



BARNDOM, UTBILDNING
OCH SAMHÄLLE

Examensarbete i fördjupningsämnet fritidspedagogik
15 högskolepoäng, grundnivå

**Fritidslärares hälsa: relation mellan olika
arbetsuppgifter och hälsan**

*The leisure time teacher's health: relationship between different
tasks and health*

Johannes Skans
Arvid Annertz

Grundlärarexamen med inriktning mot arbete i
fritidshem, 180 hp
Datum för slutseminarium (2024-05-28)

Examinator: Dorota Lembrér
Handledare: Johan Deltner

Förord

Vi har båda arbetat som vikarie på olika skolor och upplevt att fritidslärare har en ohälsosam arbetssituation vilket vi har velat undersöka vidare. Under arbetets gång har vi delat upp olika delar mellan varandra men även gjort vissa delar tillsammans. Inledning, syfte och frågeställningar har vi skrivit tillsammans. Vi har även till stor del skrivit kapitlet om tidigare forskning tillsammans. De besökta skolorna har vi delat upp jämnt mellan varandra och analysdelen har vi också skrivit tillsammans. Genom hela arbetet har vi haft en ständig dialog med varandra och hjälpt varandra med alla delar. Vi vill också rikta ett stort tack till vår handledare Johan Deltner som har varit till stor hjälp under arbetets gång och gett oss tydlig och givande feedback genom hela arbetsprocessen. Vi vill även rikta ett stort tack till våra respondenter som trots tidspress har valt att delta i arbetet.

Abstract

Teachers in extended education in Sweden work not only in extended education but also during school hours and in activities between school and extended education. Therefore, teachers in extended education have a complex assignment. Studies show that teachers, both nationally and internationally, experience mental health issues or have a greater risk of experiencing mental health issues. However, few studies have investigated teachers' different work duties and mental health, especially those of teachers who work in extended education. In this text, we use a survey to explore the experienced mental health of teachers in relation to their work duties during school hours, extended education, and the activities they engage in. We use the Job demand-control-support model to interpret the respondents' answers in the survey to show that teachers generally view their mental health as healthy regarding their work during school hours, extended education and activities that connect school and extended education. On the other hand, teachers view their health as slightly more healthy during extended education than during school hours and the activities in between. Our results also show that teachers' work duties are varied, and different teachers have different work duties, contributing to their profession's complexity.

Key words: Teacher in extended education, job demand-control-support model, health, work duties

Innehållsförteckning

1. Inledning	6
2. Syfte och frågeställningar	8
3.1 Lärares hälsa	9
3.2 Fritidslärares arbetsuppgifter i olika utbildningssammanhang	11
3.3 Positionering av vår forskning i relation till tidigare forskning	12
4. Teoretiskt ramverk	14
4.1 Krav-kontroll-stödmodellen	14
4.1.1 Krav	15
4.1.2 Kontroll	16
4.1.3 Stöd	16
5. Metod	19
5.1 Enkät	19
5.1.1 Undersökningens reliabilitet och validitet	20
5.2 Urval	22
5.3 Genomförande	23
5.4 Forskningsetiska överväganden	24
5.5 Genomförande av analys	25
6. Resultat och analys	27
6.1 Fritidslärares hälsa	27
6.1.1 Fritidslärares övergripande hälsa vid olika tider på dagen	27
6.1.2 Krav-kontroll-stödmodellen - Skoltid	29
6.1.3 Krav-kontroll-stödmodellen - Fritids	31

6.1.4 Krav-kontroll-stödmodellen - Aktiviteter mellan skola och fritids.....	32
6.2 Fritidslärares arbetsuppgifter under skoltid och på fritids.....	34
6.2.1 Fritidslärares varierande arbetsuppgifter	34
6.3 Relation mellan fritidslärares hälsa och arbetsuppgifter	36
7. Diskussion och slutsats	37
7.1 Resultat i koppling till syfte och frågeställningar	37
7.2 Resultat i koppling till tidigare forskning.....	38
7.3 Kritisk reflektion kring enkätundersökning	39
7.4 Yrkesrelevans	39
7.5 Förslag till vidare forskning.....	40
8. Referenser	41
9. Bilagor	44
9.1 Bilaga 1. Förstasida i enkäten	44

1. Inledning

Fritidslärares hälsa kan påverkas av deras komplexa uppdrag. De befinner sig på olika arenor och i olika verksamheter där miljön och elevernas förutsättningar varierar beroende på bland annat styrdokument och lagar. Fritidsläraren arbetar i skolans miljöer under skolans regler och villkor på skoltid och på fritids under eftermiddagarna. Skolverket (2011, s.14) poängterar att integrationen mellan fritidshem och skola i vissa instanser leder till att skolverksamheten tar över fritidslärares tid och kraft. Djurberg (2022) skriver i en krönika att många fritidslärare upplever att de slits mellan skolans verksamhet och fritidshemsverksamheten, eftersom många numera även är ansvariga för praktiska-estetiska ämnen såväl som fritidshemsverksamheten. De upplever också att på grund av sina dubbla uppdrag, har de svårt att uppfylla något av uppdragen (Djurberg 2022).

Karlberg (2024) skriver i en artikel för Skolverket att en av lärarens många roller är att kunna finnas där för sina elever. Läraren behöver kunna skapa bra och starka relationer med sina elever för att kunna främja den utveckling som eleverna behöver. En utmaning med att skapa relationer är att det kräver mycket tid och energi (Karlberg 2024). I en artikel i Skolverket (2018) skrivs det att lärarens uppgift i stor del blir att arbeta både med elevernas lärande men också deras välbefinnande. Fritidslärarnas komplexa uppdrag har visat sig påverka deras hälsa. Läraryrket är ett av de mest drabbade yrkena när det kommer till just stress och psykisk ohälsa, något som Skolverket (2018) menar är problematiskt då skolan har trötta och stressade lärare som istället för att fokusera på sitt eget välmående ska försöka hjälpa sina elever (Skolverket 2018). Detta är något som även Kjellström, Almquist & Modin (2016, s.60) har funnit i sin forskning som visar på att 39,5 % av lärare känner sig stressade under hela arbetsdagar.

Statistiska centralbyrån (2017, s.18) visar att cirka 14% av utbildade lärare inte jobbar inom det yrke som de har utbildat sig inom. Även om 6/10 av lärarna som lämnat yrket kan tänka sig att komma tillbaka någon gång i framtiden, så menar lärarna att det finns saker som behöver förändras för att det ska ske. Ungefär 55% av de lärare som slutat medger att psykisk påfrestning såsom stress har spelat en stor eller helt avgörande roll i valet av att sluta (Statistiska centralbyrån 2017, s.18). Som visat av Statistiska centralbyrån (2017, s.18) går

det även att tyda att många lärare som slutat kommer behöva högre lön, rimligare arbetsbelastning och större möjlighet att styra undervisningen för att komma tillbaka till yrket.

Ur ett forskningsperspektiv är rollen som lärare inom fritidshem och fritidspedagogik relativt lite utforskad (Falkner & Ludvigsson 2016, s.8). Det gäller i synnerhet fritidslärares hälsa. Med tanke på att det har genomförts relativt lite forskning kring den egna rapporterade hälsan för denna typ av lärarroll, kan vårt examensarbete bidra med att utvidga förståelsen för hur fritidslärare upplever sin hälsa i relation till det arbete de utför på fritids, i klassrummet och i samverkan däremellan. Däremellan innefattar hur lärare agerar kring situationer som följer med från skoltid in på fritids och vice versa. Det kan till exempel handla om en återkommande situation som sker under skoltid som också blir aktuell att ta tag i på fritids. Samtidigt menar Falkner och Ludvigsson (2016, s.9) att fritidshemmet och därmed fritidshemslärare, ska idag i allt högre grad samverka med skolan för att hjälpa skolan uppfylla sina mål. Falkner och Ludvigsson (2016, s.17) skriver att samverkan mellan fritidshem och skola är ett av de områden inom fritidshemmet som är mest utforskat. Vi vill bygga vidare på denna forskning och intressera oss för hur fritidslärares komplexa uppdrag påverkar den egna rapporterade hälsan under skoltid, fritids och däremellan.

Vi vill med examensarbetet belysa om och hur fritidslärares olika arbetsuppgifter i skol- och fritidshemsverksamheten kan påverka deras hälsa. Vi är intresserade således för hur arbetsuppgifter i olika utbildningssammanhang (dvs under skoltid och fritids) påverkar hälsan hos fritidslärare.

2. Syfte och frågeställningar

Syftet med vårt examensarbete är att undersöka om fritidslärares olika arbetsuppgifter och olika roller (i klassrummet, på fritids och däremellan) kan påverka deras egen rapporterade hälsa på sin arbetsplats.

De frågeställningar som vi kommer utgå från i vår undersökning är följande

- Hur uppfattar fritidslärare sin hälsa i förhållande till arbete under skoltid, fritids och vid aktiviteter däremellan?
- Vilka likheter och skillnader gällande fritidslärares arbetsuppgifter kan identifieras mellan sammanhangen skoltid och fritids?

3. Tidigare forskning

I detta kapitel kommer vi presentera utvalda delar av forskningsområdet kring lärares hälsa och vilka arbetsuppgifter fritidslärare har i olika utbildningssammanhang. Den tidigare forskningen beskriver framförallt ett generellt mående när det gäller lärare. Det är med andra ord inte specifikt skrivet om fritidslärare. Vi kommer även att slutligen positionera vår forskning i relation till andras studier.

3.1 Lärares hälsa

Enligt Kjellström, Almquist och Modins (2016, s.60) går det att tyda att läraryrket anses av många lärare som stressigt. Forskningen visar att några av anledningarna är en hög arbetsbelastning med en låg känsla av stöd från de ansvariga samt att lärarna känner en mindre känsla av kontroll inom yrket. Kjellström, Almquist och Modin (2016, s.52) visar även att lärare dessutom har högre sjukdomsfrånvaro kopplat till stress än andra yrkesgrupper. Forskningen som genomförts bygger på en kvantitativ studie där det har uppskattats att 1087 lärare har deltagit (Kjellström, Almquist & Modin 2016, s.56).

De lärare som deltog i studien var högstadielärare i Stockholms kommun (Kjellström, Almquist & Modin (2016, s.57). Vidare visar Kjellström, Almquist och Modins (2016, s.60) studie att av de 1087 lärarna som deltog uppgav 39,5% att de upplever stress under hela arbetsdagar. 16% av lärarna kände även att de under den senaste veckan från att enkäten skickats ut har känt sig nedstämda i koppling till sitt arbete. Slutligen visar Kjellström, Almquist och Modin (2016, s.60) att 6,6% av lärarna känner att de har ett generellt dåligt hälsotillstånd och 14,6% av lärarna känner även att deras arbetstid används till fel arbetsuppgifter.

Dixon (2023, s.172) har gjort en litteraturstudie där hon har jämfört olika studier i Australien som handlar om lärares psykiska hälsa och generella hälsa. Studien visar huvudsakligen att studier om lärares hälsa varierar mycket beroende på var studien är gjord. Men det som Dixon (2023, s.172) pekar på är att människor som arbetar inom läraryrket generellt löper större risk för stress, utbrändhet och andra psykiska sjukdomar än människor i andra yrken. En kvantitativ studie som Dixon (2023, s.172) har analyserat visar att 58% av australiska

lärare upplever antingen mycket eller relativt mycket stress i deras arbete, något som är över genomsnittet när det gäller lärares stress runt om i världen. Dixon (2023, s.173) nämner även att det är svårt att finna exakt siffror på lärarens hälsa. Detta eftersom lärare som upplever sämre hälsa, trötthet och annan form av psykiska svårigheter i många fall väljer att avstå från att delta i forskning. Det finns även andra svårigheter när det gäller forskning om människors hälsa. Bland annat så nämner Dixon (2023, s.172) att det är svårt att sätta fingret på vad exakt det är som påverkat lärarens hälsa. Möjligtvis kan det handla om personlig påverkan eller allmän livsstress.

I motsats till forskning som visar på ohälsa hos lärare så visar en kvantitativ studie av Elvstrand, Lago och Lundqvist (2022, s.115) som bland annat undersöker fritidslärares övergripande trivsel på sina arbetsplatser, att trivseln är hög. De lärare som deltog i den utskickade enkäten trivs på sina respektive arbetsplatser även om fritidslärares arbetsuppgifter skiljer sig. Av de 63 fritidslärare som deltog i studien, menar 55 fritidslärare att de trivs på arbetsplatsen och de resterande åtta fritidslärare att de delvis trivs på arbetet men ingen vantrivs (Elvstrand, Lago och Lundqvist 2022, s.115). Många skriver i enkäten att de huvudsakligen trivs även om vissa dagar upplevs som krävande och stressiga (Elvstrand, Lago och Lundqvist 2022, s.115). I linje med föregående studie, visar en longitudinell studie från Schweiz hur fritidslärare i Schweiz upplever sin hälsa i förhållande till bland annat de krav som ställs och de resurser som finns tillgängliga på arbetsplatsen (Windlinger & Zuger 2021, s.251-255). Empiri insamlades med hjälp av en enkät som gavs ut tre gånger med ett halvårs mellanrum mellan varje enkätutskick. Det var 655 fritidslärare som deltog i första utskicket av enkäten och 441 som deltog i det tredje och sista utskicket av enkäten. Resultaten av undersökningen visar att de fritidslärare som deltog i undersökningen upplever relativt låga krav och att de i hög grad har tillgång till resurser (Windlinger & Zuger 2021, s.266). Windlinger och Zuger (2021, s.263) menar att krav och tillgång till resurser har stor påverkan på fritidslärares emotionella och mentala hälsa. Resultatet visar även att fritidslärares emotionella och mentala hälsa är i största allmänhet god. Samtidigt avråder Windlinger och Zuger (2021, s.265) från att öka kraven på fritidslärare i form av exempelvis längre arbetstider och att begränsa fritidslärares tillgång till resurser då detta kan påverka fritidslärares hälsa negativt.

Några tidigare forskningar visar att lärare i största allmänhet upplever stress och dåligt hälsotillstånd. Samtidigt finns det studier som visar att fritidslärare upplever sitt arbete som positivt. Det olika forsknings fynden som belysts ovan kretsar kring lärares hälsa under arbetstid. Samtidigt skulle det behövas fortsatt forskning som undersöker kopplingar mellan hälsa och specifika arbetsuppgifter i olika utbildningssammanhang. Speciellt i relation till en lärarkategori som fritidslärare. Eftersom de behöver vara flexibla och anpassningsbara i sin lärarutövning i förhållande till olika utbildningssammanhang, såsom klassrummet, fritids och vid aktiviteter däremellan.

3.2 Fritidslärares arbetsuppgifter i olika utbildningssammanhang

Ackesjö, Lindqvist och Nordäng (2018, s.889) har genom en enkätundersökning som sträcker sig på fem år undersökt hur lärarstudenter ser på hur och om de vill arbeta med det ämne de utbildat sig inom. Undersökningen visar att lärarstudenterna under sina studier ligger jämnt mellan om de vill undervisa i sitt ämne eller inte (Ackesjö, Lindqvist & Nordäng 2018, s.889). Undersökningen följdes upp av enkäter efter utbildningen. Sex månader efter examen undervisar bara 38% av informanterna i sitt studerade praktiska-estetiska ämne. Efter 18 månader undervisar 65% av informanterna i sitt studerade praktiska-estetiska ämne. Detta visar på att allt fler lärare efter en tid på sin arbetsplats undervisar i sitt ämne (Ackesjö, Lindqvist & Nordäng 2018, s.892). Lärarna som svarade att de har ämnesundervisning i klassrummet och fritids på eftermiddagarna upplever att arbetet i klassrummet påverkar fritidsverksamheten. Detta dubbla uppdrag påverkar fritidslärarna på olika sätt. Bland annat upplever lärarna trötthet och att de känner sig slitna efter skoldagen. Lärarna påpekar också att de har stora förhoppningar om vad de skulle kunna skapa för miljöer på fritids, något som de menar att de inte har lyckats med (Ackesjö, Lindqvist & Nordäng 2018, s.893).

I en studie av Elvstrand, Lago och Lundqvist (2022, s.108) undersöktes fritidslärares arbetsuppgifter under skoltid. 63 informanter deltog i studien, 4 av dessa arbetade enbart på fritids medan de andra som deltog hade flera olika uppdrag under arbetsdagen såsom agera vikarie, agera resurs i flex-grupper (grupper för specialundervisning) eller som extra stöd för enstaka elever (Elvstrand, Lago & Lundqvist 2022, s.115). Det finns alltså forskning som

pekar på att fritidslärare arbetar såväl på fritids som i skolans pedagogiska verksamhet inne i klassrummen.

I ytterligare en studie med avsikt att undersöka lärares mående i relation till arbetsuppgifter så skickade Karlsudd och Dahl (2022, s. 8) ut kvalitativa webbenkäter med mål att kontrollera bland annat hur fritidslärare beskriver sina arbetsuppgifter och sin profession. Karlsudd och Dahl (2022, s.11) publicerade enkäterna i en facebookgrupp med 7000 medlemmar. Det var 61 respondenter som svarade på enkäten och av de 61 var 93% behöriga fritidslärare.

Karlsudd och Dahl (2022, s.13) kan genom sin studie dra slutsatsen att arbetet som fritidslärare är väldigt varierat. Många av fritidslärarna arbetar dessutom med arbetsuppgifter som de anser vara utanför deras yrkesroll. Fritidslärarnas svar på arbetsuppgifter som borde ligga utanför deras yrkesprofession är; vikarie, lokalvård, tillsyn och uppsikt, extra omsorg och omvårdnad, insatser vid dagens början och slut, köksuppgifter, materialrelaterade uppgifter samt administrativa uppgifter (Karlsudd & Dahl 2022, s.13). Respondenter uttrycker att dessa arbetsuppgifter får dem att känna sig otillräckliga. Karlsudd och Dahl (2022, s.19) kan även se likheter kring vilka arbetsuppgifter som fritidslärarna anser ska vara deras huvudsakliga fokus. Dessa arbetsuppgifter är mer inriktade mot fritidspedagogik och handlar bland annat om att bygga relationer, undervisa genom varierat lärande, personlig utveckling och annat.

3.3 Positionering av vår forskning i relation till tidigare forskning

Den tidigare forskningen belyser hur lärare upplever sin hälsa samt vilka fritidslärare som har undervisning inom ämnen som en del av sitt arbete under skoltid. Vi vill bygga vidare på detta och undersöka fritidslärares upplevda hälsa och vad fritidslärare har för arbetsuppgifter under skoltid och på fritids. Det finns mycket forskning om lärargruppens arbetsrelaterade hälsa kopplat till arbetet sett i dess helhet. Däremot verkar det finnas mer begränsat med forskning som undersöker just fritidslärares hälsa i relation till arbetsuppgifter som är kopplade till de olika utbildningssammanhangen som fritidslärare ingår i, det vill säga i klassrummet, fritids och aktiviteter däremellan. Det har även visat sig vara svårt att hitta specifik forskning på vad fritidslärare gör under skoltid, det vill säga den tiden då

fritidshemsverksamheten inte är aktiv. Vi har även hittat likheter när det gäller tidigare forskning om det som vi vill forska om. Vårt arbete kommer att fokusera på just fritidslärares arbetsuppgifter under skoltid. Vi kommer även undersöka om det finns en koppling mellan fritidslärares arbetsuppgifter och fritidslärares hälsa. Under forskningsprocessen gick det att hitta mycket forskning om att lärare känner sig stressade och har ett ohälsosamt förhållande till sitt arbete. Något som det har forskats mindre om är kopplingen mellan fritidslärares välbefinnande och deras olikartade arbetsuppgifter. Detta arbete avser därför att undersöka hälsa på ett holistiskt sätt där både hälsa och ohälsa är av intresse.

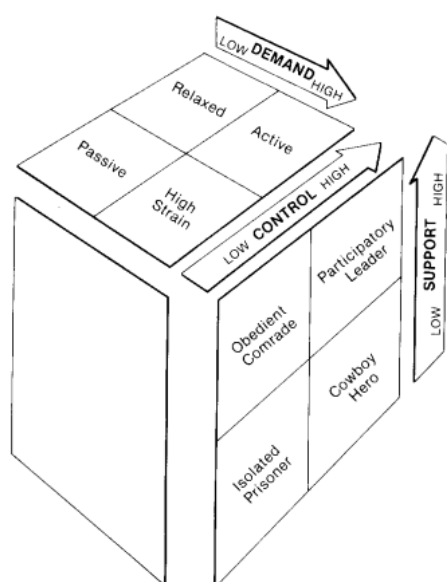
4. Teoretiskt ramverk

I detta kapitel kommer vi att beskriva och förklara de teoretiska perspektiv som använts som utgångspunkt dels i skapande av vår enkät och dels i analysen av den insamlade empirin. Vi kommer att gå djupare in på krav-kontroll-stödmodellen samt förklara de olika begreppen i modellen.

4.1 Krav-kontroll-stödmodellen

Krav-kontroll-modellen utgör ett sätt att försöka belysa vilka konsekvenser olika arbetsmiljöer har för yrkesverksammas hälsa (Karasek & Theorell 1990, s.31). Modellen består av två dimensioner som är de krav som ställs på den yrkesverksamma samt vilken kontroll den yrkesverksamma har över sitt arbete (Karasek & Theorell 1990, s.31). Samtidigt menar Karasek och Theorell (1990, s.69) att socialt stöd också har stor påverkan på yrkesverksammas hälsa. Karasek och Theorell (1990, s.69) har således valt att utveckla modellen genom att inkludera socialt stöd i modellen och därmed gjort modellen tredimensionell.

Figur 1. "A 3-dimensional model of the psychosocial work environment" (Karasek & Theorell 1990, s.70)



Den tredimensionella modellen visar åtta olika arbetsmiljöer i relation till hälsa på arbetsplatsen (Karasek & Theorell 1990, s.70). Karasek och Theorell (1990, s.70) menar att relationen mellan krav och kontroll på arbetsplatsen utgör fyra av arbetsmiljöerna och relationen mellan kontroll och stöd utgör de andra fyra arbetsmiljöerna. Vi har valt att använda modellen för att försöka kartlägga fritidslärares hälsa i relation till vilka krav som ställs på fritidslärare och i vilken grad lärare känner att de har kontroll över sitt arbete, detta i kombination med vilket stöd de har i sitt yrke.

4.1.1 Krav

Krav har enligt teorin främst att göra med psykologiska krav som ställs på arbetare. Dessa kan innebära till exempel deadlines men även ansvar för arbetsuppgifter (Karasek & Theorell 1990, s.63). En stor komponent av psykologiska krav som ställs på yrkesverksamma är den grad av arbetsbelastning som yrkesverksamma upplever att de har (Karasek & Theorell 1990, s.63). Arbetsbelastning kan enligt Karasek och Theorell (1990, s.63) upplevas vara kvantitativt, som till exempel antalet arbetsuppgifter som ska genomföras under en viss tid. Samtidigt handlar arbetsbelastning även om en kognitiv ansträngning som krävs vid organisering av arbetsuppgifter (Karasek & Theorell 1990, s.64). Detta kan till exempel vara lärare som behöver strukturera upp ett stökigt klassrum. Arbeten med höga krav kan enligt Karasek och Theorell (1990, s.70) antingen vara "active jobs" eller "high-strain jobs" beroende på graden av kontroll (se Figur 1). "Active jobs" kan enligt teorin under vissa omständigheter leda till lärande och en högre grad av motivation i arbetet (Karasek & Theorell 1990, s.32). Dock behöver detta vara kombinerat med en hög grad av kontroll. Annars riskerar arbetet att bli "high-strain" då arbetaren inte har tillräckligt hög kontroll att möta de höga psykologiska krav som ställs. Detta kan i sin tur leda till en hög grad av exempelvis stress, ångest och mental trötthet (Karasek & Theorell 1990 s.31–32).

Som kan ses i figur 1 så kan låga krav antingen leda till "low-strain jobs" eller "passive jobs" beroende på graden av kontroll (Karasek & Theorell 1990, s.70). För "low-strain jobs" handlar det om att kontrollen över arbetet behöver vara hög och därmed kan den yrkesverksamma möta de få utmaningar som arbetet tillför (Karasek & Theorell 1990, s.36). Dessa arbeten är oftast de mest hälsosamma, eftersom risken för mental påfrestning som till exempel negativ stress och ångest är minimal (Karasek & Theorell 1990, s.36). Skulle

däremot kontrollen över arbete vara låg i kombination med låga krav så finns det risk att arbetare blir omotiverade och att produktiviteten minskar (Karasek & Theorell 1990, s.36).

4.1.2 Kontroll

Kontroll handlar enligt Karasek och Theorell (1990, s.60) om arbetares möjlighet att själva kunna bestämma över sitt arbete och vad deras kompetenser ska användas till, exempelvis förmågan att kunna påverka vilka beslut som tas på arbetsplatsen. Enligt krav-kontroll-stödmodellen kan kontroll ses i relation till både krav och stöd (Karasek & Theorell 1990, s.70). Arbetare som har stora möjligheter att kontrollera sitt arbete kan antingen leda till det som Karasek och Theorell (1990, s.70) kallar för "low-strain jobs" eller till "active jobs" (se Figur 1, övre kvadraten i modellen). I de arbeten som klassas som "active jobs" och "low-strain jobs" ska arbetare känna att de har full kontroll och har friheten att välja och använda alla kompetenser som finns tillgängliga hos arbetaren (Karasek & Theorell 1990, s.35-36). Arbetare i de arbeten med hög kontroll ska kunna bestämma ett lämpligt tillvägagångssätt för att hantera en viss situation och även kunna bedöma om det har fungerat eller inte (Karasek & Theorell 1990, s.36). Slutligen så menar Karasek och Theorell (1990, s.36) att arbetare som har hög kontroll även ska kunna byta tillvägagångssätt vid misslyckande.

Som figur 1 visar så kan begränsade möjligheter till kontroll över sitt arbete leda till "passive jobs" eller "high-strain jobs" (Karasek & Theorell 1990, s.70). Det som kännetecknar att arbetare har låg kontroll är att de bland annat inte får möjlighet att prova sina idéer och utveckla sitt arbete. Detta kan i sin tur minska motivationen att genomföra sitt arbete (Karasek & Theorell 1990, s.38). Skulle däremot kraven vara höga finns risk för oönskade nivåer av stress, ångest och trötthet eftersom det då inte går att möta de krav som ställs (Karasek & Theorell 1990, s.31). Kontroll över arbetet handlar också om tydlighet i relation till arbetsuppgifter som att veta vad de olika arbetsuppgifterna innebär (Karasek & Theorell 1990, s.63).

4.1.3 Stöd

Karasek och Theorell (1990, s.69–70) menar att stöd handlar främst om det sociala stödet som finns tillgängligt på en arbetsplats. Det handlar bland annat om vilket socialt stöd som finns tillgängligt i möten med kollegor och chefer. Socialt stöd syftar till bland annat

emotionellt stöd, tillit och generell social inkludering mellan kollegor och chefer. Lågt socialt stöd kan leda till att arbetare antingen blir det som Karasek och Theorell (1990, s.70) kallar för en "Isolated Prisoner" eller en "Cowboy Hero" beroende på vilken kontroll arbetare har över sitt arbete (se Figur 1, modellens högra kvadrat). Samtidigt kallar Karasek och Theorell (1990, s. 70) de arbetare som har högt socialt stöd för "Participatory Leader" eller "Obedient Comrade" beroende på om de har hög eller låg kontroll över sitt arbete.

"Isolated Prisoner" inkluderar de som har låg kontroll över sitt arbete och har begränsat med socialt stöd från andra (Karasek & Theorell 1990, s.74). Yrken som enligt Karasek och Theorell (1990, s.74) klassificeras som "isolated prisoner" är bland annat de som arbetar inom automatiserade yrken. De som arbetar på fabriker är vanliga inom denna kategori. Karasek och Theorell (1990, s.74) menar att fabriksarbetare och tillverkarens främsta uppgift tenderar att producera så många enheter som möjligt och därmed genomföra samma arbetsprocess flera gånger utan avvikelser. Samtidigt arbetar de oftast självständigt med få sociala interaktioner med andra medarbetare och chefer. Karasek och Theorell (1990, s.74) skriver att "cowboy hero" innefattar de yrkesverksamma som också ofta är socialt isolerade från andra på arbetsplatsen men till skillnad från "isolated prisoner" har hög kontroll över sitt arbete. För att ingå i denna kategori behöver arbetare ha en hög grad av kompetens och därmed hög kontroll över sitt arbete. Inom denna kategori är exempelvis professorer vanliga.

Det som kännetecknar att en arbetare klassas som en "participatory leader" är att de ska till viss del kunna vara med och påverka vilka beslut som tas på arbetsplatsen (Karasek & Theorell 1990, s.72). De ska även uppleva socialt stöd i form av social inkludering, känslomässig support och tillit till bland annat kollegor och ledning (Karasek & Theorell 1990, s.70). De ska således ha hög kontroll och ha högt socialt stöd. Däremot behöver "participatory leaders" inte nödvändigtvis ha en ledande roll på arbetsplatsen (Karasek & Theorell 1990, s.70). Karasek och Theorell (1990, s.72) menar att lärare är ett vanligt yrke inom denna kategori.

Den sista kategori som visas i förhållande mellan kontroll och socialt stöd är den som innefattar låg kontroll men högt socialt stöd. "Obedient comrade" handlar enligt Karasek och Theorell (1990, s.74) exempelvis om att ha begränsad frihet över sina handlingar. Enligt Karasek och Theorell (1990, s.73–74) har dessa yrken låg status i samhället och arbetet sker i

bakgrunden. Undersköterskor är ett exempel på ett yrke som Karasek och Theorell (1990, s.73) menar har låg kontroll men hög socialt stöd och därmed klassas som “obedient comrade”. De har tillgång till sociala interaktioner och socialt stöd från kollegor och chefer men har mindre möjligheter att påverka många av de beslut som tas på deras arbetsplatser.

Vi använder oss av Karaseks och Theorells (1990, s.70) modell för att kategorisera och förstå fritidslärares arbetsklimat beroende på vilka krav som ställs i form av upplevd arbetsbelastning, vilken kontroll de upplever att de har över sitt arbete och vilket socialt stöd de upplever att de får. Exempelvis kan de fritidslärare som deltar i undersökningen belysa att de upplever höga krav och låg kontroll vilket i så fall kan leda till ett “high-strain” arbete.

5. Metod

I detta kapitel kommer vi att beskriva enkätundersökning som metod och motivera varför metoden har använts för att undersöka kopplingen mellan fritidslärares hälsa och arbetsuppgifter. Därefter kommer vi diskutera begreppen reliabilitet och validitet. Det kommer även synliggöras hur vi har valt att arbeta med reliabilitet och validitet. Vi kommer även diskutera och förklara vår urvalsprocess för att beskriva hur vi genomfört vår insamling av empirin. Därefter presenteras de etiska krav vi har behövt reflektera över och hur vi har gjort för att uppfylla dessa krav. Slutligen presenterar vi hur vårt insamlade material har använts i analysen.

5.1 Enkät

Om vår studie handlar om människors personliga åsikter, känslor och uppfattningar är det bäst att använda sig av en kvalitativ metod (Henricson & Billhult 2017, s.117).

Enkätundersökningar erbjuder möjligheten att bland annat undersöka människors upplevelser och uppfattningar kring ett forskningsområde (Bringsrud Fekjær 2016, s.19). Vi har i vårt arbete undersökt hur fritidslärare upplever sin hälsa och har därmed valt att genomföra en enkätundersökning i ett kvalitativt syfte. Enkätundersökningar är enligt Bringsrud Fekjær (2016, s.18) ett frågeformulär som i sin tur har olika förbestämda svarsalternativ som respondenter kan välja mellan. Enligt Bringsrud Fekjær (2016, s.13), är enkätundersökningar en vanlig metod inom framtagandet av siffror, något som ökar möjligheten att jämföra större mängder av insamlade data. Som ett exempel har vi intresserat oss för hur många fritidslärare som exempelvis upplever att de har låga krav.

Enkätstudier har många fördelar. Exempelvis blir det lättare att försäkra respondenternas anonymitet i enkätundersökningar med tanke på att det är svårare att ange och skriva frågor som innehåller känslig information i enkäter (Bringsrud Fekjær 2016, s.19). Därmed blir det lättare att uppfylla vissa etiska krav som kommer diskuteras senare. Elektroniska enkäter, som till exempel Google Forms, möjliggör även att skapa enkäter som blir tillgängliga för många personer snabbt (Bringsrud Fekjær 2016, s.19). Därför har vi valt att använda elektroniska enkäter som distributionssätt. Christoffersen & Johannessen (2015, s.85) menar

att standardiserade intervjuer oftast är lättare och tar inte lika lång tid som andra intervjuer att analysera eftersom alla respondenter svarar på exakt samma frågor. Vår uppfattning är därmed att dessa fördelar även gäller för enkätundersökningar eftersom respondenter i enkätundersökningen svarar på samma frågor, i samma ordning och har samma svarsalternativ. Därför blir det lättare att göra jämförelser mellan olika fritidslärare.

Till skillnad från intervjuer kan vi med hjälp av enkät utforma frågor och svarsalternativ som är specifikt formulerade för att respondenter ska kunna dela sina uppfattningar kring det fenomen som är av intresse. Eftersom fokuset även är att kunna se hur många respondenter som till exempel upplever att de har höga krav på sig, eller hur många fritidslärare som till exempel arbetar som vikarie under skoltid. Erbjuder enkäten fokus på siffror och möjligheter att analysera med precision (Bringsrud Fekjær 2016, s.13). Enkätundersökningar möjliggör jämförelser mellan individer (Bringsrud Fekjær 2016, s.14). Det vill säga att genom enkätundersökningar så kan vi på ett tydligt sätt se mönster mellan de olika svaren vi fått in.

5.1.1 Undersökningens reliabilitet och validitet

Reliabilitet syftar på pålitligheten och kvaliteten av resultaten från studier (Alvehus 2019, s.126). Pålitlighet och kvalitet beror på i vilken grad studiens resultat kan upprepas, förutsatt att samma procedur görs om. Christoffersen och Johannessen (2015, s.22) menar att reliabilitet kan mätas på två olika sätt. Antingen genomförs samma undersökning av samma forskare vid två olika tidpunkter som Christoffersen och Johannessen (2015, s.22) kallar för "test-retest reliabilitet". Det andra sättet kallas för interreliabilitet och innebär att andra forskare genomför samma studie och får liknande resultat (Christoffersen & Johannessen 2015, s.22). I en artikel från Stockholms universitet (2023) skrivs det att hög reliabilitet gör studien mer trovärdig eftersom studien och resultaten har kunnat upprepas. Därför strävar vi efter att synliggöra vår metod på ett transparent sätt för att på så sätt möjliggöra granskning av vårt tillvägagångssätt och skapa förutsättningar för framtida replikeringsförsök (Alvehus 2019, s.126).

Det är även väsentligt att forskarens egna normer, tidigare erfarenheter och förutfattade meningar har minimal påverkan på studien (Christoffersen & Johannessen 2015, s.155). En fråga som till exempel "Anser du att du ska hålla många eller få lektioner i veckan i ämnet

som du är behörig i?” är enligt Christoffersen och Johannessen (2015, s.156) en ledande fråga. Frågan är konstruerad utifrån forskarens förutfattade mening om att fritidslärare ska hålla i lektioner i sitt ämne. Detta leder till att svaren påverkas i en alltför hög grad av forskarens egna subjektiva åsikter och därmed också resultatet av studien (Christoffersen & Johannessen 2015, s.155). Det finns en risk att enkätstudier blir alltför vinklade eftersom respondenterna inte hittar de svarsalternativ som passar för just dem (Bringsrud Fekjaer 2016, s.19). Å andra sidan har enkäter en fördel i att vi som forskare inte kommer att vara närvarande när respondenterna svarar på frågorna till skillnad från intervjuer. Något som i sin tur minskar vår påverkan (Bernardi & Nash 2022, s.417). Dessutom gör vår standardiserade enkätundersökning att respondenternas svar blir lättare att jämföra, sammanfatta och analysera med fasta svarsalternativ (Christoffer & Johannessen 2015, s.152).

I vår enkät har vi valt att använda en femgradig skala på majoriteten av frågorna. Christoffersen och Johannessen (2015, s.157) rekommenderar användningen av femgradiga skalor i frågeformulär eftersom flera studier visar på att studiens reliabilitet blir som störst vid användning av en femgradig skala. Femgradiga skalor gör att respondenter i vår enkät kan välja att svara “varken eller” (Christoffersen & Johannessen 2015, s.158). Utan alternativet “varken eller” finns risken att respondenter måste ta ställning vilket kan minska studiens reliabilitet (Christoffersen & Johannessen 2015, s.157).

Vi har också behövt se över antalet frågor i enkäten eftersom antalet frågor påverkar bland annat engagemanget hos respondenterna. Christoffersen och Johannessen (2015, s.159) menar däremot att det inte finns något givet svar på hur omfattande ett frågeformulär bör vara men att det behöver finnas tillräckligt med frågor för att kunna svara på problemområdet. Vi har valt i vår enkät att använda begreppen från våra teorier som till exempel krav och stöd och våra frågeställningar som guide för att kunna säkerställa att vi har tillräckligt med frågor att få svar på det vi vill få svar på men inte fler.

Validitet syftar till att undersökningen stämmer överens med det som ska undersökas (Alvehus 2019, s.126). Med andra ord behöver frågorna i enkäten vara utformade på ett sätt som gör att syftet och frågeställningarna kan besvaras. Vi har således använt begreppen i de olika teorierna som utgångspunkt i konstruktionen av våra enkätfrågor. Christoffersen och Johannessen (2015, s.151) poängterar vikten av att använda frågeställningarna som

utgångspunkt i skapandet av enkätfrågor. Därför har vi också valt att låta de frågeställningar vi har och arbetets syfte styra formuleringen av frågorna för att öka arbetets validitet. Vi har även behövt tänka över huruvida respondenterna får möjlighet att faktiskt svara på det som stämmer. Med andra ord så behöver personen i fråga kunna kryssa i ett svar som hen känner faktiskt passar in på frågan. I förundersökningen med deltagare som har koppling till fritidsläraryrket valde vi att bland annat fråga ifall de uppfattade att det fanns svarsalternativ som saknades. Detta gjordes för att minimera risken att respondenter saknar svarsalternativ.

Det finns även en risk att vi som skriver frågorna redan tror oss veta svaret och att svarsalternativen blir vinklade något som i sin tur kan påverka studiens validitet (Bringsrud Fekjær 2016, s.20). Våra svarsalternativ styrs utifrån vår teori och frågeställningar, vilket är något vi inte kan ignorera. Svarsalternativen som framkommer i enkäten behöver skrivas utifrån det som vi faktiskt vill forska om. Det som Bringsrud Fekjær (2016, s.20) skriver om handlar dock om att kunna skriva frågor och svarsalternativ så att respondenterna inte blir tvungna att svara på frågor som de egentligen inte tycker de har ett svar på. Det vill säga att respondenterna mer eller mindre medvetet tar ställning till frågor som inte handlar om vårt syfte, till exempel om höga krav är bra eller dåligt. Följaktligen så genomförde vi en förundersökning med bekanta för ta hänsyn till frågor likt dessa och öka möjligheten att genomföra en enkät med hög validitet och reliabilitet (Christoffersen & Johannessen 2015, s.160).

5.2 Urval

Urval handlar, enligt Alvehus (2019, s.70) om vilka som får delta i studien och därmed vilka som får fylla i enkäten. Urvalet av eventuella respondenter varierar beroende på vilken metod som används. Eftersom vår studie utgår från en enkätundersökning så kommer vi behöva ett större antal respondenter. Detta då vi behöver kunna se likheter och skillnader mellan olika personer, något som blir tydligare med ett större antal respondenter (Alvehus 2019, s.70). För att få så hög validitet som möjligt behöver vi även säkerställa att vi kan få in den information som vi eftersträvar, dvs. fritidslärares uppfattningar om deras eget mående (här tolkat utifrån teorierna Krav-kontroll-stödmodellen), samt deras uppfattningar kring vilka arbetsuppgifter som förekommer i sammanhangen skoltid och på fritids. Respondenterna behövde därför vara

arbetande fritidslärare som arbetar både under skoltid och på fritids samt i aktiviteter däremellan. Därför har vi delvis utgått från ett strategiskt urval eftersom vi har valt respondenter utifrån våra frågeställningar och fritidslärare som kunde ge svar på våra frågeställningar (Alvehus 2019, s.71). Vi har också använt oss av ett bekvämlighetsurval eftersom vi har tagit kontakt med rektorer på olika skolor som i sin tur kontaktade sina anställda fritidslärare för att se om de var tillgängliga och villiga till att delta i vår enkätstudie (Alvehus 2019, s.72). Vi besökte fyra skolor och samlade in totalt 30 svar. Alla fritidslärare på de besökta skolorna gav sitt samtycke till att vara med i enkäten.

5.3 Genomförande

Vi började med att skriva ett första utkast av vår enkätundersökning. Denna enkätundersökning skickades därefter ut till människor i vår närhet som en pilotundersökning. Detta gjorde vi för att se om alternativen i vår enkät var tillräckliga. Vi gjorde det även för att se om det fanns några otydligheter och saker som var svåra att förstå (Christoffersen & Johannessen 2015, s.160). Enkätundersökningen är riktad mot lärare som arbetar både under skoltid och på fritids. För att vi skulle kunna få respondenter som passade in i vårt urval till att svara på våra enkäter så tog vi kontakt med rektorer som i sin tur kontaktade fritidslärare för att kunna komma ut till deras arena, det vill säga skolorna. Vi har valt att komma ut till skolor och presentera vårt examensarbete under fritidslärares arbetslagsmöte. På så sätt visste vi att de som kom på mötet var lärare som arbetar under fritids och under skoltid. Det finns ett antal anledningar till att vi valde att följa med ut till skolorna när fritidslärarna svarade på våra enkäter. Den första anledningen var för att kunna finnas där vid eventuella frågor som uppstod under enkätens gång. Den andra anledningen var för att det tydligt skulle framgå för respondenterna de etiska övervägandena (Christoffersen och Johannessen 2015, s.49). Vår uppfattning var att det var mycket lättare att tydliggöra hur vi ser på de etiska övervägandena om vi fick träffa respondenterna på riktigt och inte bara över mail. Vårt arbete har samlat in materialet via webbenkäter. Det innebär att insamlingen har skett via en elektronisk frågeundersökning med redan fasta svarsalternativ och frågor. Enkäterna har respondenterna fått via en webblänk som respondenterna själva fick skriva in på sina datorer (Bringsrud Fekær 2016, s18). En av många fördelar med webbenkäter är att forskarna kan skapa enkäter och frågor som bäst passar för just forskarnas

syfte och frågeställningar. En annan anledning är att enkäter i stort ger tillgång till respondenternas egna uppfattningar (Bringsrud Fekær 2016, s18). När respondenterna hade svarat på enkäten så fick de ett bekräftelsemail. I detta bekräftelsemail stod även våra mailadresser om det var så att respondenterna kom på några frågor efter att vi lämnat skolan.

5.4 Forskningsetiska överväganden

Vi har valt att utgå från Vetenskapsrådets God forskningsseds (2017, s.40) fyra begrepp vid insamling av empiri. De fyra begreppen finns för att skydda informanterna och för att de ska kunna känna sig trygga vid att överlämna information. De fyra begreppen är sekretess, tystnadsplikt, anonymisering och konfidentialitet (Vetenskapsrådet 2017, s.40). Men för att kunna förstå de fyra begreppen bättre vilket i sin tur leder till säkrare informationsöverlämning för respondenterna har vi tagit hjälp av Christoffersen och Johannessens (2015, s.46) beskrivningar av begreppen för att förstå dem.

Christoffersen och Johannessen (2015, s.46) benämner istället begreppen som de fyra huvudkraven och heter informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Christoffersen och Johannessen (2015, s.46) skriver att informationskravet bygger på att forskaren behöver informera sina respondenter till syftet om studien. Med andra ord så behöver forskare tydligt berätta varför frågorna ställs och till vilket syfte (Christoffersen och Johannessen 2015, s.46). Vi valde att följa med ut till skolorna när vi samlade in material. Detta gjorde vi för att kort presentera oss, vårt syfte och arbete. På så sätt kunde vi finnas där som hjälp vid eventuella frågor samt finnas där för att betona de etiska riktlinjer som vi presenterat. I enkäten har det även skickats med ett första blad där syfte, frågeställningar, forskningsetiska överväganden och så vidare står. På så sätt kunde respondenterna även läsa sig till informationen (se Bilaga 1).

Fortsättningsvis så förklarar Christoffersen och Johannessen (2015, s.46) nästa huvudkrav som innebär att forskarna behöver agera utifrån samtyckeskravet. Detta innebär att informanterna helt och hållet har rätt till att själva bestämma kring hur deras medverkan ser ut (Christoffersen & Johannessen 2015, s.46). För att försäkra oss om att deltagarna i vår enkät samtycker, är det viktigt att de fått den information som behövs för att kunna ge sitt samtycke (se Bilaga 1). Detta fick dem genom informationskravet och när informanterna

hade läst igenom första bladet på enkäten fick de själva välja om de ville fortsätta med studien eller inte. Första bladet i vår enkät fungerar som ett samtycke, det vill säga att när respondenterna valde att gå vidare från första bladet så gav de sitt samtycke.

Det tredje huvudkravet är konfidentialitetskravet. Detta innebär att respondenterna ska hållas så anonyma som möjligt. Det innebär att deras namn inte får synas i arbetet. Det ska inte heller gå att genom vårt arbete kunna lista ut vem det är som har svarat och vad de har svarat. Det gäller även att personuppgifter och liknande inte ska kunna gå att få tag i av obehöriga (Christoffersen & Johannessen 2015, s.45). Vår enkät krävde inga namn eller mejladresser och skickades ut via Google formulär. Detta innebär att inte ens vi som gjort forskningen vet vem det är som har svarat vad.

Det sista huvudkravet heter nyttjandekravet vilket innebär att vi som gjort forskningen inte får lov att använda empirin som vi fått in till något annat än just det som vi meddelat att vi kommer använda den till (Christoffersen & Johannessen 2015, s.45). Empirin får alltså endast användas till just vårt arbete och inte till något annat (Christoffersen & Johannessen 2015, s.45). De fyra huvudkraven är inte något som vi sett som en checklista. Utan de fyra huvudkraven har följt oss genom hela arbetet och respondenterna har fått möjligheten att läsa det färdiga arbetet. På så sätt har vi kunnat visa respondenterna att vi inte har använt det insamlade materialet till något annat än det som respondenterna gav sitt godkännande till.

5.5 Genomförande av analys

Enligt Christoffersen och Johannessen (2015, s.106) handlar analysen om att dela upp det insamlade materialet med syfte att kunna se mönster. Detta för att i slutändan kunna nå en slutsats som i sin tur besvarar våra frågeställningar (Christoffersen & Johannessen 2015, s.106). Efter att alla svar från enkäten samlats in kunde vi börja vår analys av det insamlade materialet. Användningen av Google formulär gjorde att vi kunde se utifrån tabeller hur många fritidslärare som svarat vad på våra frågor i enkäten som till exempel att 53,3% (16 av 30 fritidslärare) upplever sin hälsa som god under skoltid (se tabell 1 och 2 nedan). För att minimera antalet tabeller i vår resultatdel valde vi att lägga in svar från flera frågor i en tabell. Till exempel valde vi att kombinera svaren från frågorna kopplade till fritidslärarnas upplevelse av krav, kontroll och stöd under skoltid i en tabell (se tabell 3 i kapitel 6). Vi

inledde sedan vår kodningsprocess. Kodningsprocessen handlar enligt Christoffersen och Johannessen (2015, s.115) om att organisera information utifrån bland annat begrepp för att underlätta analysen. Därför valde vi att lägga in rubriker som till exempel fritidslärarnas hälsa och fritidslärarnas arbetsuppgifter och sedan underrubriker till dessa kopplade till skoltid och fritids. Det insamlade materialet tolkades därefter utifrån vår teori om krav-kontroll-stödmodellen. Till exempel kunde vi se att många fritidslärare hamnade i kvadraten “active jobs” i krav-kontroll-stödmodellen.

6. Resultat och analys

I detta kapitel vill vi presentera resultaten från vår enkät i förhållande till våra frågeställningar och där genom val av teorier. Vi kommer börja med att presentera resultaten från frågorna som är direkt kopplade till hur fritidslärare upplever sin övergripande hälsa under utbildningssammanhangen skoltid och fritids. Därefter redovisas resultaten från de frågor från enkäten som är kopplade till teorierna krav-kontroll-stödmodellen i utbildningssammanhangen skoltid, fritids och aktiviteter mellan skola och fritids. I 6.2 redovisas likheter och skillnader mellan fritidslärares upplevda hälsa under skoltid, fritids och under aktiviteter mellan skola och fritids. Denna del är relaterad till vår första frågeställning. Vi presenterar hur fritidslärare upplever sina arbetsuppgifter under skoltid och under fritids. Sedan görs en analys över möjliga kopplingar mellan fritidslärares hälsa och arbetsuppgifter under skoltid och under fritids. Denna del är relaterad till vår andra frågeställning som syftar till likheter och skillnader mellan fritidslärares arbetsuppgifter under skoltid och under fritids med koppling till hälsan.

6.1 Fritidslärares hälsa

I det här kapitlet kommer vi att presentera våra resultat kring frågorna om fritidslärares hälsa. Här kommer resultat kring hur lärarna upplever sin övergripande hälsa under skoltid, fritids och vid aktiviteter däremellan presenteras. Resultaten kommer därefter att kopplas ihop med vår teori beträffande fritidslärares känsla av krav, kontroll och stöd.

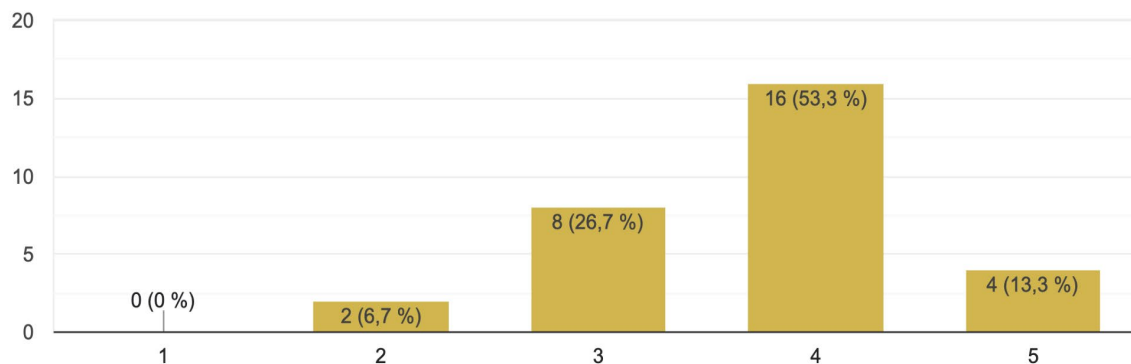
6.1.1 Fritidslärares övergripande hälsa vid olika tider på dagen

Nedan kan vi se två tabeller som relaterar till hur fritidslärare upplever sin övergripande hälsa under skoltid och under fritids. Tabell 1 är relaterad till arbetet under skoltid och Tabell 2 visar svaren på de frågor från enkäten gällande fritidslärares upplevda hälsa under fritids. De siffrorna mellan ett och fem på den horisontella linjen representerar en femgradig skala, där siffran ett innebär mycket låg hälsa och siffran fem innebär mycket hög hälsa. Tanken är att denna del ska till viss del ge underlag till att kunna besvara hur fritidslärare upplever sin hälsa i relation till sina arbetsuppgifter under skoltid och under fritids.

Tabell 1. Fritidsärares upplevda hälsa under skoltid.

Hur skulle du uppskatta din hälsa under skoltid?

30 svar

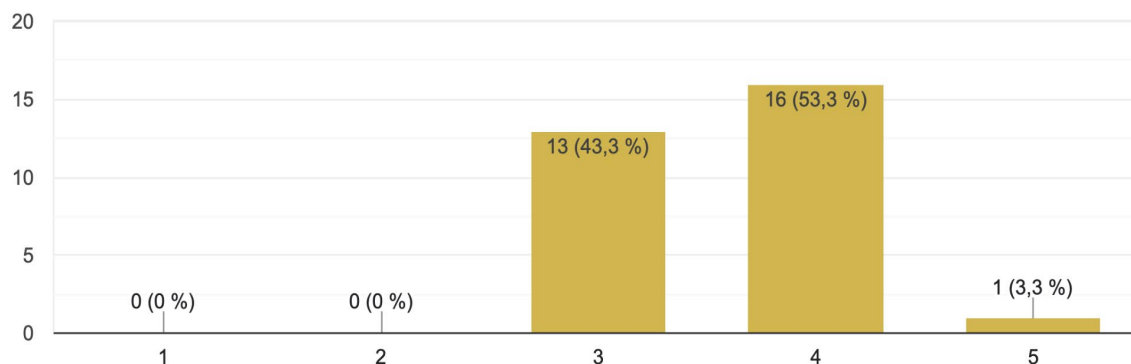


Tabell 2. Fritidsärares upplevda hälsa under fritids.

16

Hur skulle du uppskatta din hälsa under fritids?

30 svar



Resultatet visar att när fritidslärarna arbetar under skoltid upplevs deras hälsa som bra. Enkätstudien visar också att 13,3% (4 av 30 fritidslärare) upplever lärarna sin hälsa som mycket bra under skoltid, medan 53,3% (16 av 30 fritidslärare) upplever sin hälsa som bra. Resultatet visar även att 26,7% (8 av 30 fritidslärare) upplever sin hälsa som varken bra eller dålig och resterande 6,7% (2 av 30 fritidslärare) upplever sin hälsa som dålig under skoltid.

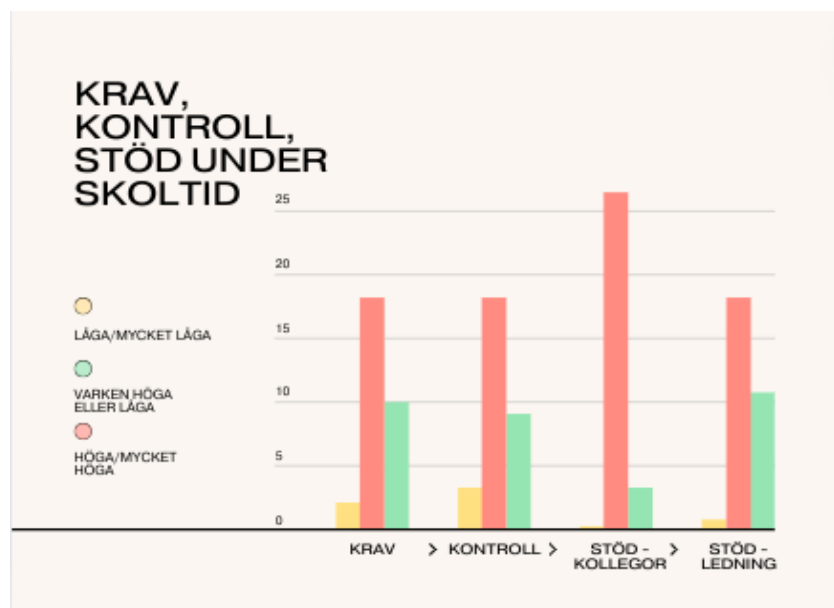
Utifrån tabell 1 kan vi se att ingen fritidslärare som varit med i studien upplever sin hälsa som mycket dålig under skoltid. Sammantaget visar dessa siffror att majoriteten av fritidslärare upplever sin hälsa som mycket bra eller bra under skoltid.

Liknande siffror uppstår när fritidslärarna uppskattar sin hälsa under fritids. Resultatet från tabell 2 visar att 3,3 % (1 av 30 fritidslärare) upplever sin hälsa som mycket bra och 53,3% (16 av 30 fritidslärare) som bra. Resterande 43,3% (13 av 30 fritidslärare) upplever sin hälsa som varken bra eller dålig. Även här visar siffrorna att fritidslärare generellt upplever sin hälsa som bra och mycket bra i arbetet under fritids. Vi kommer att återvända till dessa resultat längre ner i kapitlet för att koppla samman insamlad empiri med vårt teoretiska ramverk.

6.1.2 Krav-kontroll-stödmodellen - Skoltid

I enkäten har vi bland annat formulerat frågorna utifrån vår teori och de tillhörande begreppen. Vi inleder med resultat som kan kopplas till krav-kontroll-stödmodellen under skoltid. Därefter följer resultaten kopplade till modellen under fritids och slutligen resultaten kopplade till modellen vid aktiviteter däremellan (se Figur 1, s.13).

Tabell 3. Resultat från frågor gällande krav, kontroll och stöd under skoltid.



Resultatet från de frågorna kopplade till krav, kontroll och stöd under skoltid i enkäten visar att majoriteten, nämligen 60% (18 av 30 fritidslärare), upplever att de har höga eller mycket

höga krav på sig i sitt arbete under skoltid (se Tabell 3). Liknande siffror framkommer i frågorna om kontroll och stöd från ledningen. Till skillnad från stöd från ledningen anger 90% (27 av 30 fritidslärare) att de upplever högt eller mycket högt socialt stöd från kollegor (se Tabell 3). Få fritidslärare upplever att de har låga eller mycket låga krav, låg eller mycket låg kontroll och lågt eller mycket lågt socialt stöd från kollegor och ledning. Ingen fritidslärare uppger att de har lågt socialt stöd från kollegor. Samtidigt uppger i genomsnitt (10 av 30 fritidslärare) att de varken har höga eller låga krav, hög eller låg kontroll samt högt eller lågt stöd från ledningen. I förhållande till de krav som ställs, den kontroll och det sociala stödet fritidslärare har visar resultaten att majoriteten upplever högt eller mycket högt i de frågor som är kopplade till krav, kontroll och stöd under skoltid. Slutligen visar majoriteten av fritidslärare på god hälsa utifrån Karaseks och Theorells krav-kontroll-stödmodell (se Figur 1). Detta resultat stämmer även överens med hur fritidslärarna upplever sin övergripande hälsa under skoltid som kan ses ovan i Tabell 1. Detta resultat stämmer överens med våra respondenters svar på frågor om sin generella hälsa som redovisats ovan. Möjligtvis skulle alltså upplevelsen av krav, kontroll och stöd kunna kopplas samman med upplevelsen av hälsa.

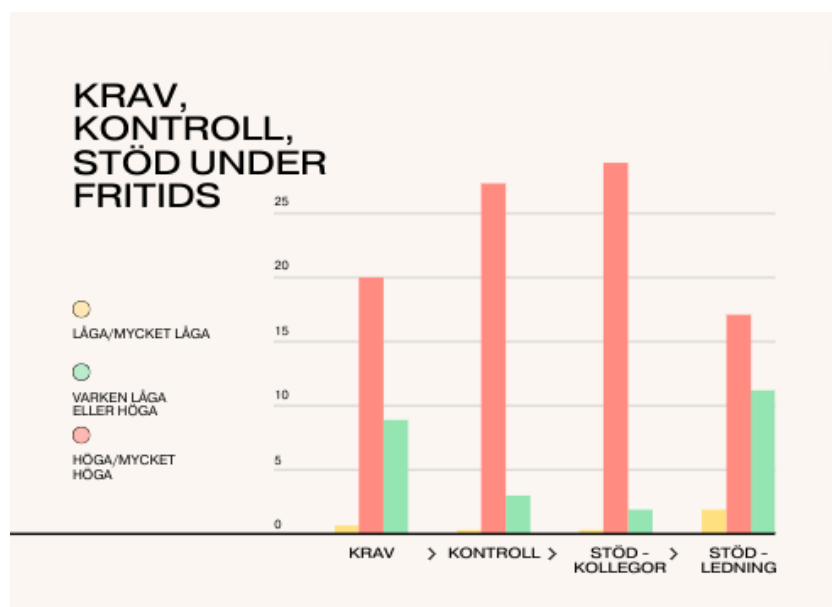
Utifrån Karaseks och Theorells krav-kontroll-stödmodell (se Figur 1) så hamnar 60% (18 av 30 fritidslärare) i kvadraten "active jobs" och "participatory leader" eftersom de upplever höga krav, hög kontroll och högt socialt stöd. Utifrån resultaten hamnar två fritidslärare i kategorin "passive" eftersom de upplever låga krav och låg kontroll (se Figur 1). Samtidigt hamnar en fritidslärare delvis kategorin "isolated prisoner" eller "cowboy hero" eftersom den har angett att den har lågt eller mycket lågt stöd från ledningen. Däremot upplever ingen fritidslärare lågt stöd från kollegor och hamnar därmed antingen i "participatory leader" eller "obedient comrade" beroende på graden av kontroll.

Karasek och Theorell (1990, s.63) menar att antalet arbetsuppgifter utgör en del av de upplevda kraven. Därmed kan olika arbetsuppgifter som fritidslärare utför (se Tabell 6 och 7) vara en bidragande faktor till att fritidslärare upplever höga krav. Många av våra respondenter anger att de upplever höga krav vilket kan leda till en högre grad av stress. Samtidigt uppger många att de upplever hög kontroll vilket indikerar att de upplever stressen som hanterbar. En slutsats skulle därför kunna vara att majoriteten av fritidslärare upplever sin hälsa som god i förhållande till arbetsuppgifter under skoltid.

6.1.3 Krav-kontroll-stödmodellen - Fritids

I följande del redovisas resultaten kopplade till de frågor i relation till krav, kontroll och stöd under fritids. Vi följer samma struktur i rapporteringen av resultaten i frågorna kopplade krav, kontroll och stöd under fritids som vi gjorde med rapporteringen av resultaten från samma frågor men under skoltid ovan. Tabell 4 nedan belyser resultaten från de frågor i enkäten som handlar om fritidslärares upplevda krav, kontroll och stöd under fritids

Tabell 4. Resultaten från frågor gällande krav, kontroll och stöd under fritids.



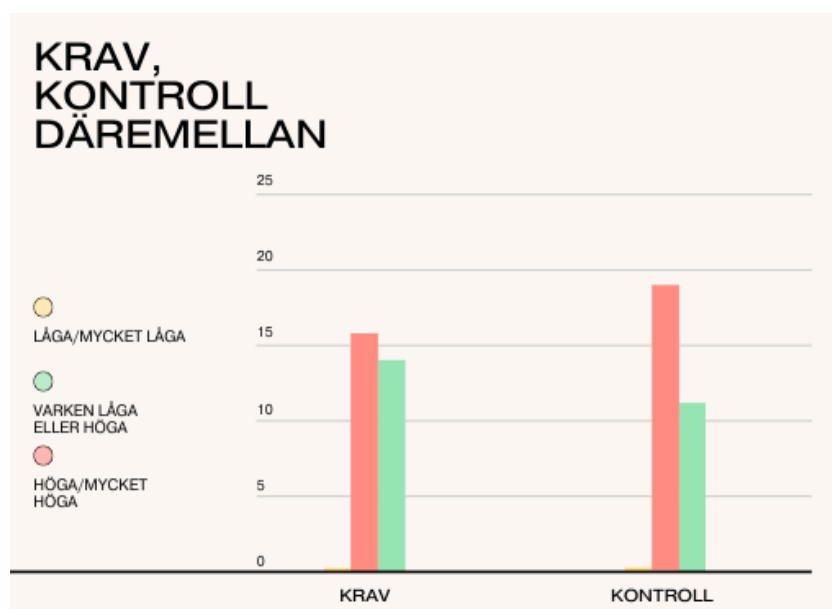
Resultatet visar att 66% (20 av 30 fritidslärare) upplever att de har höga eller mycket höga krav på sig i sitt arbete under skoltid. Däremot sker en markant ökning i de som även upplever hög eller mycket hög kontroll då 90% (27 av 30 fritidslärare) anger att de har hög eller mycket hög kontroll i arbetet under fritids. Ingen fritidslärare anger att de har låg eller mycket låg kontroll i sitt arbete under fritids. Detta skiljer sig även från det stöd kollegor känner under fritids. Runt 93% (28 av 30 fritidslärare) upplever högt eller mycket högt stöd från kollegor under fritids. Ingen på fritids upplever lågt eller mycket lågt stöd från kollegor i sitt arbete under fritids. Däremot anser 56.7% (17 av 30 fritidslärare) sitt stöd som högt eller mycket högt från ledningen. Slutligen visar fler fritidslärare att de har högre krav på sig men även högre kontroll i sitt arbete under fritids i jämförelse med samma frågor men under skoltid.

Precis som vid rapporteringen av resultat under skoltid ovan, kommer vi nu att koppla samman vår empiri som är relaterad till arbetet under fritids till de teoretiska kategorierna i krav-kontroll-stödmodellen. Utifrån Karaseks och Theorells (1990, s.70) krav-kontroll-stödmodell kan vi se att många faller inom kategorin “active jobs” eftersom de har höga krav och hög kontroll. Enligt resultaten från enkäten är det fler som faller inom denna kategori under fritids än under skoltid. Detta skulle enligt Karasek och Theorell (1990, s.35) betyda att fler upplever till exempel högre stress under fritids än under skoltid men att den är hanterbar eftersom kontrollen också är högre på fritids än under skoltid. Samtidigt är det även fler som anser att de har högre socialt stöd under fritids än under skoltid vilket innebär att fler hamnar i kategorin “participatory leader” under fritids (Karasek & Theorell 1990, s.70). Däremot skulle de som upplever att de har lägre stöd på fritids hamna i kategorin “cowboy hero” eftersom de har lägre socialt stöd men fortfarande hög kontroll (se Figur 1). Utifrån den andel som hamnar i de olika kvadraterna i krav-kontroll-stödmodellen, kan vi se att fritidslärare upplever bättre hälsa under fritids än under skoltid. Detta stämmer överens med hur fritidslärare upplever sin övergripande hälsa under skoltid och under fritids då resultaten även här pekar på att fritidslärare upplever sin hälsa som bättre under fritids (se Tabell 1 och 2).

6.1.4 Krav-kontroll-stödmodellen - Aktiviteter mellan skola och fritids

I denna del kommer resultaten från de frågor som är relaterade till krav-kontroll-stödmodellen (se Figur 1) vid aktiviteter mellan skola och fritids att redovisas. Vi följer samma struktur som vid arbetet under skoltid och under fritids ovan. Vi avslutar denna sektion med att sammanföra resultaten gällande våra respondenternas upplevelse av krav, kontroll och stöd under de olika aktiviteterna mellan skoltid och fritids. Tabell 5 nedan visar resultaten från de frågor i enkäten som är relaterade till den upplevda nivån av krav och kontroll i arbetet vid aktiviteter däremellan, det vill säga i arbetet mellan skolan och fritids.

Tabell 5. Resultat från frågor gällande upplevda krav och kontroll i arbetet mellan skola och fritids.



Majoriteten av fritidslärare, nämligen 53,3% (16 av 30 fritidslärare), visar att de upplever höga krav och 63,3% (19 av 30 fritidslärare) upplever hög kontroll. Samtidigt visar 46,7% (14 av 30 fritidslärare) att de varken upplever höga eller låga krav och 36,7% (11 av 30 fritidslärare) upplever varken låg eller hög kontroll. Ingen fritidslärare anger att de har låg eller mycket låg kontroll och låga eller mycket låga krav i arbetet mellan skola och fritids. I denna aspekt av arbetet hamnar majoriteten av fritidslärare i “active jobs”-positionen i krav-kontroll-stödmodellen (Karasek & Theorell 1990, s.70). Möjligtvis tyder det på att de upplever en relativt hög stressnivå i förhållande till denna aspekt av arbetet samtidigt som de har tillräckligt hög kontroll för att kunna hantera den upplevda stressnivån (Karasek & Theorell 1990, s.35).

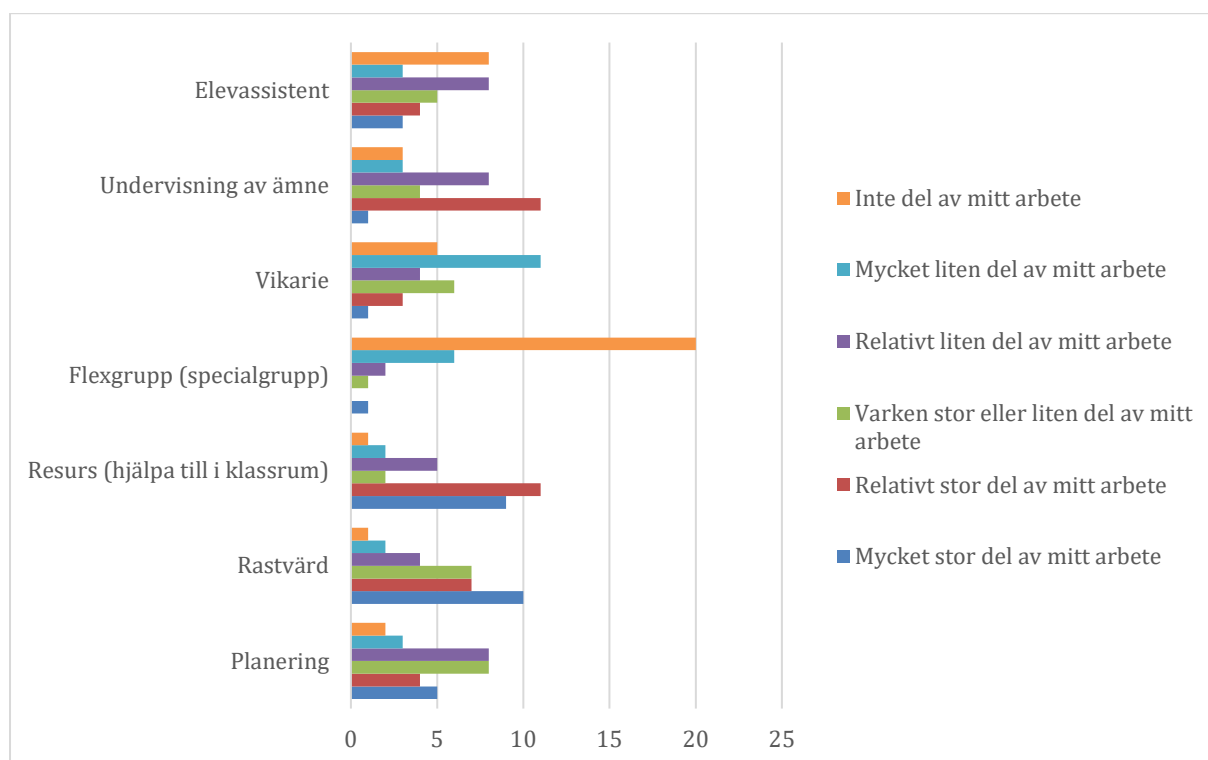
Slutligen pekar resultaten på att de flesta fritidslärare som deltog i enkäten, hamnar i kvadraten “active jobs” och “participatory leader” i arbetet under skoltid, fritids och i arbetet däremellan. Därmed visar de flesta fritidslärare att de upplever god hälsa utifrån Karaseks och Theorells (1990, s.70) krav-kontroll-stödmodell i alla tre arenor (skoltid, fritids och aktiviteter däremellan).

6.2 Fritidslärares arbetsuppgifter under skoltid och på fritids

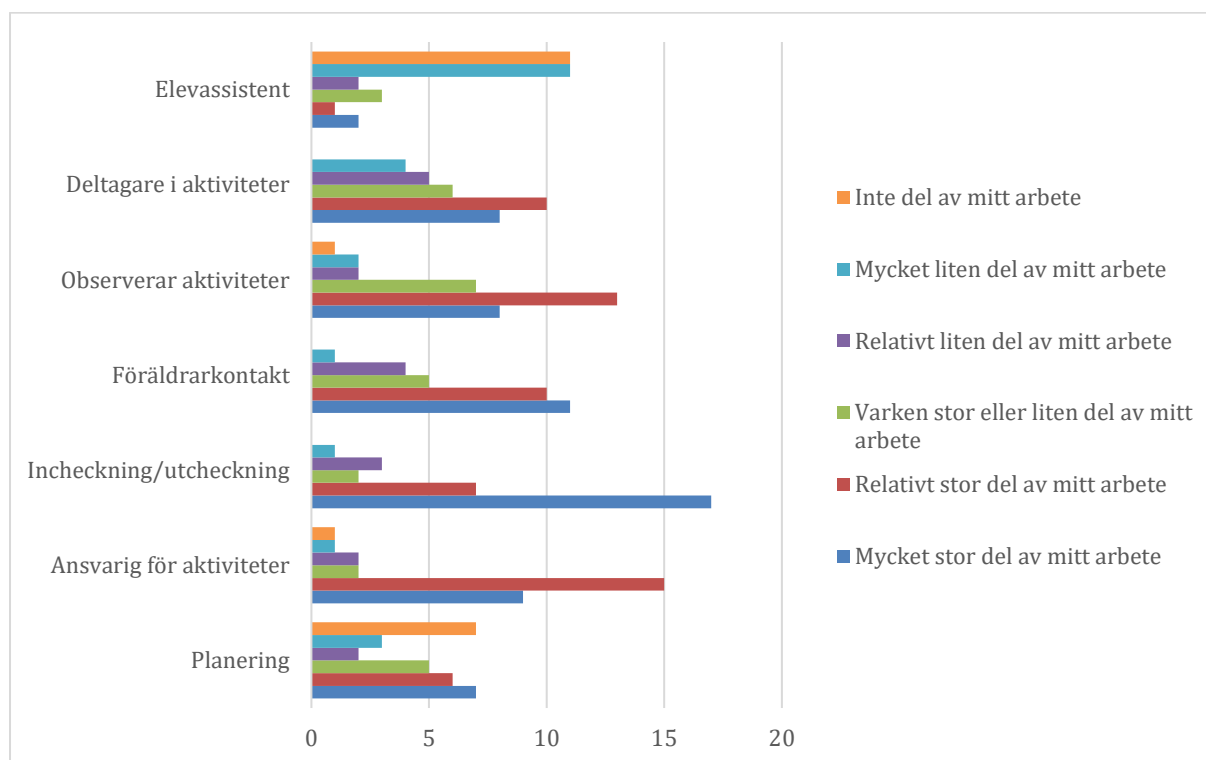
I denna del vill vi presentera resultaten från vilka arbetsuppgifter fritidslärare har under olika utbildningssammanhang, dvs. skoltid och fritids. Vi kommer bland annat redovisa vilka arbetsuppgifter som fritidslärare ägnar mest respektive minst tid åt i sitt arbete under skoltid och på fritids.

6.2.1 Fritidslärares varierande arbetsuppgifter

Tabell 6. Fritidslärarnas uppfattning av tid spenderat på olika arbetsuppgifter under skoltid.



Tabell 7. Fritidslärarnas uppfattning av tid spenderat på olika arbetsuppgifter under fritids.



Resultatet från frågorna i enkätstudien ovan visar hur fritidslärare tillbringar sin arbetstid under skoltid och fritids. Under skoltid kan vi se att arbetsuppgifter såsom undervisning av ämne, resurs/hjälper till i klassrummet och rastvärd är uppgifter som fritidslärare spenderar mest tid på under skoltid. Arbetsuppgifter som att vara i flex-grupp/specialgrupper är något som få fritidslärare spenderar arbetstid på. Vi kan även se att arbetsuppgifterna är varierande och att olika lärare har olika uppgifter. De varierande uppgifterna följer även med in på fritids. Fritidslärarna spenderar mycket tid av sina arbetsuppgifter på föräldrakontakt, deltagande, ansvarande och observerande av aktiviteter, samt incheckning/utcheckning. Under fritids spenderas det mindre tid som elevassistent. Vi kan även se att fritidslärarna lägger ner mer tid på att planera för fritids än för skoltid. I vår studie kan vi alltså se att fritidslärarna har ett jobb som kan variera mycket både från dag till dag men även från fritidslärare till fritidslärare.

6.3 Relation mellan fritidslärares hälsa och arbetsuppgifter

Utifrån båda tabellerna om fritidslärarens spenderade tid (se Tabell 6 och 7) går det att tyda att fritidslärare arbetar inom ett yrke med varierande arbetsuppgifter. Resultatet från enkäten visar även att fritidslärarna känner att de har mer kontroll över sitt arbete på fritids (Se Tabell 3 och 4) något som skulle kunna påverka fritidslärarnas hälsa positivt som negativt. Vi kan även se att de varierande arbetsuppgifterna inte har någon direkt negativ påverkan på fritidslärarens hälsa. Detta kan vi se utifrån tabellerna om fritidslärarnas hälsa (se Tabell 1 och 2) där fritidslärarna själva generellt upplever sin hälsa som god. Även om hälsan visas som något bättre vid fritids så kan vi inte se en direkt koppling mellan varierande arbetsuppgifter och deras hälsa.

7. Diskussion och slutsats

I detta kapitel kommer vi att svara på våra frågeställningar och syfte med arbetet. Dessutom presenteras en övergripande sammanfattning av resultaten från studien i relation till den tidigare forskningen och syftet samt frågeställningarna. Vidare belyser vi vilken problematik som har uppstått i samband med användningen av enkäter som metodval. Slutligen vill vi belysa vad vårt arbete kan bidra med till fritidsläraryrket samt ge förslag på hur vår forskning kan utvecklas i framtida forskning.

7.1 Resultat i koppling till syfte och frågeställningar

I vårt arbete har vi försökt undersöka hur fritidslärare upplever sin hälsa under skoltid, fritids och vid aktiviteter mellan skola och fritids. Syftet med vårt arbete har också varit att se vilka arbetsuppgifter fritidslärare har under skoltid och under fritids. Vår tolkning av empirin gällande fritidslärares hälsa under skoltid, under fritids och däremellan är att fritidslärares hälsa är generellt god med vissa undantag och att resultaten visar att fritidslärare upplever sin övergripande hälsa som bäst under fritids i jämförelse med den upplevda hälsan under skoltid och vid aktiviteter däremellan.

Vårt resultat visar att i allmänhet ser fritidslärares arbetsdagar olika ut eftersom alla inte har samma arbetsuppgifter. Vårt resultat pekar även på att fritidslärares arbetsuppgifter varierar under skoltid och under fritids vilket bidrar till komplexiteten i fritidslärares yrke.

Fritidslärare behöver därmed hantera flera olika arbetsuppgifter i flera olika sammanhang under skoltid och under fritids. Detta ställer höga arbetskrav på fritidslärare men om kraven kan matchas med kontroll och stöd i arbetet så behöver inte detta nödvändigtvis vara problematiskt. Slutligen pekar vårt resultat på att olika arbetsuppgifter och antalet olika arbetsuppgifter som fritidslärare utför inte har en negativ påverkan på fritidslärares hälsa, varken i arbetet under skoltid eller under fritids. Detta skulle kunna förklaras av att fritidslärarna i vår studie upplever att de kan hantera, förstå och kontrollera dessa krav, samt att de upplever sig ha högt socialt stöd från sin omgivning.

7.2 Resultat i koppling till tidigare forskning

I motsats till tidigare forskning stödjer vår studie inte en bild av läraryrket som domineras av ohälsa. Exempelvis så presenterar Kjellström, Almquist och Modin (2016, s.52) att läraryrket har en hög sjukfrånvaron kopplat till arbetet. Fortsatt visar även Kjellström, Almquist och Modins (2016, s.60) studie att nästan 60% av deras respondenter känner sig negativt påverkade av sitt yrke i skolan i form av stress och nedstämdhet. Detta har vi inte kunnat se i vår forskning. Dixon (2023, s.172) presenterar också genom sin forskning att även om lärarnas hälsa varierar väldigt mycket beroende på var studien görs, riskerar ändå människor som jobbar inom läraryrket i högre grad än andra yrken att drabbas av utbrändhet, stress och andra psykiska sjukdomar. Dessa siffror är inte något som speglar sig i vår studie. Enligt den tidigare forskningen tyder många studier på att lärare i största allmänhet löper större risk för utbrändhet och psykisk ohälsa jämfört med andra yrkesgrupper. Däremot visar Elvstrand, Lago och Lundqvist (2022, s.115) att fritidslärare har god hälsa och trivs på sina arbetsplatser trots att de känner en hög grad av stress. Willinger och Zegers (2021, s.266) longitudinella studie visar också att fritidslärares arbetssituation i Schweiz är god men på grund av låga krav i arbetet. I liknelse visar vår studie på att fritidslärare kan trivas i sitt yrke trots den stress som höga krav medför om fritidslärare ges rätt förutsättningar och stöd.

Gällande fritidslärares olika arbetsuppgifter visar Elvstrand, Lago och Lundqvist (2022, s.115) att majoriteten av fritidslärare agerar resurs och även har flexgrupper under skoltid. Våra resultat stödjer att många fritidslärare arbetar som resurser under skoltid men att fritidslärare arbetar med flexgrupper under skoltid strider mot våra resultat. Detta skulle kunna bero på att skolorna vi hämtade in enkäter på inte har haft lika stort behov av flexgrupper eller valt att lösa den typen av arbete på något annat sätt. Det kan till och med vara så att det finns fritidslärare som arbetar med mindre grupper men som benämner dem med ett annat ord en flexgrupp och därav inte förstått frågan. Vidare visar även Ackesjö, Lindqvist och Nordängers (2018, s.892) att en stor andel fritidslärare undervisar i ämnen under skoltid vilket är något som våra resultat är eniga med.

7.3 Kritisk reflektion kring enkätundersökning

Som tidigare förklarat finns fördelar och nackdelar med enkätundersökningar som metod för insamling av material. Det största hindret med insamlingen av materialet har varit tidsaspekten av både vårt arbete men även att fritidslärare upplever att de inte har tid att svara på enkäter. Därmed har det varit svårt att hitta skolor som är villiga att svara på enkäten. Samtidigt har alla fritidslärare från de skolor vi har besökt uttryckt att de samtycker till att vara delaktiga i enkäten. Bringsrud Fekjaer (2016, s.21) menar att bortfallet är den största problematiken med att använda enkäter som insamlingsmetod. Därför har vi försökt att begränsa antalet frågor så mycket som möjligt men samtidigt har tillräckligt många frågor för att kunna svara på syftet och frågeställningarna i vår studie. Tidsaspekten av arbetet har även bidragit till att vårt urval har blivit relativt begränsat.

Ett annat problem som uppstod i resultaten från enkäten är att en stor andel respondenter har kryssat i att de upplever "varken eller" på många av frågorna vilket är en risk med att använda femgradiga skalor. Christoffersen och Johannessen (2015, s.158) menar att många respondenter väljer att svara "varken eller" om det finns möjlighet. Samtidigt tyder forskning på att ett mittenalternativ inte reducerar studiers validitet (Christoffersen & Johannessen 2015, s.158). Om vi inte hade haft med ett mittenalternativ finns risken att fritidslärare hade behövt välja antingen lågt eller högt på frågor trots att det eventuellt inte hade varit i linje med deras upplevelse, något som också hade begränsat vår förmåga att leva upp till etiska riktlinjer kring att inte styra våra respondenter i en alltför hög grad (Christoffersen & Johannessen 2015, s.157).

7.4 Yrkesrelevans

Som Falkner och Ludvigsson (2016, s.8) skrivit är forskningsområdet kring fritidsverksamheten begränsad. Vi uppfattar också att det inte finns någon tydlighet kring vad fritidslärare har för arbetsuppgifter och därför ser olika fritidslärares arbetsdagar olika ut. Vår förhoppning är därmed att arbetet ska bidra med en större förståelse och tydlighet kring vad fritidslärare gör under sin arbetsdag samt utöka forskningen kring ett forskningsområde som är begränsat. Vi vill även med studien utöka underlaget kring hur fritidslärares hälsa ser ut eftersom vi endast kunde hitta en tidigare forskning som är specifik för fritidslärares hälsa.

Det var även svårt att hitta tidigare forskning kring vilka arbetsuppgifter som är vanliga eller ovanliga att ha under fritids. Vårt arbete belyser därmed vilka arbetsuppgifter som är vanligt förekommande under fritids och vilka som är mindre förekommande.

7.5 Förslag till vidare forskning

Som nämnt ovan är forskningsfältet kring hur fritidslärare upplever sin hälsa kopplat till sina arbetsuppgifter begränsad. Vid mer tid hade vi i vår undersökning velat utöka urvalet av fritidslärare genom att besöka fler skolor, något som hade ökat chanserna till mer tillförlitliga resultat och generalisering till en större population (förutsatt att detta större urval hade tagits fram genom slumpmässigt urval). Då hade statistiska metoder som till exempel korrelationer och regressionsberäkningar kunnat användas för att säkrare kunna se om det finns statistiska samband mellan arbetsuppgifter och hälsa. Regressionsberäkningar används för att kunna hitta samband eller korrelationer mellan två variabler (Bringsrud Fekjaer 2016, s.44). Våra resultat visar också att fritidslärares arbetsuppgifter är relativt varierande samt att de fritidslärare som deltog i undersökningen visar på relativt god hälsa. Vår förhoppning är också att det kan forskas mer om vilka arbetsuppgifter fritidslärare kan ha under sin arbetsdag samt vilka specifika arbetsuppgifter som påverkar fritidslärares hälsa/ohälsa.

För att kunna koppla specifika arbetsuppgifter till hälsa/ohälsa, hade vetenskapliga observationer kunnat genomföras som komplement till enkätundersökningar. Till exempel kan forskare genomföra en longitudinell studie genom att följa olika fritidslärares arbete under en längre tidsperiod och dokumentera arbetsuppgifter i relation till upplevd hälsa/ohälsa. Därmed kan jämförelser göras mellan forskarens och fritidslärares perspektiv och potentiellt skapa en mer nyanserad bild av fritidslärares arbetsuppgifter i relation till hälsa.

8. Referenser

- Ackesjö, Helena, Lindqvist, Per & Nordäng, Ulla Karin. (2018). "Betwixt and Between": Leisure-time Teachers and the Construction of Professional Identities. *Scandinavian Journal of Educational Research* 63(6). 884–898. <https://doi.org/10.1080/00313831.2018.1466356> .
- Alvehus, Johan. (2019). *Skriva uppsats med kvalitativ metod. En handbok*. (2 uppl.). Liber.
- Bernardi, Richard. A & Nash, Jonathan. (2022). The importance and efficacy of controlling for social desirability response bias. *Ethics & Behavior* 33(5).413–429. Tillgänglig via internet: <https://doi.org/10.1080/10508422.2022.2093201>
- Bringsrud Fekjær, Silje. (2016). *Att tolka och förstå statistik*. Gleerups.
- Christoffersen, Line. & Johannessen, Asbjörn. (2015). *Forskningsmetoder för lärarstudenter*. Studentlitteratur.
- Dixon, Joanne. (2023). Teacher Mental Health and Wellbeing: What, Why and How. *Education Research and Perspectives* 50. 158–207. https://www.erpjournal.net/wp-content/uploads/2023/12/ERP50_Joanne_Dixon.pdf
- Djurberg, Sara. (2022). Djurberg: Vad tycker ni om att vara lärare? *Fritidspedagogik: Ges ut av Sveriges lärare*. 7 december. Tillgänglig via internet: <https://www.vilarare.se/fritidspedagogik/kronika/djurberg-vad-vill-ni-bli-kallade-fritidslarare/> (Hämtad: 2024-04-03).
- Elvstrand, Helene, Lago, Lina & Lundqvist, Johanna. (2022). Fritidshemslärares arbete, trivsel, inkluderande arbetssätt och samverkan. *Forskning i Pædagogers Profession og Uddannelse* 6(2).108–121.
- Falkner, Carin & Ludvigsson, Ann. (2016). *Fritidshem och fritidspedagogik [Elektronisk resurs] en forskningsöversikt*. Kommunförbundet Skåne.
- Henricson, Maria & Billhult, Annika. (2017). Kvalitativ metod. I Henricson, Maria (red.). *Vetenskaplig teori och metod: Från idé till examination inom omvårdnad*. (2 uppl.) (ss. 115–127). Studentlitteratur.

- Karasek, Robert. A & Theorell, Töres. (1990). *Healthy Work: Stress, Productivity, and the Reconstruction of Working Life*. Basic Books.
- Karlberg, Martin. (2024). *Så skapar du goda relationer till elever*. Stockholm: Skolverket. Tillgänglig via internet: <https://www.skolverket.se/skolutveckling/inspiration-och-stod-i-arbetet/stod-i-arbetet/sa-skapar-du-goda-relationer-till-eleverna> (Hämtad: 2024-03-13).
- Karlsudd, Peter Ingemar & Dahl, Marianne. (2022). Att avlasta eller avlastas? Lärare i fritidshems uppfattningar om sin arbetssituation och behovet av lärarassistenter. *Educare* (3).1–29. <https://doi.org/10.24834/educare.2022.3.1>
- Kjellström, Jannike, Almquist, Ylva B. & Modin, Bitte. (2016). Lärares arbetsvillkor och hälsa efter 1990-talets skolreformer. *Arbetsmarknad och arbetsliv* 22(1).52–69. Tillgänglig via internet: <https://kau.diva-portal.org/smash/get/diva2:958227/FULLTEXT01.pdf>
- Larsson, Håkan. (2016). *Idrott och hälsa: i går, i dag, i morgon*. (1. uppl.). Liber.
- Skolverket. (2011). *Fritidshemmet - en samtalsguide om uppdrag, kvalitet och utveckling*. Stockholm: Skolverket. Tillgänglig via internet: <https://www.skolverket.se/download/18.6bfaca41169863e6a659537/1553963852084/pdf2623.pdf> (Hämtad: 2024-04-03).
- Skolverket. (2018). *Elevers och lärares välmående - skollärares angelägenhet*. Stockholm: Skolverket. Tillgänglig via internet: <https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning-och-utvarderingar/artiklar-om-forskning/elevs-och-larares-valmaende---skollerares-angelagenhet> (Hämtad: 2024-03-13).
- Statistiska centralbyrån. (2017). *Lärare utanför yrket*. Stockholm: Statistiska centralbyrån. Tillgänglig via internet: https://www.scb.se/contentassets/121ea989f1614ddd991b687b631edec5/uf0549_2016a_01_br_a40br1702.pdf (Hämtad: 2024-03-12).

- Stockholms universitet (14 augusti 2023) *Reproducerbarhet – en hörnpelare inom forskning*.
<https://www.su.se/nyheter/reproducerbarhet-en-h%C3%B6rnpelare-inom-forskning-1.579532> (Hämtad: 2024-04-22).
- Vetenskapsrådet. (2002). Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning. Tillgänglig via internet: <https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2002-01-08-forskningsetiska-principer-inom-humanistisk-samhällsvetenskaplig-forskning.html> (Hämtad: 2024-05-21).
- Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningssed*. Tillgänglig via internet:
<https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2017-08-29-god-forsknings-sed.html>
(Hämtad: 2024-05-18).
- Windlinger, Regula & Zuger, Laura. (2021). Job Demands, Job Resources and Well-Being Staff in Extended Education Services in Switzerland: A Longitudinal Study. *International Journal for Research on Extended Education* 9(2). 250–267.
<https://doi.org/10.3224/ijree.v9i2.02>.

9. Bilagor

9.1 Bilaga 1. Förstasida i enkäten

Fritidslärares arbetsuppgifter och hälsa

Presentation

Vi heter Johannes Skans och Arvid Annertz. Vi genomför sista terminen på programmet Grundlärare inom fritidshem på Malmö universitet.

Introduktion

I vårt examensarbete undersöker vi fritidslärares arbetsuppgifter under skoltid, på fritids och där emellan. "Där emellan" innefattar kopplingen mellan det som sker i skolan och på fritids. Vi fokuserar även på kopplingen mellan fritidslärares arbetsuppgifter och fritidslärares hälsa/ohälsa. Våra frågeställningar som vi utgår från i vårt examensarbete är följande:

- Vilka likheter och skillnader gällande fritidslärares arbetsuppgifter kan identifieras mellan sammanhangen skoltid, fritids och där emellan?
- Hur uppfattar fritidslärare sin hälsa i förhållande till arbetsuppgifter?

Vid insamlingen av svar på enkäten utgår vi från Vetenskapsrådets fyra huvudkrav gällande etiska riktlinjer:

- **Nyttjandekravet:** Svaren vi får på enkäten får och kommer endast användas till vårt examensarbete. Vi får och kommer därmed inte dela enskilda svar med någon annan men insamlade svar kommer att ligga till grund för en resultatbeskrivning som kommer att synliggöras i arbetet.
- **Informationskravet:** Vi måste förklara syftet med vår enkät och vårt examensarbete. Detta kan du läsa i frågeställningarna ovan.
- **Konfidentialitetskravet:** Vi kommer att avidentifiera den insamlade information och se till att alla svar är anonyma. Därför kommer vi inte samla in några mejladresser. Ingen kommer kunna se vem som har svarat vad. Vi kommer inte heller i vår presentation av resultaten avslöja vilka skolor vi har varit på.
- **Samtyckeskravet:** Vi behöver ditt samtycke för att kunna registrera ditt svar. Du får när som helst avbryta din medverkan i studien utan att motivera varför och då kommer vi ta bort ditt svar från enkäten.

Instruktioner

- Börja med att läsa igenom förstabladet.
- Nedan kommer totalt 26 frågor som är uppdelade i 5 kapitel.
- Den första frågan är en samtyckesfråga. Svarar du nej på samtyckesfrågan så kommer dina svar inte att användas i vårt examensarbete.
- Enkäten kommer ta ca 10 minuter att svara på.
- Har ni några frågor är det bara att fråga den ansvariga.