarhet kan syfta på resurser som är under ens egen kontroll eller under behörigas kontroll som ens make, hustru, kolleger m.m. Med andra ord människor som man kan räkna med och som man litar på.

Med det menar författaren att hanterbarheten handlar om att du har kunskapen och förmågan för att kunna lösa ett problem ifall det uppstår. Har inte du det kan du ta hjälp av dina nära och kära som kanske har den kunskapen du behöver för att lösa problemet.

I detta fall ska lärarna vända sig till skolledningen på deras skola för att be om hjälp att lösa problem som de inte klarar av att hantera. Dock är kommunikationen mellan lärarna och deras skolledningar varierande.

NO/Ma-läraren och Idrottslärare 3 som arbetar på samma skola tyckte att kommunikationen mellan dem och skolledningen var alldeles för dålig. När arbetsbelastningen blev för stor sa Idrottslärare 3:

"Jag gör ingenting, jag bara går i kaos i flera veckor och hoppas att det snart tar slut och hoppas det blir lugnt. Jag jobbar extremt mycket då".

"Kommunikationen från skolledningen är för dålig, feedbacken är ungefär lika med noll. Jag har ingen aning om de uppskattar min arbetsinsats som jag gör. Jag har faktiskt ingen aning. Men så länge de inte skäller på mig utgår jag från att de uppskattar mitt jobb."(NO/Ma-lärare).

Som man kan se ovan kan inte No/Ma-läraren och Idrottslärare 3 göra något åt deras situation eftersom samarbetet mellan dem och skolledningen inte fungerar. I och med det riskerar lärarna att ha en låg känsla av hanterbarhet eftersom de inte har resurser till deras förfogande för att hantera problemet.

Resten av lärarna tycker att de har en bra skolledning som gör sitt bästa för att minska på deras arbetsbelastning.

Med andra ord är känslan av hanterbarhet varierande för dessa lärare. Vissa känner en högre hanterbarhet, vissa lägre.

I nästa del kommer vi att prata om meningsfullhetsbiten och dess påverkan även om lärarna har en låg känsla av hanterbarhet och begriplighet.

Lärarna i studien ansåg att om en del av de administrativa arbetena hade tagits bort skulle de få mer tid till att utveckla sitt ämne, öka kvalitén på deras lektioner, mer tid för planering och jobba mer med ämnesintegrering.

Det var speciellt när betyg skulle sättas som det blev för mycket att göra. Då kunde undervisningen bli lidande genom att lektioner inte var så välplanerade eftersom betygsättningen tog alltför mycket tid.

Detta är ingenting som lärarna kan påverka utan det är skolledningen som ska se till att arbetsbelastningen ska vara på en nivå där lärarna kan få lite andrum. Men så är tyvärr inte fallet för två av de sex lärarna i studien. De anser att det inte finns någon som helst kommunikation mellan de och skolledningen vilket gör att de inte kan göra så mycket än att bita ihop.

Detta scenario får uppbackning av Arbetsmiljöverkets och Statistiska Centralbyråns undersökning där de säger att läraryrket är en av de kategorier av jobb som hade högst arbetskrav, minst egenkontroll och bristande socialt stöd från cheferna (Arbetsmiljöverket, Statistiska Centralbyrån, 2001).

Vi drar slutsatsen att dessa lärare har en låg känsla av begriplighet och hanterbarhet eftersom de inte begriper sig på de administrativa uppgifternas och dess relevans. Därför söker de skolledningens hjälp för att kunna hantera detta problem men förgäves eftersom kommunikationen mellan de och skolledningen är för dålig.

Lyckligtvis känner de resterande fyra av sex lärarna att de får en bra uppbackning och stöd från deras skolledningar och att skolledningen på deras skola arbetar hela tiden för att minska arbetsbördan för dem.

Genom att ha ett bra samarbete med kollegorna och stöd från ledningen kan lärarna göra ett mycket bättre jobb och kommer att vilja stanna i skolan under många år (Marinell, Coca, 2013).

Om lärarna fick välja så skulle de vilja få fler resurser i form av extra lärare som kan hjälpa de elever som det går sämre för eftersom det skulle det underlätta enormt mycket för lärarna.

En del lärare tyckte det var jobbigt att vissa elever hade det jobbigt hemma och det påverkade dem hela tiden, på jobbet och på fritiden.

Det fanns inte något de kunde göra även om de ville hjälpa dessa elever. I en undersökning beskrev en lärare hennes jobb såhär:

” En lärare ska vara engagerad på tusen sätt i många olika saker. Vi är kunskapsförmedlare,



socialarbetare, kompisar, ibland föräldrar för vissa elever samtidigt som vi ska samverka med andra ämnen, skriva kursplaner, arbeta i ämnesgrupper och arbetslag. Man är väldigt splittrad som lärare och detta skapar en stor stress. Sedan får vi aldrig arbetsro eftersom våra direktiv ovanifrån hela tiden förändras och skrivs om, reformeras. Som det är nu hinner vi inte med. Detta får konsekvenser, bland annat att undervisningen blir sämre och att lärarna mår dåligt” (Collberg, Greiff, Lekholm-Klapp, Melander, 2004).

Detta beskriver hur lärarna i vår studie kände angående alla deras uppgifter och hur det påverkade dem ganska bra.

### **7.5 Meningsfullhet och arbete på fritiden.**

Det var delade åsikter om dessa lärare kände *begriplighet* och *hanterbarhet* i deras yrke. Dock känner lärarna en *meningsfullhet* med yrket vilket är en av de största faktorerna till att de stannar kvar i yrket.

I boken "Hälsans mysterium" skrev författaren Aaron Antonovsky att så länge en person känner att det han/hon gör är meningsfullt spelar det ingen roll om den personen inte begriper eller inte klarar av att hantera det. Så länge det han/hon gör känns meningsfullt kommer den personen att fortsätta oavsett.

Eftersom meningsfullheten är KASAM-begreppets motivationskomponent kan vi säga att så länge yrket känns meningsfullt för lärarna kommer de aldrig att sluta oavsett om de känner en brist på *begriplighet* eller *hanterbarhet*. De kommer att försöka förstå och försöka hantera situationerna som dyker upp eftersom det de håller på med känns meningsfullt.

Detta bekräftas av att lärarna säger att de stannar kvar i yrket trots att de alla har någon gång tänkt på att sluta. De stannar kvar i yrket eftersom de känner att de har ett ansvar för eleverna och att de tycker att arbetet med eleverna är roligt och meningsfullt.

En annan faktor som får dessa lärare att stanna kvar i yrket är samarbetet med kollegorna och detta bekräftas av artikeln "Who stays and who leaves" där den tar upp att de faktorerna som får en lärare att stanna kvar i yrket är kollegorna och ledningen (Marinell, Coca, 2013).

Fyra av våra sex intervjupersoner uppgav att ledningen var bra och att den försökte hjälpa dem så mycket som möjligt, genom att t.ex. minska deras arbetsuppgifter.

I svensklärarens fall hade hennes skolledning underlättat hennes arbete enormt, då de valt att

ta bort alla elevers skriftliga omdömen. Det hade varit arbetsbesparande och gjort att hon fick mer tid till annat.

Annat var det i NO-lärarens och Idrottslärare 3:s fall, de upplevde att deras stöd från skolledningen var nära med noll vilket upplevdes som jobbigt. Idrottslärare 3 sa att hon bara gick runt och gjorde ingenting under perioder när det var för mycket att göra. Det blev svårt för honom och Idrottslärare 3 att hantera och begripa varför de hade så mycket att göra.

Om man jämför svensklärarens ledning med NO-läraren och Idrottslärare 3s ledning, så hade svensklärarens ledning tagit hänsyn till hennes arbetsbelastning och minskat den vilket hade lett till att hon upplevde arbetet som enklare och mer meningsfullt då hon hade mer tid till annat.

Om ledningen från NO-läraren och Idrottslärare 3:s skola tagit mer hänsyn till deras arbetsbelastning hade deras känsla av sammanhang troligtvis varit större.

För att få en hållbar arbetsmiljö och arbetssituation är det viktigt att skolledning tar hänsyn till lärarnas arbete. Ett utmärkt sätt kan vara att tänka efter om alla administrativa uppgifter verkligen är nödvändiga då det försvinner tid från annat som läraren kunde använt tiden till som t.ex. planera nya roliga lektioner istället. Genom detta blir det enklare att känna meningsfullhet.

Lärarna ansåg yrket som meningsfullt och tyckte det var roligt att arbeta med barn.

Att se eleverna lyckas och lära sig nya saker samt utvecklas som individ gjorde lärarna väldigt glada. De ansåg att yrket var utvecklande och spännande.

Det roligaste med yrket var att arbeta med eleverna och se deras framsteg, dock skulle de vilja ha ännu mer tid med eleverna (Arvidsson, Gremark-Simonsen, Dahlqvist, Granqvist, Larsson, Karlson, Nordander, 2013).

Idrottslärarna uppgav i våra intervjuer att förutom alla administrativa uppgifter fanns det andra onödiga uppgifter som ibland gjorde att de nästan tappade meningsfullheten för yrket. Dessa uppgifter kunde vara att stå rastvakt ett par gånger i veckan.

Den tiden hade de kunnat lägga på annat som t.ex. planering eller skriva omdömen. Under intervjuerna gick det klart och tydligt att märka frustrationen över att behöva vara rastvakter. De hade inte utbildat sig för att stå och vara rastvakter, utan utbildat sig för att vara lärare.

Slutsatsen som man kan dra här är att det inte spelar någon roll om lärarna får en massa administrativa uppgifter som de inte tycker är relevanta och hör till yrket vilket bidrar till en låg känsla av *begriplighet* och om skolledningen inte hjälper de att hantera den höga arbetsbelastningen. Så länge lärarna tycker att deras yrke är meningsfullt kommer de att fortsätta oavsett. Detta beror på att de får se elevernas framsteg och arbeta med elever.

## 8 Metoddiskussion

Denna studie har utgått från semi-strukturerade intervjuer som metod. Det gjordes för att tillförlitligheten ökar då samma frågor ställs till studiens deltagare, dock ville vi inte ha exakt samma svar på varje fråga, utan ville kunna använda en viss frihet att ställa följdfrågor kring olika fenomen som var intressanta eller saker som behövde förklaras djupare.

Det uppstod inga problem under genomförandet av intervjuerna, dock hade tillförlitligheten kunnat stärkas om båda författarna till studien varit med under alla intervjuer istället för att intervjua tre stycken var. En annan sak som också kunde göras var att skicka ut intervjumallen i förtid för att ge deltagarna en chans att läsa in sig på frågorna, istället för att dela ut intervjumallen vid intervjutillfället.

Intervjumallen och frågorna som har ställts har gett en bra grund att bygga resultatet på.

I och med att studien bygger på semi-struktureradeintervjuer uppstod det ett problem då det sällan ställdes samma följdfrågor till deltagarna. Det var något som vi hade tänkt på innan vi genomförde studien men vi hade inte tänkt på hur det skulle komma att påverka vår studie.

Alltså så kan detta ha påverkat studien en del då alla deltagarna inte svarat på exakt samma frågor.

Följdfrågorna kan ha skapat ytterligare ett problem. Då tiden på våra intervjuer blev längre desto fler intervjuer vi hade genomfört. Möjligtvis kan följdfrågorna från de första intervjuerna ha påverkat oss och på så sätt inverkat på de sista intervjuerna. Det vi kunde göra för att stärka tillförlitligheten var att genomföra fler pilotintervjuer. Då hade vi eventuellt uppmärksamma detta problem och kunnat genomföra ändringar för att förhindra detta. Men pilotintervjuerna gav annars ett bra underlag för studien. Vi fick reda på vilka frågor som fungerade och fick även chansen till att ställa följdfrågor.

En del av frågorna kom inte att användas i resultatet men de valdes ändå med då det gav en

bra blick översammanhanget om hur lärare såg på sin arbetssituation. Sammanställning av resultatet delades upp i tre olika delar. Varje del representerade varsin frågeställning. Det var viktigt att veta exakt vad varje del skulle innehålla då en del av frågorna påminde om varandra. Det negativa med detta var att svaren på två olika frågor kunde likna varandra väldigt mycket och därav blev vissa svar likartade även fast det ställdes olika frågor. Svaren blev alltså inte alltid så uttömmande som vi ville. Däremot insåg vi att det inte skulle komma att påverka resultatet. Trots vissa få problem som har uppstått så ser vi intervjumallen och dennas utformning som en styrka i studien.

P.g.a. tidsbrist valde vi vårt urval av ett bekvämlighetsskäl. Det kan både vara en nackdel och fördel. Eftersom det fanns tidigare kontakter med deltagarna så kan det ha lett till att vissa eventuellt berättade mer än vad de skulle gjort om någon okänd hade intervjuat dem. Det kan också funnits en viss ovilja att berätta exakt vad de kände eller tyckte då de eventuellt var missnöjda över något som de inte ville skulle komma ut.

## Käll- och litteraturförteckning

Tryckta & elektroniska källor

Al-Mohannadi, S., Capel, S. (2007) *Stress in physical education teachers in Qatar*.

Social Psychology of Education, 10 (1), 55-75.

<http://bura.brunel.ac.uk/retrieve/8294/license.txt>

Antonovsky, A. (2005) *Hälsans mysterium*.

Stockholm: Natur och kultur

Arbetsmiljöverket. (2009) *Arbetsplatsens utformning*.

AFS 2009:2

Arbetsmiljöverket (2014) *Arbetsmiljön i skolan*.

Arbetsmiljöverket, ADI 565

[http://www.av.se/dokument/publikationer/adi/adi\\_565.pdf](http://www.av.se/dokument/publikationer/adi/adi_565.pdf)

Arbetsmiljöverket & SCB. (2001) *Negativstress och ohälsa*.

Arbetsmiljöverket [[http://www.av.se/dokument/statistik/rapporter/iam2001\\_02.pdf](http://www.av.se/dokument/statistik/rapporter/iam2001_02.pdf)]

Arvidsson, I., Gremark-Simonsen, J., Dahlgvist, C., Granqvist, L., Larsson, A., Karlson, B. & Nordander, A. (2013) *Arbetsmiljö och hälsa hos lärare i grundskolan*.

Lund: Arbets- och miljömedicin

[<http://www.skane.se/Upload/Webbplatser/Labmedicin/Verksamhetsomr%C3%A5den/AMM/Publikationer/RApporter%202013/Arbetsmilj%C3%B6och%20h%C3%A4lsa%20hos%20l%C3%A4rare%20i%20grundskolan.pdf>]

Bergsten-Brucefors, A., Cederström, A., Michélsen, H. (2003). *En känsla av sammanhang*.

Svenska föreningen för psykisk hälsa.

Carlsson, I., Collberg, D., Greiff, M., Lekholm-Klapp, A. & Melander, F. (2004). *Nära Gränsen?*

Malmö: Arbetslivsinstitutets Förlag

Dalen, Monica (2008). *Intervju som metod*.

Malmö: InterGraf AB

Fromm, J. (2013) *Stressbarometer 2013*.

Tjänstemännens Centralorganisation.

[<http://www.tco.se/Aktuellt/Publikationer/Pub2013/Stressbarometer-2013/?id=1538&epslanguage=sv>]

Lindberg, P., Vingård, E. (2012) *Den goda arbetsmiljön och dess indikationer*.

Arbetsmiljöverket [[http://www.av.se/dokument/aktuellt/kunskapsoversikt/RAP2012\\_07.pdf](http://www.av.se/dokument/aktuellt/kunskapsoversikt/RAP2012_07.pdf)]

[Lindell,](#) [Nilsson, K.](#) (2014). *Arbetsmiljö*.

Arena Skolinformation.

Lärarnas riksförbund. (2011). *Arbetsmiljöundersökning 2011*.

Lärarnas riksförbund

[<http://www.lr.se/download/18.14dc57dc132c99db7e380005227/1350672765528/Arbetsmilj%C3%B6unders%C3%B6kning+2011.pdf>]

Lärarnas riksförbund. (2013). *Pyskosociala arbetsmiljöfaktorer*.

Stockholm: Lärarnas riksförbund.

[<http://www.lr.se/lonerlagaravtal/arbetsmiljoochhalsa/psykosocialaarbetsmiljon.4.58a756071261d5f869480005407.html>]

Johansson, B. & Svedner, P.O. (2010) *Examensarbetet i lärarutbildningen*. 5:e uppl.

Uppsala: Kunskapsförlaget.

Kvale, S., Brinkman, S. (2009) *Den kvalitativa forskningsintervjun – andra upplagan*.

Studentlitteratur AB.

Kovess-Masféty, V., Rios-Seidel, C., Sevilla-Deieu, C. (2007) *Teachers mental health and teaching levels*.

*Teaching and Teacher Education*, 23, 1177-1192.

Marinell, W., Coca, V. (2013) *Who Stays and Who Leaves?*

New York University.

[https://files.nyu.edu/RANYCS/public/media/TTPSynthesis\\_Report\\_March2013.pdf](https://files.nyu.edu/RANYCS/public/media/TTPSynthesis_Report_March2013.pdf)

Nationalencyklopedin (2013) *Reliabilitet*.

Nationalencyklopedin

[<http://www.ne.se/reliabilitet/292172>]

Nationalencyklopedin (2014) *Stress*

Nationalencyklopedin

<http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/stress>

Olsson, H. & Sörensen, S. (2012) *Forsknings processen*. 3:e uppl

Stockholm: Liber

Ruane, J.M. (2006) *A och O i samhällsvetenskaplig forskning*.

Lund: Studentlitteratur

Stukát, Staffan. (2005). *Att skriva examensarbeten inom utbildningsvetenskap*.

Lund. Studentlitteratur.

Svenska Akademiens ordlista (2006) *Miljö*.

SAOL.

Trikuniene, L., Kardeliene, L. (2013) *Occupational difficulties at work of physical education teachers*.

Ugdymas – Kuno Kultura Sportas Nr 1. (88).

Vetenskapsrådet. (2013) *Forskningsetiska principer*.

Vetenskapsrådet. [<http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>]

Währborg, Peter (2009). *Stress och den nya ohälsan*. 2., [rev. och utök.] utg.

Stockholm: Natur och kultur

# Bilaga 1

## Intervjufrågor.

Hur länge har du varit lärare?

Kön?

I vilket ämne undervisar du i?

På vilken nivå undervisar du?

Kan du beskriva skolan som du arbetar på?

Vad är enligt dig dina arbetsuppgifter?

Hur mycket tid ägnar du åt dina arbetsuppgifter per vecka?

Händer det att du får uppgifter som du anser inte tillhör ditt arbete?

Hur tycker du din arbetssituation är?

Vad är det som är bra och mindre bra med den?

Hur skulle man kunna förbättra den och hur kan du påverka den?

Hur upplever du arbetsbelastningen på din skola?

Tycker du att du har tillräckliga resurser och tillräckligt med material för att göra ett bra jobb?

Vet du vad skolledningen förväntar sig av dig och är förväntningarna rimliga?

Händer det att du tar med dig uppgifter hem från jobbet på din fritid?

Känns ditt yrke meningsfullt för dig?

Vad är enligt dig det bästa och det som mindre bra med ditt yrke



## Bilaga 2

### Litteratursökning

#### Syfte och frågeställningar:

Syfte med vår studie är att ta reda på hur lärare upplever sin arbetsmiljö.

Våra frågeställningar är följande:

Hur upplever lärare sin arbetsmiljö?

Hur påverkar arbetsmiljön lärarna i deras profession?

Känner lärare en meningsfullhet med sitt yrke?

#### Vilka sökord har du använt?

Stress, arbetsmiljö, ohälsa, hälsa, god arbetsmiljö, Kasam, arbetsituation, teachers, stressfull work, stress och lärare, teachers and stress, teachers working environment, stress och ohälsa, working environment, Vetenskapsrådet, Etiska principer, etik, stressbarometer, arbetsmiljö och hälsa hos lärare, lärare och arbetsmiljö, hälsans mysterium, forskningsmetodik, forskningsmetod, TCO, SCB, lärarstress, Physical education and stress, teachersstress, working environment, teachers mental health, arbetsmiljöverket, lärarnas riksförbund

#### Var har du sökt?

*GIH:s bibliotekskatalog*  
*Ebsco*  
*Google*  
*Google Scholar*  
*GIH Biblioteket*

#### Sökningar som gav relevant resultat

Ebsco: "teacher mental health", "who stays and who leaves?"  
Google Scholar: "lärare och stress", "arbetsmiljö"  
Google Scholar: arbetsmiljö bland lärare", "Vetenskapliga källor lärare och stress"  
Google Scholar: "stess och hälsa", "stress", "Physical education , stress"  
Google "TCO lärare", "stressbarometer"  
Google "Vad är stress?", "Vetenskapsrådet"  
Google "Arbetsmiljöverket"

