

Södertörns högskola | Institutionen för livsvetenskap
Examensarbete 15 hp | Utbildningsvetenskap på avancerad nivå |
HT terminen 2012 | Lärarutbildningen mot yngre åldrar 210 hp

Arbetsglädje

En kvalitativ intervjustudie om hur fem lärare i grundskolans tidigare år beskriver arbetsglädjens betydelse och påverkan.

Av: Carola Lara
Handledare: Maria Borgström

Abstract

By: Carola Lara

Autum term of 2012

Title: Joy at work- s qualitative interview study of how five teachers describes the meaning and the influence of the “joy at work”

University: Södertörns Högskola

Supervisor: Maria Borgström

The goal of this study is to examine what five teacher’s impression of the teacher’s role is in their previous years. How important the “joy at work” is in relation with the educational progress? And what aspects that contributes to the” joy at work” and what obstacles that stops them.

The essay will also go through the concepts of a teacher role, with connection to the theoretical perspectives of Csikszentmihalyi’s Flow and Antonovsky’s Salutogenesis (KASAM).

The method I used was interviewing five teachers and I used Larsen’s chapter of “content analysis” as a basis, I also used Flow and KASAM as theoretical references in my analysis. I focused to analyze the teacher’s “joy at work” and find a solid impression of what a teacher role is. My result was that the student’ knowledge development made the teachers ease in joy with their work, and working this way was making the environment a better place to work with. The teachers had a strong KASAM and a good feeling of Flow and contribute to the “joy at work” with each other, which makes “joy at work” an important aspect for the working environment.

Keywords: KASAM, Flow, high school, joy, teacher

Nyckelord: KASAM, Flow, grundskolans tidigare år, arbetsglädje, lärare

Innehållsförteckning:

Abstract.....	2
1. Inledning.....	5
2. Bakgrund.....	6
2.1 Läraryrket i ständig förändring.....	7
2.2 Administration.....	7
2.3 Arbetsglädje.....	8
2.4 Lärarens roll.....	9
3. Syfte.....	11
3.1 Frågeställningar.....	11
4. Tidigare forskning.....	12
4.1 Häggqvist.....	12
4.2 Brante.....	13
4.3 Gustafson.....	13
5 Teori.....	15
5.2 Flow.....	15
5.3 KASAM.....	16
6 Undersökningens metod och uppläggning.....	19
6.1 Kvalitativ metod.....	19
6.2 Urval av undersökningsgrupp.....	19
6.3 Intervjuer.....	19
6.4 Innehållsanalys.....	21
6.5 Bearbetning av data.....	21
6.6 Forskningsetik.....	21
7 Resultatredovisning och analys.....	23
7.1 Resultat - Lärarens roll.....	23
7.1.1 Arbeta med människor.....	23
7.1.2 Betydelsefullt.....	25
7.2 Analys av lärarens roll.....	26
7.2.1 Arbeta med människor.....	26
7.2.2 Betydelsefullt.....	27
7.3 Resultat – Arbetsmiljö.....	29

7.3.1 Föränderligt.....	29
7.3.2 Administration.....	30
7.3.3 Kollegialt.....	31
7.4 Analys av arbetsmiljö.....	33
7.4.1 Föränderligt.....	33
7.4.2 Administrativt.....	34
7.4.3 Kollegialt.....	35
8 Slutdiskussion.....	36
8.1 Vad anser dessa lärare om innebörden att vara lärare?	36
8.2 Vilken betydelse har arbetsglädje i lärarnas utsagor?.....	37
8.3 Hur påverkar arbetsglädje den pedagogiska utvecklingen hos dessa lärare?.....	37
9 Käll- och litteraturförteckning.....	39

1. Inledning

Kraven och arbetsbelastningen har ökat i Sverige med åren och att trivas på arbetet är något mycket viktigt, att känna sig motiverad, längta till jobbet, få positiv feedback samt vara positiv kring olika arbetssituationer. Ibland kan det kännas svårt, läraren har ett stort ansvar, man kan ha dåliga dagar och ibland kan det uppstå konflikter av olika slag eller andra orsaksförklaringar som gör arbetet tufft.

I Sveriges grundskolor har läraren i uppdrag att uppfylla många mål och värden vilket leder till att arbetet kan bli överbelastat och man jobbar övertid. Kraven på lärarens roll har blivit högre, läroplanen har ändrats och nu när man arbetar behöver läraren en lärarlegitimation som en bekräftelse att man sköter sitt arbete. Grundskolorna har gått i förändring från läroplanerna. Alla dessa uppdrag kan påverka lärares välbefinnande samt hur man presterar på arbetet. Skolan ska även arbeta med att utveckla och förbättra verksamheten ständigt. Det som nu är sammanknutet till det dagliga arbetet är dokumentation, uppföljning och analys för ett förbättrat kvalitetsarbete.

Enligt arbetsmiljöverkets statistik från 2006, finns det cirka 245 000 anställda som arbetar på någon skola. Statistiken visar att de lärare som har uppgett arbetsorsakade besvär har varit till följd av frånvaroanmälningar som bland annat belastningssjukdom, psykiska påfrestningar och stress. Det är ca 23 % som har uppgett dessa besvär.

Svensk kvalitetsindex genomförde en undersökning och visar på att arbetsglädjen har sjunkit sedan 2007. Undersökningen gick ut på att svara på frågor från skala 1 - 10 om bland annat arbetsförhållanden, hur nöjda de är med sitt arbete, den fysiska arbetsmiljön och arbetsbelastning. Bland lärarna så har arbetsglädjen och arbetsnöjdheten sjunkit från 72,1 till 67,0 (Arbetsglädje i utbildningssektorn, 2012). Utifrån Svensk kvalitetsindex undersökning kan man även konstatera att lärare inte ser fram emot att gå till arbetet, motivationen för arbetet har sjunkit och arbetet påverkar inte ens välbefinnande positivt. Som lärare ska arbetet skötas professionellt, man ska trivas och vara motiverad i sitt arbete och även få elever att trivas. Lärarna bygger en grundläggande relation till de människor man arbetar med och i yrket behöver man som lärare en känslomässig öppenhet samtidigt som man ska vara mer objektiv så man blir man pålitlig för eleverna.

2. Bakgrund

Som student på lärarutbildningen fick jag reda på att kraven och lärarens arbetssituation förändras och utvecklas för varje år. Detta fick mig att söka artiklar kring ämnet och hur lärarna påverkas av denna reform och jag valde att fördjupa mig i ämnet. Att trivas på jobbet och hur man gör för att hålla sin arbetsglädje vid liv är något som intresserar mig mycket. Jag hittade många metodböcker om hur man gör för att finna arbetsglädje samt hur man bevarar den. Avhandlingar fanns också tillgängliga fast med fokus på arbetsmiljö och vad en professionell lärare är, där insåg jag att arbetsglädje och lärarens roll hade en god koppling till varandra. I min sökning av litteratur stötte jag på många begrepp och de som kändes mest relevant i förhållande till mitt syfte och för detta arbete var begreppen lärarens roll, flow och KASAM.

Skolverket publicerade en rapport år 2006 kring lärarens betydelse, som heter *Lustens och möjligheten – lärarens betydelse, arbetssituation och förutsättningar*. Boken utgår från att läraren även behöver arbetsglädje samtidigt som de bör tro på den egna kompetensen från lärarutbildningen. På skolverkets hemsida kring ämnet arbetsmiljö beskrivs det i rapporten *Lusten och möjligheten* om begreppet arbetsmiljö, att miljön inte endast handlar om den fysiska miljön. Arbetsmiljön handlar även om den psykiska miljön. Rektorn bär på ansvaret för arbetsmiljön i skolan men det är också viktigt för personal och elever att delta i arbetet som till exempel ge förslag på åtgärder för en god arbetsmiljö. Att lärare trivs i sitt arbete visar ge goda resultat för elever (Skolverket, 2011).

Syftet med denna studie är att få fram vad fem lärare i grundskolans tidigare år, anser om lärarens roll och vilka aspekter som bidrar till arbetsglädje eller hinder för dem. Studien har tagit sin utgångspunkt i kvalitativa intervjuer och relevant litteratur. Som tidigare upplysts så har enligt de tidigare nämnda artiklarna och statistiken angående arbetsbelastningen ökat hos lärarna i skolan. Dessa artiklar och statistikmätningar väckte mitt intresse för att studera om detta ämne samt mina erfarenheter som jag fått via tidigare jobb och VFU (verksamhets förlagda utbildning).

2.1 Läraryrket i ständig förändring

Under årens lopp har läraryrket förändrats och är fortfarande i ständig förändring eftersom skolans innehåll går i takt med samhällets förändring samt den vetenskapliga kunskapsbasen i undervisningen. Det som även är i förändring är hur lärande kan främjas. Mona Holmqvist (2011:16) skriver att synen på lärandet har förändrats, förr ansågs lärande som memorering av textstycken och utantilläsning vilket på den tiden var ett tecken på att en person var lärd.

I dagens situation kan man se en tendens av att den centrala delen i lärandet verkar om att bidra till förmågan att söka information om en elev behöver mer kunskap exempelvis fakta om ett objekt eller fenomen för att presentera informationen muntligt eller skriftligt redovisat. Holmqvist (2011:16) menar att det är en skillnad mellan att recitera och memorera ett innehåll och syftar till att i båda fallen kan en elev ha lyckats bra men utan att förstått det egentliga innehållet. Författaren pekar på om det egentligen har skett någon form av lärande över huvud taget.

Holmqvist skriver i boken *Skolan och läraruppdraget (2011)* att de vill lyfta fram, både för lärare och framtida elever, förmågan att lära i syfte för att inte riskera att den kunskap som elever utvecklar ser likadan ut längre fram i tiden. Lärandet blir istället förändringsbart och förhoppningsvis fördjupad, den blir hållbart eftersom lärandet kommer att bygga på antaganden som är övergripande och generella. Holmqvist menar lärande som genererar nytt lärande och inte bara under elevens utbildningstid, ett så kallad hållbart lärande. Det ger beredskap för eleverna att hantera situationer som både är nya och okända, genom att använda tidigare lärandesituationer som hjälp. Det handlar alltså om att sätta igång olika läroprocesser. För att en lärare ska kunna sätta igång en sådan process som är avgörande för elevens utveckling när det gäller både av kunskap och förmågor samt färdigheter krävs det en vilja att tänka nytt (Holmqvist 2011:15-16).

2.2 Administrativ

Det som har utvecklats mycket nu i läraryrket är det administrativa arbetet exempelvis arbetet med dokumentationen med mera. Läraren måste nu inte en administrativ ledarroll. Det finns både positiva och negativa aspekter med det administrativa arbetet som Landin och Hellström nämner i sin bok *Läroledarskap (2004)*.

Fördelar för en lärare att vara administrativ är att man har en ordning, att man har sakerna på sin plats. Man glömmer inte bort sina planeringar och har koll på sina elever. Samarbetar man med en person som är administrativ så vet man att den gemensamma planen genomförs. Det blir inga infall längs vägen och den personen som är administrativ låter inte sig ledas iväg på andra vägar utanför den uppgjorda planen.

När man är administrativ kan det vara svårt att vara flexibel eftersom man måste bryta uppgjorda planer. Det kan växa en irritation när det inte går som man vill och Landin och Hellström menar att utan den administrative personen så skulle inte verksamheten utföras korrekt. Den administrative personen betraktas som tråkig enligt Landin och Hellström och kan uppfattas som negativt. Landin och Hellström menar att personen som är administrativ måste tänka på att inte föra över ens personliga krav på andra när det gäller ordning eftersom det kan uppfattas som negativt. Meningen är att vara samarbetsvillig inom idéer i verksamheten (2004:126-127).

2.3 Arbetsglädje

För att beskriva begreppet arbetsglädje har jag valt Angelöws definition och beskrivning om arbetsglädje.

Bosse Angelöw, som är en docent och socialpsykolog, han skrivit om hur man främjar arbetsglädje och hur man gör för att skapa större arbetslust.

Med en ökad arbetsglädje innebär en viktig förutsättning för att få en hälsosam och framgångsrik arbetsplats skriver Angelöw (2006:7) i sin bok. Det är något chefer och medarbetare skapar tillsammans i arbetsplatsen för att främja arbetsglädje.

För att förstå vad arbetsglädje är, beskriver Angelöw att arbetsglädje är en viktig förutsättning och central roll för en hälsosam och välfungerande arbetsplats. Det innebär att man ska uppmärksamma det positiva och utveckla sig själv i sin egen roll i arbetet. Det är upp till en själv att hitta de egenskaper som ger en arbetsglädje. Detta skapas i ett klimat av uppmuntran och stöd av kollegor och chefer. Att man skapar olika förutsättningar för att nå framsteg och att man i arbetslaget uppmärksammar framgångar där tonvikten ligger på styrkor, möjligheter och tillgångar. Det är även viktigt att man uppmärksammar sina problem så som svagheter för att de ska åtgärdas i tid.

Angelöw har tidigare forskat kring arbetsglädje där lärare har svarat och beskrivit att arbetsglädjens förutsättningar bidrar till exempelvis engagemang, kreativitet, färre sjukskrivningar samt bättre undervisningskvalitet. En individ som inte får gensvar på sin arbetsprestation upplever högre arbetsbelastning som vidare leder till att individen kan skapa ohälsa och stress.

Med arbetsglädje innebär det alltså att det leder till positiva effekter. Sammanfattningsvis menar författaren vidare att arbetsglädje innebär att vara tillfreds med sin arbetssituation och sina arbetsinsatser, det handlar om att känna lust inför sina arbetsuppgifter och att ha ett välfungerande samarbete på arbetsplatsen och god kommunikation (Angelöw, 2006).

2.4 Lärarens roll

Anne-Marie Kveli, en lektor i pedagogik i Oslo har i sin bok *Att vara lärare* (1996) beskrivit grunderna hur det är att vara lärare och vad som kan ske i det dagliga arbetet. Hon skriver om de krav som ställs att vara lärare idag. Bland annat skriver hon om att det finns många faktorer som spelar roll hos läraren, dels att lärare och elever har olika bakgrund och behov. Kveli säger lärarnas huvuduppgift är att förmedla kunskaper och ha ansvar att främja den totala personliga utvecklingen hos elever. För en god miljö så krävs det att läraren har en bra relation och en positiv inställning till eleverna.

Skolans innehåll och arbetsformer påverkas parallellt med samhället när det gäller ekonomi, politik och kultur. Detta sker utifrån de fysiska och ekonomiska villkoren genom planer och beslut. Som tidigare nämnt så är skolans uppgift att förmedla kunskaper men även att förbereda eleverna för det framtida samhället. Därför blir samhällsutvecklingen beroende av vad eleverna får med sig från skolan.

Lärarnas utmaning är att bidra till elevernas kunskaper färdigheter, attityder och värderingar för den framtida samhälle. Det är därför viktigt för lärarna, att ur ett samhällsperspektiv kunna förstå och bedöma sitt arbete i skolan, detta visar på hur spännande och svårt lärarens uppdrag är. Lärarna lägger en viktig grund för eleverna gällande demokrati och kultur i samhället. Det blir en utmaning för lärarna att hålla balansen mellan nya och gamla traditioner i skolan för eleverna. Lärarna ska även lära

eleverna att utveckla ett kritiskt tänkande och medvetenhet om värderingar samt kreativitet och ansvar. Det är inte minst lika viktigt att eleverna ska bygga upp värden för vårt eget samt deras egna liv i det framtida samhället, att de lär sig att bedöma och påverka genom att ta ställning till inflytande och kunskaper utifrån de grundläggande värderingar de har byggt upp i skolans värld (Kveli, 1996:25-26).

Lärarna behöver ha en grundlig grund eftersom skolans val av innehåll har blivit svårare. Den grundliga grunden ska baseras både på det kunskapsmässiga och det pedagogiska. Detta står till grund av för att lärarna ska kunna göra de svåra avvägningarna och valen för att motivera eleverna (Kveli, 2006:27).

3. Syfte

Syftet med min studie är att studera om vad fem lärare i grundskolans tidigare år anser om innebörden att vara lärare är samt hur de tolkar begreppet arbetsglädje.

3.1 Frågeställningar:

- Vad anser dessa lärare om innebörden att vara lärare?
- Vilken betydelse har arbetsglädje i lärarnas utsagor?
- Hur påverkar arbetsglädje den pedagogiska utvecklingen hos dessa lärare?

4. Tidigare forskning

I detta kapitel sätts min studie i ett vetenskapligt sammanhang genom att ha översikt om vad andra tidigare har forskat kring mitt valda ämne.

4.1 Häggqvist

Avhandlingen *Arbetsmiljö och utveckling i skolan* har gjorts av forskaren Susann Häggqvist (2004). Hennes studie består av fyra delstudier, de två första delstudierna fokuserar på hur arbetsmiljön ser ut hos eleverna och hur de uppfattar arbetsmiljön. Den tredje studien handlar om arbetsmiljön och välbefinnande. Den sista delstudien handlar om arbetsmiljöns kvalitet. Efter att ha granskat hennes studier kom jag fram till att jag endast kommer fokusera på den tredje studien eftersom den närmare kan kopplas till detta arbete.

Den tredje delstudien som Häggqvist gjorde var baserad på en enkätstudie som genomfördes mellan åren 1994 och 1995. Enkätutskicken gick ut till fem skolor inom samma område till 448 anställda. Enkätutskicken skedde under två tillfällen, med ett års mellanrum för att studera förändringar i arbetsmiljökunskap samt värderingar och delaktighet hos personalen i miljöarbetet (Häggqvist, 2004:1-6).

Syftet med Häggqvist tredje studie var att undersöka skolpersonalens vetanden kring arbetsmiljön, deras egna värderingar och erfarenheter i arbetet samt inleda en arbetsmodell för interkontroll. Denna modell skulle starta en process för att öka medvetenheten effekterna av arbetsmiljön.

För att elever och lärare ska känna välbefinnande och hälsa så behövs en bra arbetsmiljö för att främja de. Häggqvist studie om arbetsmiljö och välbefinnande personal visade att fysisk och psykisk trötthet och oro hade ökat både hos kvinnor och män. Den psykiska tröttheten på morgonen hade ökat hos männen mellan tillfälle ett och tillfälle två medan den fysiska tröttheten hade ökat hos kvinnorna. Resultaten visade även att de kände stress samt brist på effektivitet, alltså att individen upplevde att arbetet inte ledde till de övergripande målen (Häggqvist, 2004:23-30). Studien visade sig att lärarnas välbefinnande minskat och att man behöver öka kunskap angående hur arbetsmiljö fungerar samt dess delaktighet. Tröttheten var starkt relaterat till arbetet i skolan och tyder på att den bristande återhämtningen från arbetsdagens slut (2004:27).

4.2 Brante

Avhandlingen *Lärare av idag* av Göran Brante (2008) syftar till att belysa vad i läraryrket som framstår som komplext och intensivt samt hur lärarrollen formas. Texten handlar om vad läraren ska hantera i sitt arbete, vilka ansvarsområden som ska uppfyllas inom undervisningen, uppfostring och barnansvaret. Det finns även andra områden som försvårar utförandet av lärarens arbete som exempelvis förändringar i läroplanen, kursplaner och förändringar i lärarnas anställningar samt nya arbetsuppgifter (Brante, 2008:13).

Sammanfattningsvis i Brantes analys, som är den huvudsakliga anledningen till att den behandlas i detta arbete är hans analys av lärares arbetssituation och i relation till elever. Han analyserar lärarna som en företeelse i skolan där skolan anses som ett system. Brante beskriver att systemet består av beståndsdelar som exempelvis lärare och styrdokument, han skriver även att systemet består av omgivning, struktur och mekanismer. Brante menar att skolorna i Sverige under 90-talet genomgick systemförändringar som exempelvis höga krav och mindre kontroll över sitt eget arbete. Dessa ändringar medfördes som svår och läraryrket blev en mer komplex arbetssituation som ledde till ett ökat antal med sjukskrivningar samt utbrändhet som följd till lärarna. Förändringarna i systemet medverkar till att lärare och elever inte finner en balans med varandra vilket bidrar till att betygen sjunker (Brante, 2008:93-95).

Brante skriver att det finns mekanismer som har inflytande så kallade konstruerade mekanismer på lärarnas tänkande och handlingar. Lärarna är en del i en organisation och det finns regler att följa, sedan är de människor med egna idéer och moral. Eftersom lärare är människor så kan man inte kräva hur mycket som helst av dem eftersom människor har olika begränsningar (2008:97)

Med Brantes avhandling (2008) visar det att läraren inte finner sitt välbefinnande på grund av samhällets förändrade kontextuella arbetsvillkor vilket leder detta till ett sämre studieresultat för eleverna.

4.3 Gustafson

Niklas Gustafson (2010), skriver i sin avhandling *Lärare i en ny tid*, att lärarens uppdrag har blivit mer vidgad samt hur det har påverkat lärares professionella identitet i hans

forskningsområde. Författaren skriver i sin avhandling att förändringarna för grundskolans lärare har gett skolans uppdrag ett mer mångtydigt och vidgat uppdrag. Sammanfattningsvis grundar sig Gustafsons avhandling på nio grundskollärare i tre olika skolor som han har haft återkommande samtal med. Samtalen handlar om de vidgade uppdrag som medfört att lärare bör delta i fler arbetsgrupper vilket gör läraryrket mer komplext (2010).

Gustafson skriver i sitt resultat att det är betydelsefullt att lärare utvecklar en komplexmedvetenhet det vill säga att man utvecklar en medvetenhet om komplexitet i arbetet. Den medvetenheten är om arbetets helhet och multimedlemskap i praktikgemenskaper. Läraren idag deltar i olika arbetsgrupper och rollen skiftar beroende på sammanhanget. Att sträva efter att skapa en meningsfull helhet utifrån alla de uppdrag läraren har är inte lika tydlig längre. Läraren idag är med i ett expanderande multimedlemskap. Genom att utveckla denna medvetenhet menar Gustafson att man som lärare går från det okända och obekanta till att förstå sina egna handlingar i utrymmet när man bryter i bitar och sammanväver arbetets helhet. Det ger en mer fördjupad kunskap komplexmedvetenhet (2010:276).

5. Teori

I detta avsnitt kommer jag att redogöra de teorier och begrepp som är grunden för att besvara på mitt syftet med mitt arbete samt mina frågeställningar. Teoridelen kommer även vara grunden för arbetets analysdel. Det teoretiska perspektiven jag kommer utgå från i denna studie är flow, KASAM

5.1 Flow

Enligt Csikszentmihalyi så uppstår inte lycka enbart från tryggheten och bekvämligheten som pengar kan ge, han menar att det är en av de aspekterna för lycka. En annan viktig del för att uppnå lycka är att människans talanger används och att de utvecklas så att det dagliga livet inte blir långtråkigt eller blir för stressigt. Människan ska känna att hennes skicklighet utvecklas. Csikszentmihalyi (2004:34) presenterar begreppet *flow* som beskrivs som en subjektiv upplevelse. Det innebär att man i livet kan uppnå att vara helt engagerad och att njutbara upplevelser kan bidra till ett gott liv.

Csikszentmihalyi beskriver flow som ett tillstånd när man känner att man är engagerad i en aktivitet och blir djupt absorberad i den. Genom att ha en balans är det lättare att absorberas i en uppgift om man ser möjligheten i att den är genomförbar genom att använda sin skicklighet. Om man inte håller balansen mellan möjligheten och skickligheten kan ens uppgift kännas tråkig och utan utmaning, eftersom uppgiften ligger utanför ens förmåga. Läger man för mycket bekymmer vid resultatet kan det störa en prestation, det är därför viktigt att man som person har tydliga målsättningar för att man ska kunna få en djup känsla av flow (2004:63-64).

För att känna upplevelsen av flow behövs vetskapen om att det man gör har gett betydelse och att det leder till ett resultat även kallad *feedback*. Feedback uttrycks bäst när man själv ser resultatet i sin aktivitet men kommer även från kollegor och arbetsledare (2004:64).

Om balansen mellan möjlighet och skicklighet över en uppgift är fungerar och är stark blir det lättare att bli absorberas om man känner att den är genomförbar. Csikszentmihalyi menar att när människor enbart koncentrerar sig på slutresultatet så missar de chansen att njuta av det man gör, själva processen som leder dem till deras slutresultat.

"Flow uppstår när både utmaningen och skickligheten är stora och matchar varandra"

(Csikszentmihalyi, 2004:66).

Som jag tolkat begreppet flow så innebär det när man väl startar en uppgift som man inte känner igen, börjar man lära sig sakta men säkert hur det går till. Man blir engagerad och ökar sina utmaningar genom att öka sin nivå av flow. Man ska känna att man gör ett bra arbete, att man är medveten om att man har presterat så gott man har kunnat samt att man blir uppmärksam för det man gör.

Flow är ett redskap för att få individen att må bättre i ögonblicket, det blir möjligt att uppleva harmoni i sinnet men även som ett redskap att förbättra livskvaliteten på ett längre sikt. En bra flowaktivitet erbjuder utvidgat område för ens personliga utveckling till möjligheter och förbättring, där ingår målsättningar, feedback, regler och utmaningar. Vill man stanna kvar i flow behövs det framsteg och kunskapsutveckling för att stiga till en högre nivå av komplexitet, alltså en balans mellan individens skicklighet och förmåga till uppgiftens utmaning och svårighet (Csikszentmihalyi, 2006:88.-89).

5.2 KASAM – Känslan Av SAMmanhang

Forskaren Antonovsky har studerat kring sambandet mellan människans belastning och hälsa. Frågan om hur människor hanterar stress och hålla sig friska samtidigt är en grundläggande fråga i hans bok *Hälsans mysterium* (2005). I boken frågar han sig hur har människor orkat ta sig igenom ofattbara trauman och ändå kunnat fortsätta leva i ett relativt bra liv? Alla människor utsätts för påfrestningar förr eller senare i livet och somliga kan vara kraftiga och upprepande. Dessa påfrestningar kan vara kroppsliga, psykiska eller sociala och många människor blir sjuka medan andra människor förblir friska fastän de bemött och utsatts för samma eller större påfrestningar. Detta kan

förklaras som att människor har olika motståndskraft och att dessa olikheter i människors arv och tidigare miljö (2005:9). Diskussionen i Antonovskys bok handlar om hur man kan förbättra eller mäta de olikheter som styr människans motståndskraft.

Antonovsky (2005) skriver om det patogenetiska tänkandet (vad som skapar ohälsa) och salutogenetiska tänkandet (vilka aspekter som ger hälsa).

Utifrån det patogenetiska synsättet menar Antonovsky att stressfaktorer betraktas undantagslöst som sjukdomsalstrande (2005:33). Perspektivet utgår alltså för att förklara varför man blir sjuk, för att få en djupare klarhet och orsak i sin verkan. I stället för att utgå från sammanhang som medicinska och samhällsvetenskapliga och fokusera på varför man blir sjuk så utgår Antonovsky från det motsatta perspektivet.

Genom att tänka på det salutogena synsättet studeras de krav som ställs på individen och dess följder samt ta reda på i vilka sammanhang det skapas positiva hälsoeffekter.

Den salutogena infallsvinkeln menar Antonovsky att klassifikationen av människor som är mår bra eller dåligt avvisas. Istället ska man se var människorna befinner sig i en skala från ohälsa till hälsa. Det salutogena tankesättet hindrar människor från fokusera sig på sökandet en given sjukdom, istället för att söka den totala historien hos människan inklusive sjukdomen. Istället för att fokusera på *vad* som orsakar sjukdomen, alltså fokusera på stressorer menar Antonovsky att man ska fråga sig vilka faktorer bidrar till positiva hälsoeffekter. Fokusen ligger på hur människor som möter intensiva påfrestningar kan ändå förblir friska, utifrån att bevara de positiva aspekterna i ens liv.

Antonovsky skriver att det som utlöser stress inte ska betraktas som någonting dåligt och som måste bekämpas eller undvikas utan alltid är närvarande, stressfaktorn behöver alltså inte ses som patologisk utan även som hälsofrämjande beroende på vilken typ man har (2005:38-39).

”Ett salutogenetisk tänkande öppnar inte bara vägen för formulering och vidareutveckling av teori om problemlösning, utan tvingar oss dessutom att ägna vår energi åt detta”

(Antonovsky, 2005:40)

Genom att undvika påfrestningar för att främja hälsa är inte tillräckligt bra, det gäller att lära sig att hantera sitt liv, göra det bästa av tillvaron, både i med och motgångar (Antonovsky, 2005:5). En risk för ohälsa är att man har en brist på helhetskänsla.

Begreppet KASAM beskrivs som ett sätt att klara av ens påfrestningar i livet. Att göra det bästa av tillvaron är att göra den sammanhängande genom tre komponenter: begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet(2005:42-46).

- *Begriplighet* – syftar till vilken utsträckning en individ upplever inre och yttre stimuli. Det är det som är förnuftsmässigt gripbara som information som är ordnad och sammanhängande samt strukturerad och tydlig. Individen utsätts för inre och yttre stimuli konstant och den kan uppfattas som antingen information eller brus. En individ med hög begriplighet uppfattar dessa stimuli som information och kan sätta in det i ett sammanhang.
- Den andra komponenten *hanterbarhet* handlar om hur individen uppfattar och väljer att definiera hur man ska hantera och möta de krav av det yttre eller inre stimuli ger en för motsättningar. Ju högre hanterbarhet individen har för stimuli finns de bättre möjlighet för individen att kontrollera sig egen vardag, vara medveten om att olyckliga saker händer i livet och inte känna att exempelvis att livet behandlar en orättvist.
- *Meningsfullhet* syftar på att vilken omfattning individen känner att livet har en känslomässig innebörd, vara medveten om att en del krav är värda att lägga energi på. ju mer en individ har ett gott och meningsfullt förhållningssätt till alla typer av stimuli desto starkare KASAM erhåller individen.

Dessa tre komponenter ska hänga samman och de ska vara lika mycket representerade för att en individ ska få ett starkt KASAM.

6. Undersökningens metod och uppläggning

Här kommer jag att presentera hur jag har gått tillväga för att besvara mina undersökningsfrågor i detta arbete. Avsnittet är indelat i underrubriker för metodval, tillvägagångssätt och forskningsetik. Valen som presenteras är grundade för att få svar på mitt syfte och frågeställningar.

6.1 Kvalitativ metod

Som metod för att besvara mina forskningsfrågor i detta arbete valde jag att ha en kvalitativ metod med intervjuer.

Jag började med att göra en intervjuguide och började sedan ta kontakt med olika skolor via mail. Tidsplaneringen för mina intervjuer var på cirka 30 – 45 minuter, vilket stämde när jag väl gjorde dem. Med denna kvalitativa metod gav det en möjlighet för en helhetsförståelse om vad dessa lärare ansåg om innebörden att vara lärare samt vad arbetsglädje innebar för dem (Larsen, 2010:27). Eftersom det är en kvalitativ intervjustudie med fem lärare så kan jag inte generalisera mina resultat till något allmänt.

6.2 Urval av undersökningsgrupp

När jag väl hade skrivit mina intervjufrågor bestämde jag mig för att välja det urval av människor jag skulle fokusera på. På grund av den tidsram jag hade, valde jag att endast fokusera på verksamma lärare i grundskolans tidigare år i Stockholms söderort.

Jag mailade många skolor och fick svar från två lärare i en skola och tre från en annan skola i södra söderort som var tillgängliga för enskilda intervjuer.

6.3 Intervjuer

Till mina intervjuer har jag använt mig av en kvalitativ metod med syfte av att få en djupare förståelse om mitt valda ämne (Larsen, 2010:83).

Dalen (2007:9) skriver att en kvalitativ intervju är mest lämplig för att få information om informanternas egna tankar och erfarenheter.

Jag fick noga tänka över vad jag skulle fråga om och hur de skulle formuleras för att få så rikliga svar som möjlig för att få svar på min undersökning.

För att formulera bra frågor för mina intervjuer var det viktigt för mig att tänka på mitt syfte, för att kunna få så bra och rikliga svar till min undersökning som möjligt. Jag ville göra mina frågor så utförliga som möjligt så att mina informanter inte skulle tycka att det var för svårt för dem att besvara och att de bara skulle anknyta till sina egna upplevelser och erfarenheter som lärare. Det slutade med att intervjuerna hade strukturerade frågor för att kunna hålla en röd tråd för mitt ämne, jag gjorde en lista med öppna frågor som jag använde mig av för att informanterna själva skulle formulera sina svar. Genom att ha en strukturerad intervju med intervjuformulär, underlättade det för mig att jämföra informanternas svar (Larsen, 2010:84).

Det kom in aspekter av en ostrukturerad intervju eftersom några av informanternas svar gav mig följdfrågor och jag skrev upp stödord för att sedan ha dem som hjälp ifall jag skulle glömma ställa dem vid slutet av intervjun. Med följdfrågorna gav det mig kompletterande samt mer fördjupade svar. Detta gav informanterna ett utrymme att beskriva sina tankar och erfarenheter mer utförligt.

Ostrukturerade forskningsintervjuer tar hänsyn till att informanten får dela med sig av sina erfarenheter, känslor och tankar med en friare form utifrån frågorna. Metoden bygger på en mer öppen form och intervjun mellan forskaren och informanten liknar mer ett samtal (Stukát, 2009:39).

Genom intervjuerna jag gjorde fick jag en djupare förståelse om vad arbetsglädje innebar för mina informanter och vilka aspekter som gav dem arbetsglädje utifrån deras egna erfarenheter och tankar samt vad det innebär för dem att vara lärare.

Anledningen till att jag frågade om namn, ålder och utbildning samt tidigare erfarenhet kring arbete som pedagog i min intervju var för att dem frågorna är lätta att svara på. Dessa bakgrundsfrågor ger en mjukstart och är inledande för intervjuer (Larsen, 2010:86). Jag har av en självklarhet skrivit informanternas namn med fingerade namn på grund av de etiska forskningsprinciperna som jag nämner nedan.

6.4 Innehållsanalys

För att analysera mitt material har jag tittat på Larsens kapitel innehållsanalys. Larsen beskriver att innehållsanalys är bland de vanligaste analysmetoder för sitt material. Först ska man samla in data för att ha ett material som man ska analysera, för min del, intervjuer. Innehållsanalys går ut på att man gör intervjuer, spelar in dem och sedan transkribera dem. Detta innebär att man skriver ner intervjuerna ord för ord. Syftet är sedan att läsa sina transkriberingar och se innehållet för att hitta mönster, skillnader och likheter samt samband. Efter man har hittat dessa samband och mönster ska man koda texterna och kategoriserar eller klassificerar man koderna i olika teman och slutligen sorterar man sitt insamlade datamaterial (Larsen, 2009:101).

6.5 Bearbetning av data

Intervjuerna skedde under tre tillfällen och för att hinna med att skriva ner alla svar så spelade jag även in dem med röstinspelning med informanternas tillåtelse. Under intervjun skrev jag ner stödord på mitt anteckningsblock samt lyssnade och hade ögonkontakt under intervjun. När intervjuerna tog slut tackade jag för mig och bearbetningen av den insamlade data började. Bearbetningen gick ut på att transkribera allt jag hade spelat in på datorn för att sedan koda och hitta relevanta begrepp och aspekter till min resultatredovisning. Denna metod var mest relevant för mig för att få svar på mina frågeställningar för min studie.

6.6 Forskningsetik:

Inför en kvalitativ studie finns det etiska krav som man ska fullfölja, syftet för dessa forskningsetiska krav ger informanterna medvetenhet om deras rättigheter som informanter. De etikkrav jag förhåller mig till denna forskning är:

Samtyckeskravet - för att få ett samtycke för en intervju blev mina informanter informerade om vad deras deltagande skulle bidra med till mitt examensarbete. Jag beskrev att min forskning skulle handla om vad lärare anser och uppfattar om lärarens roll och arbetsglädje. Jag beskrev även att intervjun skulle innefatta frågor om det ämne samt att det skulle handla om deras upplevelser och erfarenheter som lärare.

Informationskravet - Jag började med att beskriva i stora drag mitt forskningsprojekt och mitt syfte med min forskning samt hur resultaten skulle presenteras för de deltagande. Sedan beskrev jag att intervjuerna är frivilliga för de deltagande samt att de kunde avbryta sin medverkan om de kände att de inte ville svara på en fråga eller kände sig obekväma.

Konfidentialitetkravet - De privata data som exempelvis namn och skolans namn, alltså information som kan identifiera mina informanter är sekretessbelagt. Detta talade jag om för informanterna, att den informationen jag skulle få utifrån intervjuerna skulle behandlas konfidentiellt. Jag talade även om att jag var medveten om deras anonymitet och att jag inte skulle använda deras riktiga namn. Därför behandlas deras namn fingerat i mitt arbete.

Nyttjandekravet - Den insamlade data används endast för min forskning, detta informerade jag mina informanter om. Meningen var att de skulle känna förtroende för mig och vetskapen att jag inte skulle dela med mig av transkriberingarna samt de inspelningarna jag gjorde. Det insamlade materialet får inte användas i icke-vetenskapliga sammanhang (Stukát, 2005:131-132).

7. Resultatredovisning och analys

I detta avsnitt kommer jag att redovisa och analysera mitt resultat som jag har fått från mina intervjuer. Utgångspunkten i denna del är att få svar på mitt formulerade syfte, innebörden att vara lärare och vilken betydelse arbetsglädje har för informanterna.

Jag intervjuade totalt fem lärare i grundskolans tidigare år och kommer kalla dem för **Kim, Joy, Charlie, Sasha** och **Elliot**.

Utifrån de svar jag fick av mina informanter på intervjuerna kunde jag hitta en röd tråd. Under min transkribering av de fem intervjuerna insåg jag att det mestadels handlade om lärarens roll och hur betydelsefullt det är att det ska fungera kollegialt. Alla ansåg att deras roll som lärare var mycket viktigt och att utvecklingen av elevers kunskapsutveckling var en central del för att vara en verksam lärare.

Men hjälp av att tolka och koda informanternas svar kom jag fram till att lärarens roll och arbetsmiljö går hand i hand med arbetsglädje. Nedan kommer jag att presentera informanternas svar utifrån de aspekter jag kom fram till genom transkriberingarna med underrubriker.

7.1 Resultat - Lärarens roll

7.1.1 Arbeta med människor

Syftet till att lärarna ville arbeta inom skolans värld var mycket gemensamt, att de ville arbeta med människor och med barn. Kim som jag intervjuade först beskrev att hennes roll bidrar med kunskap, man har ett stort ansvar, man håller reda på sin klass och är medveten hur de ligger till kunskapsmässigt.

Kim: Det är viktigt att man uppmärksammar eleven, att de mår bra och trivs, att de inte far illa, att respekten mellan lärare och elev finns och mellan elev och elev för att de ska känna trygghet hos mig och i klassrummet.

I den andra intervjun, berättade Joy att man känner sig trygg när man ser självsäkerheten i sin egen roll som lärare och ens egen struktur.

Joy: Det är spännande att arbeta med så många nyfikna elever som vill lära sig och att man som lärare ska lära ut.

Charlie ansåg även att man skulle arbeta med eleverna socialt, dels för att klimatet bland eleverna skulle fungera, att mindre konflikter skulle uppstå mellan lärare och elev eller elev och elev samt att man ser att eleverna mår bra av att vara i skolmiljön.

Charlie: Man ska ha respekt för eleverna.

Charlie belyser att undervisningen och interaktionen är en central och viktig del i att arbeta med eleverna och det viktigaste är att man ska tycka om dem man jobbar med, annars kan man inte lära dem någonting säger Charlie under sin intervju.

Sasha beskrev sin roll som ett heltidsjobb, hon berättade att man lär sig något nytt som lärare varje dag och man inte stannar i utvecklingen. Hon var mycket tacksam över sitt jobb samtidigt som hon log, trots att det även kunde kännas som att det var ett slitigt jobb som exempelvis att man har anmälningsplikt eller ett barn med diagnos eftersom det kräver mer energi och ansvar av läraren. Hon beskrev sitt jobb som känslomässigt och att det var mycket att tänka på, både positivt och negativt.

Sasha: Elevernas lärande går alltid före och att man har en planering och är medveten om hur eleverna ligger till. Bra, harmonisk och givmild klass vill jag ha för ett öppet och tillåtande klimat.

Elliot beskrev sitt jobb genom att upplysa att det var hennes ansvar att eleverna skulle uppnå målen och att det var hennes ansvar att eleven går mot målen, det ska vara lagom svårt lite roligt, lite jobbigt och det ska vara lustfyllt och lagom.

Elliot: Det är en rolig utmaning. Jag vill ägna min tid mest åt lektioner, där trivs jag bäst.

Det är ett kreativt jobb antydde Elliot, det står inte i läroplanen hur man ska göra för att eleverna ska uppnå målen.

7.1.2 Betydelsefullt

Det som var mest betydelsefullt för Kim i hennes arbete var när hon såg kunskapsutveckling hos eleverna. Hon tyckte att hennes roll var mer än ett yrke, hon ansåg att man var lärare hela tiden. Det händer någonting hela tiden, det kändes nästan som en livsstil för henne. Det är viktigt att barnen ser att man har struktur och att hon själv som lärare känner att man har det. Kim berättade att hon kände glädje när man får kompetensutveckling och ha kännedom att det finns mer saker att lära sig som man sedan kan lära barnen också.

Charlie: När man följer dem årskurs för årskurs ser man vilken kunskapsutveckling de har gjort. Lärare är man hela tiden och det blir en del av personligheten. Barnens kunskapsutveckling anser jag vara allra viktigast, huvuduppdraget, att de uppnår kraven och att de blir så bra som möjligt.

Charlie beskrev yrket som mycket viktigt, man är en förebild för eleverna samt att man ska besitta en kompetens. När han upplever arbetsglädje är exempelvis när en elev i tidigt läsår knäcker läs-koden. Charlie ansåg även att man skulle vara en auktoritet, men inte en auktoritär.

Charlie: Lärarens roll är mycket viktigt och man ska ha ett filter framför sig för att kunna sälla bort det mindre viktiga, det är hända att man stannar på små detaljer och fastnar mer på det som är roligt än det som är givande, det är viktigt att man hittar tillbaka till uppdraget och följer kursplanerna. Jag tycker det är ett av de viktigaste jobben att vara lärare och det är viktigt att man tar det på största allvar.

I intervjun med Sasha belyste hon att det var mycket meningsfullt och därför studerade hon till lärare i de yngre åldrarna. Det hon tyckte var meningsfullt för hennes roll i skolans värld var elevernas utveckling. Även när eleverna visade förtroende och tillit till henne som lärare att kunna komma fram till henne och berätta vad det är för problem som uppstått.

Elliot: Grundinställningen för mig är att barnen ska känna sig trygga, att de ska trivas i skolan, med sina raster och lektioner. Trivs inte barnen så lär de sig ingenting. Det är för att barnen ska få lust att lära och känner dem lust, då blir jag glad.

Elliot beskrev att hon trivdes på sitt arbete som mest när hon fick vara med sina elever i undervisningstillfällena och kände sig stolt över sina elever när de gjorde framsteg i sin kunskapsutveckling.

7.2 Analys av Lärarens roll

7.2.1 Arbeta med människor

Intervjuerna med lärarna visar att de har gemensamma inställningar när de gäller att arbeta med människor. Deras roll bidrar till kunskap, trygghet och utveckling, att man ska arbeta med eleverna socialt så att de trivs i klassrummet, med sin lärare och i sin egen skolmiljö. Kim beskriver att det är viktigt att eleven mår bra i skolan, inte far illa och att man ser eleven samtidigt som eleven får en god utveckling.

Detta kan tolkas från Kvelis (1996) beskrivning av att vara lärare, om de olika faktorerna som har stor roll i att vara lärare, där bland annat en god relation mellan lärare och elev innefattar.

Kim: Det är viktigt att man ser eleven, att de mår bra och trivs, att de inte far illa, att respekten mellan lärare och elev finns och mellan elev och elev för att de ska känna trygghet hos mig och i klassrummet.

Ovan beskriver citatet att uppfattningen om att arbeta med människor en central del i att vara lärare, att man är medveten om att elever har olika erfarenheter och bakgrund vilket innebär att alla elever har olika behov och det är viktigt att man som lärare har en positiv inställning hos eleverna. Detta kan tolkas utifrån hur vad Kveli beskriver om huvuduppgiften hos läraren, att främja den totala personliga utvecklingen hos eleverna för att de inte ska känna sig utanför utan sedda för att sedan kunna vara mottaglig för kunskapsupphämtning (Kveli, 1996).

Joy berättade att man känner sig trygg när man har självsäkerhet och att det är spännande att lära ut så många nyfikna elever.

Sasha: Elevernas lärande går alltid före och att man har en planering och är medveten om hur eleverna ligger till. Bra, harmonisk och givmild klass vill jag ha för ett öppet och tillåtande klimat.

I Sashas uttalande beskrev hon sitt arbete som ett heltidsjobb men att hon var mycket tacksam över sitt arbete. Den struktur och självsäkerheten som Joy beskriver och Sashas beskrivning om klassmiljön innefattar Kvelis uttalanden om lärarens roll. För att Joy och Sasha ska kunna förmedla kunskaper och ansvar för eleverna behöver de skapa en god miljö för eleverna att trivas i. Man lär känna eleverna och har en bra och fungerande relation med dem för att kunna ge utbildning och grundläggande värderingar till eleverna för det framtida samhället (1996).

Som Häggqvist skriver i sin avhandling så behövs det att en bra miljö för att främja ett gott välbefinnande (2004). Genom att lärarna ser till att eleverna mår bra och arbetar med att eleverna ska känna sig trygga finns det en större möjlighet att eleverna och lärarna känner glädje i sin miljö.

Den mest lämpliga egenskapen jag anser vara uppkomsten av arbetsglädje för dessa lärare är intresset för att arbeta med eleverna. Lärarna beskrev det som att det är deras roll att eleverna ska uppfylla sina mål. Att man ska arbeta med eleverna socialt för att mindre konflikter ska uppstå. Charlie som upplyste att interaktionen och undervisningen var en viktig del att jobba med sa även att man ska tycka om och respektera eleverna man jobbar med. Att man är engagerad och tycker om dem man arbetar med finner man flow och är en egenskap för att finna arbetsglädje (Csikszentmihalyi, 2006).

7.2.2 Betydelsefullt

Det som var mest betydelsefullt för samtliga lärare var kunskapsutveckling hos eleverna, att det kändes bra med att de hade bidragit med någonting. Kim tyckte att hennes roll var som en livsstil, att det inte bara gick att sluta vara lärare efter jobbet. Att barnen känner lust att lära känner sig ger Sasha inre glädje. Charlie beskrev att lärarens roll är att besitta en kompetens och tyckte att det var ett av de viktigaste jobben.

Charlie: Lärarens roll är mycket viktigt och man ska ha ett filter framför sig för att kunna sålla bort det mindre viktiga, det kan hända att man stannar på små detaljer och fastnar mer på det som är roligt än det som är givande, det är viktigt att man hittar tillbaka till uppdraget och följer kursplanerna. Jag tycker det är ett av de viktigaste jobben att vara lärare och det är viktigt att man tar det på största allvar.

Dessa komponenter, att elever visar intresse och kunskapsutveckling får lärarna att känna att sin roll som betydelsefullt. Genom att fokusera på det som är givande och att följa uppdraget visar på det hållbara lärandet som Holmqvist (2011) skriver om. Läraren bidrar med att eleven får ett förändringsbart lärande eftersom Charlie fokuserar mer på det som är viktigt. När Charlie beskriver att det är viktigt att ha ett filter framför sig kan tolkas utifrån vad Csikszentmihalyi skriver om flow (2006). När läraren presterar sitt bästa och slukas upp i sitt arbete eftersom lärarna känner eleverna och vet hur man ska undervisa sin klass. För att uppleva flow ska man känna att en uppgift är genomförbar. Lärarna håller en balans mellan möjlighet och skicklighet känns utmaningen som utförlig. En form av feedback är när den uttrycks i att man själv ser resultat och det får lärarna genom att de ser att eleverna visar kunskapsutveckling (Csikszentmihalyi, 2006). Upplevelsen av flow har då visats genom att lärarna har fått vetskapen om att det de har gjort har lett till ett resultat.

Citatet ovan beskriver Charlie uppfattningen att man ska ha fokus på det man arbetar med och att sälla bort mindre viktiga exempelvis hamna på smådetaljer kan leda till att man kan komma av sig. Detta kan tolkas ur vad Landin och Hellström (2004) skriver om fördelarna och nackdelarna med det administrativa arbetet. Charlie menar att man ska fokusera och hålla sig till det som är givande och huvuduppdraget kan tolkas som att det är viktigt att vara administrativ. Syftet är att hålla sig till sina planeringar och huvuduppdraget och genom att vara en administrativ person gör att man får sina planeringar genomförda vilket är en fördel i sin verksamhet (Landin och Hellström, 2004). Detta motsäger Brantes avhandling av att dagens lärare inte längre finner välbefinnande i deras arbete trots de förändrade arbetsvillkoren som har ändrats av lärare (2008). Trots de krav lärarna har finner de balans i sitt arbete när de ser resultat i deras utförda arbete.

Att lärarna känner glädje och mår bra när eleverna visar utveckling och trygghet tolkar jag som att de är medvetna om vilka komponenter främjar hälsa hos dem. De tänker på det salutogena synsättet, vilket är det synsättet när individen fokuserar på vilka faktorer som bidrar till positiva hälsoeffekter (2005:28-39). Istället för att tänka på vad det är som gör dem stressade och mår dåligt tänker lärarna på vad det är som gör att de är kvar i sitt yrkesval, att det är betydelsefullt och ger dem glädje.

7.3 Resultat - Arbetsmiljö

7.3.1 Föränderligt

Kim beskrev att man ständigt ska söka sig till nya utmaningar, trots motgångar, att man ska söka sig efter en kompetensutveckling. Det är ett evigt lärande.

När jag frågade om vilka förväntningar de hade när de kom in i arbetlivet trodde samtliga att de skulle vara mycket enklare. Charlie hade förväntat sig att man endast skulle fokusera sig på sin undervisning, planering och klass eftersom det var det utbildningen fokuserade mest på.

Charlie: Jag trodde att jag skulle fokusera mer på min undervisning och klass.

Men det visade sig vara mycket mer berättade han, det kollegiala och det administrativa. Föränderligt var ett begrepp som Joy nämnde många gånger och jag bad om ett djupare svar. Joy beskrev yrket som komplext, under sin utbildning hade det fokuserats mycket på praktiken metodik och didaktik samt se undervisningstillfällena. Den delen man såg mest var klassrumsdelen men han antydde på att det var en sådan enorm stor del vid sidan om också, det administrativa. Utöver det så ansåg Charlie även läroplanen som föränderlig, lpo94 tycktes vara en mer svårtolkad läroplan och att många lärare hade svårt att fokusera på själva uppdraget. I lpo94 fanns det inga särskilda mål som ska vara specificerade i vissa klasser medan i nya, Lgr11 så är det mycket tydligare om vilka ämnen som skall uppnå.

Joy: Som lärare så måste man vara beredd på att det är föränderligt, dels att läroplanen har förändrats och det är nya kursplaner man ska följa.

Läroplanen beskrevs som ganska massiv och det är mycket som ska hinnas med för elevernas skull.

Elliot: Det är ett krävande jobb och kraven har ökat de senaste åren när det gäller exempelvis dokumentation, nya riktlinjer, mål och omdömen samt den nya läroplanen. Skolan är verkligen i fokus nu och det märker man bland annat när man ser utbildningsministern Jan Björklund på tv, radio och tidningar varje vecka.

Om man tänker på skolan historiskt så var skolan en sådan hierarki, man hade respekt för skola och eleverna fick endast sitta på skolbänken och upprepa. Nu är det väldigt

många som har synpunkter om skolan och också föräldrar kan förändra eller ha åsikter kring ens undervisning så man blir tvungen att förbättra den.

Samtliga lärare påpekade mycket på att yrket var föränderligt och mestadels att det administrativa, dokumentationen börjat ta mycket mer plats i arbetet vilket gör planeringen lidande.

7.3.2 Administration

När jag frågade hur Kim hur hon upplevde sin arbetssituation fick jag denna beskrivning:

Kim: Trots att man är mycket med eleverna så är det en hel del administrativt man ska ta hand om och periodvist kan det bli stressigt exempelvis då resultat ska utvärderas, skriftliga omdömen som ska skrivas samt utvecklingssamtal. Eftersom det är så många elever man har ansvar för själv så tar det mycket tid och det kan hända att man tar med mig arbetet hem periodvis.

Joy berättade att man skulle kunna jobba hur mycket som helst men att hon hade lärt sig att prioritera vad hon ska arbeta med först, det som tar mycket tid från hennes lektionsplanering är pappersarbete så som åtgärdsprogram, pedagogiska utredningar och uppföljningar. Hon berättade när hon började arbeta i den skolan hon är i, tog med sig arbetet hem varje dag men att i nuläget försöker hon ta med sig så lite som möjligt. Hon berättade även att man blir bättre på att planera med tiden.

Joy: Det finns upp och nergångar men när jag tänker på helheten så blir det bra

Charlie berättade att läraryrket var mycket komplext, en del är klassrumsdelen när man är med eleverna men det är en sådan enorm del vid sidan av också, det administrativa. Att försöka planera sitt arbete är viktigt för att hinna göra allt i tid berättade Charlie, annars blir undervisningen lidande om man inte hinner göra sina planeringar.

I den fjärde intervjun med Sasha beskrevs det att lektionsplaneringen är mycket viktig i lärarens roll men dock kan den bli lidande eftersom det administrativa tiden tar mest tid. I början av terminen gör man en grov planering samt hur lång tidsramen ska vara för

varje moment. Den detaljerade planeringen inträffar veckan innan så man vet vad som skall ingå den veckan man planerar för. Det händer ofta att dem tar arbetet hem, det ställs mycket mer krav på lärare och även förskolelärare berättade hon, det blir mycket mer administration och tiden räcker inte till. Sasha upplevde sitt arbete som ett heltidsjobb.

Elliot berättade läraren om *arbetstidsavtalet* som går ut på att läraren jobbar 45 timmar i veckan vilket innebär att loven är inräknade och blir de fem timmarna extra man arbetar blir som kompletterings tid.

Elliot: Av de 45 timmarna man arbetar i veckan är det 35 timmar som ska vara på arbetsplatsen. Så 10 timmar får man göra vad man vill, som kallas för förtroende tid. Jag tror inte jag jobbar mer än det, så att ta hem jobb väljer man att göra om man vill göra pappersarbetet på arbetsplatsen eller hemma. Detta är ganska viktigt att veta så att man som lärare jobbar dem timmarna man ska arbeta och att timmarna tas ut i komp när man är ledig under loven och inte kännas att man tas för givet.

7.3.3 Kollegialt

Under mina frågor om vad vika aspekter som gjorde deras arbete mest givande, svarade dem att det bland annat var att respektera sina medarbetare, sina kollegor därför valde jag att skriva om det kollegiala i en egen kategori.

Att trivas på sitt arbete är bland det viktigaste att känna annars kan man inte göra ett bra jobb beskrev Kim, man ska känna att det är roligt att gå till jobbigt. Det är svårt att behålla sin glädje om man inte trivs med sina arbetskamrater eller med själva jobbet. Det är viktigt att man har ett samarbete med arbetslaget och kollegorna.

Charlie ansåg att det var mycket viktigt ingå i ett professionellt kollegium. Att ingå i en lärargrupp som har hög nivå som inte bara duttar och provar roliga små teman utan att det är baserat på forskning. Man alltid ska sträva efter att bli bättre och när man fastnar kan man utbyta idéer med kollegor för vidare utveckling. Charlie beskrev att arbetet med kollegor kan vara bra exempelvis när man gör en tydlig planering med sina kollegor och sedan när man utvärderar och märker att det gav både lärare och elever höga resultat.

Charlie: Man ska inte tro att man är färdigutbildad att hela tiden utan att man ska sträva efter att bli bättre.

Absolut bästa tipsen berättade Joy var att hela tiden söka sig som enskild lärare medvetet till de lärare som man tycker är bäst för de kan lyfta väldigt många i sitt uppdrag.

Joy: I det kollegiala samarbetar man, man ska trivas med sina kollegor eftersom man träffar dem dagligen. Eftersom man jobbar så nära varandra då gäller det att ha ett professionellt högt tak och att man vågar ha livliga situationer och vågar ifrågasätta sig själv och andra.

Sasha berättade att feedback från både kollegor och chefer är mycket viktigt för att tycka om sitt jobb, att man måste ha en fungerande organisation. Hon trodde det skulle vara svårt att behålla arbetsglädjen vid liv om man hade kollegor som var mycket frånvarande eftersom arbetet blir tufft och man får göra mycket själv. Eftersom det man har planerat tillsammans får man då göra själv fast man kan även se det som en utmaning berättade hon. Man finner glädje när man har ett gott utbyte av andra lärare i arbetslaget och man får input och kan diskutera om olika saker. Man ska inte känna sig ensam i sitt arbete, man har kollegor som man kan få idéer av om man känner att man har fastnat. Att vara lärare i dagens läge är inte samma sak som för flera år sedan, nu arbetar man inte själv utan i ett arbetslag.

Elliot ansåg att det var viktigt att man skulle trivas med sin klass men även trivas med sina kollegor eftersom det är mycket tid som spenderas med dem. Det gäller att vara positiv och öppen för nya idéer och lyssna på sina kollegor.

Elliot: Det är svårt att må väl på jobbet om du inte trivs med dina kollegor

7.4 Analys av arbetsmiljö

7.4.1 Föränderligt

Samtliga lärare förväntade sig att yrket skulle vara mycket enklare när de kom ut till arbetslivet efter deras studier. Kims uttalande om att man ständigt ska söka sig till kompetensutveckling, eget utvecklande, får mig att tänka på hur Csikszentmihalyi (2004) beskriver att människor ska njuta på själva processen av det man gör och inte endast tänka på slutresultatet. Att tänka på att det är ett evigt lärande och att man kan även lära barnen det man lär sig. Precis som Kim uttalar sig stämmer det överens med Csikszentmihalyi framställning om att människan letar efter ett ständigt utvecklande (2004). För att utveckla förmågan att lära behöver man tänka på nytt och det visar Kim och även Charlie genom att söka sig till nya utmaningar (Holmqvist, 2011).

Charlie trodde att man skulle fokusera mer på sin klass, planering och undervisning fast det visade sig vara mycket mer. Man arbetar i arbetslag och administrativt. Han nämnde även att man som lärare ska vara beredd på att yrket är föränderligt och att den nya läroplanen är mer tydlig nu än den förra. Charlie och Kim visar att dem är medvetna om det kan komma nya påfrestningar i deras yrke som till exempel det administrativa arbetet men att de kan hantera det i sin tillvaro. Detta är tydliga aspekter att ha bra flow i sin tillvaro och ett högt KASAM (Antonovsky, 2005).

Läroplanen har ändrats med åren, parallellt med samhällets utveckling och tydligare riktlinjer och kursplaner finns till skillnad från den gamla läroplanen, lpo94. Brante (2008) skriver att lärarens inte känner välbefinnande på grund av sin arbetssituation som exempelvis förändringar i läroplanen. Den nya läroplanen berättar Charlie har tydligare riktlinjer och kursplaner, vilket kan vara en grundläggande del som underlättar och höjer välbefinnandet hos läraren eftersom den är mer numera är tydlig. Elliot nämnde att ur ett historiskt perspektiv så kan man se att skolvärlden har förändrats mycket. Holmqvist (2011) beskrivning om att skolan förändras och går i takt med samhällets förändring ser man att lärarna medvetenhet. Lärandet blir förändringsbart beroende på den konstellation man har och hur samhället ser ut. Skolutvecklingen har gått från att memorera texter till egen informationssökning (Holmqvist, 2011).

Att Elliot uttalande om att det hennes arbete är mer krävande och massiv nu än förr kan tolkas utifrån Brantes beskrivning om lärarrollens utformning och framstår som mer komplext (2008). Ansvarsområden ska uppfyllas och det är mer krav på arbetsuppgifterna. Det kan vara en riskfaktor för att arbetsbelastningen ökar hos läraren

och inte finner ett välbefinnande i sitt arbete. Dock kan man se från tidigare svar av Elliot i resultatdelen att Elliot mår som bäst när hon ser kunskapsutveckling och är med eleverna och ser inte dessa krav som påfrestande genom att ha en känsla av sammanhang. Det innebär att hon tar det yttre stimuli och sätter det i ett sammanhang för att finna meningsfullhet (Antonovsky, 2005).

7.4.2 Administration

Kim uttryckte sig om att det administrativa arbetet börjar ta mer plats i hennes arbete och det kan hända att hon tar med sig arbetet periodvist hem för att hinna klart kan kopplas till Brantes beskrivning om att lärarens arbete har blivit mer komplext och att det utökade ansvaret. Enligt Brante så sjunker lärarnas välbefinnande på grund att dessa förändringar (2008).

Joy berättade att hon kunde känna upp och nedgångar men när hon väl tänkte på helheten så kände hon att det var bra. Trots yttre stimuli som kan ge motgångar så tänker Joy på vad som ger henne hälsa visar på att hon har ett starkt KASAM (Antonovsky, 2005).

Sasha beskrev att det detaljerade planeringen kunde bli lidande eftersom det administrativa började ta mycket mer plats, ibland kunde hon ta arbetet hem berättade hon. Sashas inställning om det administrativa arbetet påminner om Gustafsons tanke om att lärarens uppdrag har blivit mer vidgat. Gustafson (2010) skriver att lärare behöver utveckla en medvetenhet om den komplexitet som finns i arbetet för att få en fördjupad kunskap om de arbetsuppgifter man har. Min uppfattning är att Sasha var medveten om sina arbetsuppgifter men att hon gör dem hemma, frågan är om hon jobbar övertid eller tycker att det är jobbigt överhuvudtaget. Elliot däremot var medveten om arbetstidsavtalet att man arbetar 45 timmar veckan och hann med sina arbetsuppgifter.

Elliot: Av de 45 timmarna man arbetar i veckan är det 35 timmar som ska vara på arbetsplatsen. Så 10 timmar får man göra vad man vill, som kallas för förtroende tid. Jag tror inte jag jobbar mer än det, så att ta hem jobb väljer man att göra om man vill göra pappersarbetet på arbetsplatsen eller hemma. Detta är ganska viktigt att veta så att man som lärare jobbar dem timmarna man ska arbeta och att timmarna tas ut i komp när man är ledig under loven och inte kännas att man tas för givet.

Hon upplyste att man kan välja att ta pappersarbetet hem eller fullgöra det på arbetsplatsen. Med denna komplexmedvetenhet kan man skapa balans i sitt arbete och hantera de krav som ger en motsättning för att hinna med alla uppgifter man uppfylla i arbetet. Charlie, Elliot och Kim beskriver en form av begriplighet för att göra sitt arbete hanterbart uppfattar jag som de komponenter man har för att främja hälsa och för att få ett starkt KASAM (Antonovsky, 2005). För att uppleva flow behöver man vara koncentrerad och engagerad i sitt arbete, lärarna lägger upp ett mål som de ska uppnå. Att ta hem arbetet visar det motivation hos lärarna och att de har ett stort engagemang i att göra klart sitt arbete för elevernas skull. Den sortens motivation för att uppnå sitt mål visar tydliga tecken på att lärarna är målmedvetna och har ett högt KASAM.

7.4.3 Kollegialt

Utifrån svaren jag fick under intervjuerna var lärarna enade om att det kollegiala arbetet var mycket viktigt.

Kim uttryckte att det kollegiala var en betydelsefull komponent för att trivas på jobbet för ett bra samarbete. Charlie la mycket vikt på att ingå i ett professionellt privilegium för att göra sitt arbete så givande och seriöst som möjligt och att arbetet man gör är faktabaserat. När Charlie beskrev de höga resultaten man kunde uppkomma med en bra planering med kollegorna kan kopplas till när Csikszentmihalyi (2004) teori om feedback när den uttrycks som bäst är när man själv ser resultat i sina egna aktiviteter.

Joy upplyste också samarbetet med kollegorna som eftersom de kan även lyfta upp en att utvecklas.

Joy: I det kollegiala samarbetar man, man ska trivas med sina kollegor eftersom man träffar dem dagligen. Eftersom man jobbar så nära varandra då gäller det att ha ett professionellt högt tak och att man vågar ha livliga situationer och vågar ifrågasätta sig själv och andra.

Sasha uttryckte sig om feedback och en välfungerande organisation berättade Elliot om den grundläggande betydelsen i trivseln med kollegorna på sin arbetsplats. För att känna upplevelsen av flow ingår dessa komponenter, trivseln, feedbacken, känslan av att man har gjort något bra (2004). Lärarna känner att de har ett bra kollegium och när de stöter på problem kan lärarna vända sig till dem, förhållningsättet ger lärarna hjälp att sträva framåt och leder till ett starkare KASAM (2005). Det gör det lättare för lärarna att

fokusera på det egentliga arbetet och känna arbetsglädje. Lärarna känner motivation att fortsätta med arbetet genom att trivas i arbetet och i den goda förhållningsättet de har med sina kollegor. Angelöw skriver att arbetsglädje skapas i ett klimat av uppmuntran och stöd av kollegor (2006). Genom ett välfungerande samarbete på arbetsplatsen med en god kommunikation får individerna att känna god lust att vara i den miljön man befinner sig i och inte minst slutföra sina arbetsuppgifter med arbetsglädje. Lärarna får möjlighet att känna sig tillfreds med sin arbetsituation och med deras arbetsinsatser (Angelöw, 2006).

8. Slutdiskussion

Under detta avsnitt kommer jag att sammanfatta de resultat jag kom fram till. Tillsammans med syftet kommer mina frågeställningar att besvaras. Syftet med min studie är att studera om vad fem lärare i grundskolans tidigare år anser om innebörden att vara lärare är samt hur de tolkar begreppet arbetsglädje.

8.1 Vad anser dessa lärare om innebörden att vara lärare?

Samtliga lärare jag intervjuade syftade på först och främst, viljan att arbeta med människor och även fokusera på huvuduppgiften, främjandet av elevernas kunskapsutveckling. Innebörden med att man bidrar med kunskap och att få eleverna att känna sig trygga var en central utgångspunkt för dem i deras roll som lärare.

Som lärare ingår man i ett arbetslag och det är olika uppdrag som ska fyllas genom att förstå sina handlingar och provar nya tillvägagångssätt genom den komplexa medvetenheten de har för att lyckas i sin yrkesroll (Gustafson, 2010).

Kim, Charlie och Sasha anser att läraryrket är mer som en livsstil och det är något man är hela tiden. Arbetet är betydelsefullt och man ska tycka om dem man arbetar med, både med kollegor och elever. Känslan av att man inte stannar kunskapsmässigt i sin utveckling i sin roll som lärare, att man aldrig är färdig som lärare. En grundläggande del i lärarnas utsagor är att ständigt söka sig efter utveckling och att bidra med kunskap till eleverna till blivande samhället. Att vara lärare är ett stort ansvar och det är ett väldigt komplext och krävande yrke. När man arbetar som lärare ingår man i ett professionellt privilegium, att man är en lärargrupp på hög nivå. Att undervisningen man har ska vara baserad på forskning.

Förutom att arbeta med eleverna och i klassrummet finns det även en annan del, det administrativa. Samtliga lärare ansåg att planeringstiden kunde bli lidande eftersom det administrativa arbetet började ta mycket plats. Eftersom planeringstiden blir lidande påverkar det ens klassrumsundervisning och det kan bidra till att man tar arbetet hem för att hinna med allt. Läraryrket är föränderligt och går parallellt med samhällets utveckling och lärarna är medvetna om att deras arbetssituation kan ändras. Innebörden med att vara lärare utifrån de intervjuerna jag gjorde är väldigt betydelsefullt, man arbetar med människor och att man har medvetenheten om att det är föränderligt. Det lärarna även belyste var att det inte endast var klassrumsundervisning i läraryrket utan att kravet för att jobba administrativt har också höjts för att ha mer ordning i sin verksamhet.

8.2 Vilken betydelse har arbetsglädje i lärarnas utsagor?

Jag kom fram till att arbetsglädje är en väldigt central utgångspunkt i deras yrke för de intervjuade lärarna. När elever visar kunskapsutveckling känner lärarna jag intervjuade att de har gjort ett bra jobb ifrån sig och mår bra i sin yrkesroll. Ett exempel är en elev som knäckt läs-koden och lärt sig läsa, det är ett stort bevis på att man har gjort ett bra jobb som har visat resultat. Med arbetsglädje finner lärarna sig stolta och har lust att gå till arbetsplatsen. Den kunskapsutvecklingen eleverna är lärarens bekräftelse för den pedagogiska undervisningen.

Det lärarna belyste var hur betydelsefullt det var att ha ett bra arbetslag för att uppleva arbetsglädje. Med kollegor som är engagerade och ger feedback om man har gjort ett bra arbete. Utifrån lärarnas utsagor så visar de att de har det salutogena tankesättet, att man tänker på vilka sammanhang som skapar positiva hälsoeffekter.

Min uppfattning kring arbetsglädjens betydelse utifrån lärarnas uttalanden är att det är en viktig egenskap att ha, arbetsglädje skapar förutsättningar att orka arbetsdagen och inte minst trivas där man befinner sig. Genom att ha en lärare som uppföljer sina krav som är tillfredsställd i sitt arbete skapar man även ett inflytande för eleverna att må bra.

8.3 Hur påverkar arbetsglädje den pedagogiska utvecklingen hos dessa lärare?

Min uppfattning av lärarnas uttalanden var upplevelsen av att det administrativa arbetet har börjat ta för mycket plats. Det har bidragit till att planeringstiden har blivit lidande,

detta är något som även påverkar undervisningen. Detta kan ses som en aspekt som bidrar till arbetsbelastning. Men trots att det administrativa arbetet känns som en påfrestelse för dem, ser nämligen lärarna vilka faktorer som ger dem glädje i arbetet istället. När läraren tänker på helheten och känner att det är bra, visar dem att det finns ett medvetet sökande på en bra arbetsplats. Detta tyder på att de har ett salutogent tänkande som går ut på att finna vad som skapar hälsa (Antonovsky, 2005).

Samtliga lärare ansåg att arbetsglädje påverkar dem mycket i sin arbetsplats. Genom att ha arbetsglädje på ens arbete bidrar det till hälsa och är en viktig förutsättning för en välfungerande arbetsplats och utveckling.

KASAM och flow är två hälsofrämjande begrepp som jag har utgått ifrån i denna uppsats. Lärarna jag intervjuade visar att de har flow och ett starkt KASAM. Lärarna är motiverade och har ett gemensamt mål, att bidra med kunskap för eleverna kunskapsutveckling. Motivationen får läraren att uppleva harmoni och för att fortsätta stanna kvar i det sinnesstämningen behövs det framsteg och kunskapsutveckling. Detta är en aspekt för att stiga till en högre nivå en balans mellan lärarens skicklighet och förmåga. Många av de lärarna är i detta sinne av flow, de söker ständigt efter ny kunskap och utmaningar (Csikszentmihalyi, 2004). Ju högre KASAM dessa lärare har löper de mindre risk för utbrändhet eller överbelastning och presterar bättre i deras arbete.

Denna studie visar på att elevernas kunskapsutveckling och det kollegiala arbetet är de aspekter som främjar arbetsglädje hos de intervjuade lärarna. De fokuserar på vad som skapar hälsa hos dem och lägger inte vikten på det administrativa arbetet som en motgång. Lärarna har ett genuint intresse för elevernas och sin egen utveckling. Lärarna är medvetna om att deras yrke är betydelsefullt och vilka ansvarsområden som ska fullföljas. Förhållningssättet till kollegorna är öppen och de är samarbetsvilliga, det finns möjlighet för kommunikation mellan dem i deras skola. Att ha känsla i sammanhanget och vara motiverad bidrar dessa lärare till en fortsatt förbättring i deras individuella pedagogiska utveckling och hälsa. Att vara lärare innebär att ha ett stort ansvarsområde och bästa möjliga sätt att fullfölja kraven är genom att ha arbetsglädje i sin arbetsplats. Till fortsatt forskning skulle min rekommendation vara en kvantitativ forskning för att få ett bredare perspektiv om arbetsglädje i grundskolans tidigare år.

9. käll- och litteraturförteckning

Tryckta källor

Angelöw, Bosse (2006). *Arbetsglädje: att skapa större arbetslust*. Lund: Studentlitteratur

Brante, Göran (2008). *Lärare av idag: om konstitutioneringen av identitet och roll*. Diss. (sammanfattning) Lund : Lunds universitet, 2008

Csikszentmihályi, Mihály (2004). *Flow, ledarskap och arbetsglädje*. Stockholm: Natur och kultur

Dalen, Monica (2008). *Intervju som metod*. 1. uppl. Malmö: Gleerups utbildning

Gustafson, Niklas (2010). *Lärare i en ny tid: om grundskollärares förhandlingar av professionella identiteter*. Diss. Umeå : Umeå universitet, 2010

Kveli, Anne-Marie (1994). *Att vara lärare*. Lund: Studentlitteratur

Landin & Hellström (2004). *Läraryledarskap*. Gleerups

Larsen, Ann Kristin. (2010). *Metod helt enkelt en introduktion till samhällsvetenskaplig metod* /. Johanneshov: TPB

Stukát, Staffan (2005). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur

Thomassen, Magdalene (2007). *Vetenskap, kunskap och praxis: introduktion till vetenskapsfilosofi*. 1. uppl. Malmö: Gleerups utbildning

Elektroniska källor:

Arbetsmiljöverket (2006), *Skolan*

http://www.av.se/dokument/statistik/sf/sf2006_03.pdf - 2012-10-23

Arbetsmiljöverket (2006), *Skolan*

<http://www.av.se/statistik/faktarapporter/arbetskadefakta/skolan.aspx> - 2012-10-23

Läraryrskommittén (2012), *Dags att agera när lärarna känner mindre och mindre arbetsglädje*

<http://www.lararforbundet.se/web/ws.nsf/documents/00420039?opendocument>
(2012-07-23)

Arbetsglädje i utbildningssektorn (2012)

[http://www.lararforbundet.se/web/ws.nsf/bilagor/4E0A12B424FF0499C1257A4000438766/\\$FILE/arbetsgladje_utbildningssektorn2012.pdf](http://www.lararforbundet.se/web/ws.nsf/bilagor/4E0A12B424FF0499C1257A4000438766/$FILE/arbetsgladje_utbildningssektorn2012.pdf) - (2012-10-25)

Skolverket, (2011-04-14) *Arbetsmiljö*

http://www.skolverket.se/skolutveckling/vardegrund/miljo_for_larande_och_utveckling/2.2360/arbetsmiljo-1.135135 (2012-11-16)

Otryckta källor

Intervju med Kim (2012-10-31)

Intervju med Joy (2012-10-31)

Intervju med Charlie (2012-10-31)

Intervju med Sasha (2012-11-15)

Intervju med Elliot (2012-11-15)