

Vänta, jag ska bara...

*En studie om förskollärares upplevelser av stress och hur den påverkar
verksamheten*

Jennie Lindberg
Emma Rönningsen
2016

Lärarexamen, grundnivå
Lärarexamen, 210 hp

Luleå tekniska universitet
Institutionen för konst, kommunikation och lärande

Vänta, jag ska bara...

- En studie om förskollärares upplevelser av stress och hur den påverkar verksamheten

Wait a second...

- Preschool teachers' experiences of stress and how activities are affected

Emma Rönningensén

Jennie Lindberg

Handledare: Per Högström

Höstterminen 2015

Luleå tekniska universitet

Förskolläraryrket

Abstract

Syftet med studien var att undersöka förskollärares upplevelser av stress, om bortprioriteringar gjordes samt hur de i sådana fall påverkade verksamheten. Vi utgick från en fenomenografisk grund med inriktning mot variationsteori eftersom vi ville undersöka individers uppfattningar och erfarenheter samt synliggöra variationen i dessa. Metoderna som vi ansåg var lämpliga för att besvara forskningsfrågorna var en kombination av enkäter och intervjuer. Enkäten skickades ut till 63 förskoleavdelningar på en ort i Västerbotten och analysen gjordes utifrån de 23 förskollärare som besvarat enkäten. Tre av dessa förskollärare intervjuades och intervjuerna användes för att säkerställa enkätresultatets giltighet. Resultatet visar att stress förekom hos samtliga förskollärare samt att det var olika faktorer som påverkade de olika individernas upplevelse av stress. De flesta ansåg att stora barngrupper var det som bidrog mest till att de kände sig stressade på arbetet. Andra bidragande faktorer var ljudnivå och buller, personal- och tidsbrist, antal barn per pedagog, administrativt arbete samt ökade krav på kvalitet. Resultatet visar också på att bortprioriteringar är vanligt förekommande och påverkar verksamheten negativt på flera olika sätt.

Nyckelord: förskola, förskollärare, stress, stressfaktorer

Innehållsförteckning

1	Inledning	1
2	Syfte	2
2.1	Frågeställningar	2
3	Bakgrund	3
3.1	Förskolans historiska förändring	3
3.1.1	1800-talets förskola	3
3.1.2	1900-talets förskola	3
3.1.3	Förskolans utveckling från 1900- talets slut fram till idag	4
3.2	Förskollärarens förändrade villkor och utbildning	5
3.2.1	Inträdeskravens förändring över tid hos personal i förskola	6
3.3	Förskolans verksamhet och kvalitet i förändring	6
3.4	Stress	7
3.4.1	Stress i förskolan	7
3.5	Teoretisk utgångspunkt	8
3.5.1	Fenomenografins grunder med inriktning mot variationsteorin	8
4	Metod	10
4.1	Enkäter som kvantitativ metod	10
4.2	Intervju som kvalitativ metod	11
4.3	Etiska överväganden	11
4.4	Validitet, tillförlitlighet och generaliserbarhet	12
4.5	Urval och bortfall	13
4.6	Genomförande	13
4.6.1	Bearbetning och analys av enkäter och intervjuer	14
5	Resultat	16
5.1	Hur uppfattar förskollärare att specifika faktorer i förskolans vardag kan påverka stress i arbetet?	16
5.1.1	Förekomsten av stress	16
5.1.2	Barngruppens storlek	16
5.1.3	Antal barn per pedagog	17
5.1.4	Tidsbrist	17
5.1.5	Administrativt arbete	18
5.1.6	Ökade krav	18
5.1.7	Ljudnivå och buller	18
5.1.8	Personalbrist	19
5.1.9	Arbetslagets klimat	19
5.2	Hur kan verksamheten påverkas av eventuella prioriteringar som förskollärare gör om de upplever stress?	20
5.2.1	Dokumentation och planering	20
5.2.2	Det enskilda barnet	21
5.2.3	Arbete i mindre barngrupper	22
5.2.4	Raster	22
5.3	Resultatsammanfattning	23
6	Diskussion	24
6.1	Metoddiskussion	24
6.1.1	Validitet, tillförlitlighet och generaliserbarhet	25
6.1.2	Urval och bortfall	25
6.1.3	Genomförande av analys	26
6.2	Resultatdiskussion	26

6.2.1	Förskollärares uppfattningar och erfarenheter av stress	26
6.2.2	Påverkan på verksamheten.....	28
6.2.3	Implikationer	29
6.2.4	Fortsatta studier om stress i förskolan.....	29

7 Referenslista

8 Bilagor

- 8.1 Bilaga 1- Missivbrev inför enkät**
- 8.2 Bilaga 2- Enkät om upplevd stress på förskolan**
- 8.3 Bilaga 3- Missivbrev inför intervju**
- 8.4 Bilaga 4- Intervjufrågor**

1 Inledning

Media har den senaste tiden uppmärksammat brister i förskolan och skolan, om alltför stora barngrupper och brist på behörig personal. Skolverket (2013) framhåller barngruppens storlek och personaltäthet som viktiga faktorer och som avgörande för det pedagogiska arbetet samt för barns utveckling. Lärarnas tidning har den senaste tiden haft många artiklar som behandlat ämnet stress i förskolan och visar på att det är ett aktuellt ämne. "Samtidigt som ambitionerna och kraven höjs på verksamheten, minskar förutsättningarna. Det är en ekvation som inte går ihop." (Koch, 2015, s. 8). Lindgren (2015) framhåller att många i skolväsendet väljer att arbeta deltid för att orka med sitt arbete och lyfter samtidigt att sjukskrivningarna ökat på ett oroväckande sätt. Lindgren hävdar också att det inom de närmsta åren kommer att finnas för få lärare, förskollärare och fritidspedagoger och att närmare bestämt 70 000 personer kommer att behöva anställas. För att inte dessa alarmerande siffror ska öka ytterligare poängterar Lindgren vikten av att ta vara på de som arbetar i verksamheterna idag.

I en studie utförd år 2011 i Västerbotten hade 60 % av förskollärarna för höga stressnivåer (Sjödin, 9 november, 2015). Detta anges bero på att de som jobbar med människor ofta är väldigt engagerade i sin yrkesroll och får mycket tillbaka i form av uppskattning från sin omgivning på arbetet. Först när något oförutsett inträffar blir personen medveten om sin höga stressnivå som borde ha uppmärksamats långt tidigare. Levi (2013) visar att det finns flera olika typer av reaktioner på stress. Till exempel ångest, koncentrationssvårigheter, självdestruktivt beteende eller kroppsliga stressreaktioner. Långvarig stresspåverkan kan leda till fysiska problem med värk, trötthet eller hjärt- och kärlsjukdomar.

Under våra verksamhetsförlagda utbildningar har vi uppmärksammat att många pedagoger inte hinner med allt som de skulle önska under en dag och vi tror att det kan skapa en inre stress för att de inte kan prestera som de önskar. Vi har även fått information från en kommun i Västerbotten att ämnet stress hos förskollärare varit önskvärt att undersöka (H. Åhman, personlig kommunikation, 13 maj 2015). Vi hoppas att den nyfunna kunskapen om stress ska kunna stötta oss i vårt arbete som förskollärare. Vi vill arbeta för att undvika den negativa stressen samt forma en trivsamt och främjande arbetsmiljö som i sin tur kan gynna alla barns utveckling. Vår förhoppning är att vårt arbete kan påverka samhället i stort och därmed skapa bättre förutsättningar för en mindre stressig vardag för förskollärare.

Vi har valt att samarbeta fullt ut i hela examensarbetet.

2 Syfte

Att synliggöra förskollärares uppfattningar om och erfarenheter av stress på arbetsplatsen samt undersöka i vilken utsträckning stress förekommer och hur det kan påverka förskolans verksamhet.

2.1 Frågeställningar

- Hur uppfattar förskollärare att specifika faktorer i förskolans vardag kan påverka stress i arbetet?
- Hur kan verksamheten påverkas av eventuella prioriteringar som förskollärare gör om de upplever stress?

3 Bakgrund

Här beskrivs förskolans utveckling samt förskollärarens förändrade villkor och utbildning följt av verksamhetens kvalitet och förändring. Vidare behandlas ämnet stress, vad det är samt vad som tidigare forskats kring ämnet i förskolan. Teoretiska utgångspunkter presenteras kortfattat.

3.1 Förskolans historiska förändring

Förskolan har historiskt sett genomgått stora förändringar. Från 1800-talets småbarnsskolor till dagens förskola har verksamheterna och syftet sett väldigt olika ut.

3.1.1 1800-talets förskola

Förskolan som institution har sin grund i 1800-talets småbarnsskolor som upprättades till följd av industrialiseringen och de sociala problem som uppstod i samband med den. Den första småbarnsskolan etablerades 1836 i Stockholm och vände sig till de fattiga barnen (Westberg, 2011). Vallberg Roth (2011) lyfter att småbarnsskolorna präglades av den kristna tron och fokus låg på lydnad, fostran och renlighet. Undervisningen ägde rum under strikta skolliknande former där det fanns kateder, långa bänkrader och där läraren eller lärarinnan ställde frågor som besvarades enskilt eller i grupp (Westberg, 2011).

Barnkrubborna kom till Sverige med inspiration från Frankrike år 1854. Småbarnsskolorna och barnkrubborna hade stora olikheter där fokus flyttats från undervisning till omvårdnad, det fanns dock en gemensam faktor, att de var till för arbetarfamiljernas barn (Westberg, 2011). Tallberg Broman (1995) anger att barnkrubborna hade långa öppettider och var beroende av bidrag från de rikare i samhället. Tallberg Broman (1995) och Westberg (2011) framhåller båda att verksamheten hos barnkrubborna utformades kring hälsa och renlighet eftersom ett vanligt förekommande problem var sjukdomar som uppstod på grund av bristande hygien. Westberg (2011) poängterar att barnkrubbornas popularitet ökade i Sverige och blev därmed den mest betydelsefulla förskoleformen fram till mitten av 1900-talet.

3.1.2 1900-talets förskola

Vid sekelskiftet 1900 etablerades de första barnträdgårdarna i Sverige (Tallberg Broman, 1995). Dessa vände sig till barn från alla samhällsklasser och den sociala aspekten sågs som mycket viktig. Barnträdgårdarna hade sin grund i Freidrich Fröbels pedagogik som bland annat syftade till att barnen skulle bli gudsfruktande och arbetsamma samt att hemmet skulle påverkas på ett positivt sätt. Westberg (2011) lyfter fram att pedagogiken till en början grundades i husliga sysslor, lek och pyssel, för att under slutet av 1940-talet innehålla mycket sång, gymnastik, rytmik, trädgårdsskötsel och bygglekar. Vallberg Roth (2011) anger att det skedde förändringar i barnträdgårdarnas innehåll på grund av sekulariseringen, den gjorde att barnträdgårdarna blev mindre skollika. Tallberg Broman

(2010) framhåller att 1940-talets krigsår och 1950-talets fokus på hemmet resulterade i att förskolans utveckling stannade upp. Tallberg Broman (1995) lyfter att institutioner för små barn fick mycket kritik under denna tid eftersom man ansåg att daghemmen som de nu kallades inte var till för barnens bästa, utan för att mammorna skulle kunna arbeta, vilket inte betraktades som en berättigad anledning. Westberg (2011) anger att högkonjunkturen samt expanderandet av den offentliga sektorn i kombination med krav på jämställdhet och kvinnans rätt till att arbeta för att bli ekonomiskt oberoende av sin man gjorde att behovet för daghemsplatser ökade kraftigt. Mellan 1950 och 1970 tredubblades antalet daghemsplatser, statliga subventioner till kommunerna infördes på 1960-talet för att skynda på byggandet av nya daghem (Westberg, 2011).

År 1968 utsågs Barnstugeutredningen för att utreda förskolans pedagogiska sidor och 1972 framfördes ett extensivt betänkande som ledde till att Sveriges första förskolelag började gälla år 1975. I samband med detta började också förskolans verksamhet så smått närma sig skolans värld under 1900-talets sista årtionden (Westberg, 2011). Lundgren (2012) anger att i den nya skollagen beslutades om allmän förskola från sex års ålder samt att barn i behov av särskilt stöd skulle ha rätten till förskola från fyra års ålder. Lundgren framhåller även att det pedagogiska programmet för förskolan som gavs ut 1987, var en första variant av läroplan som förtydligade det pedagogiska syftet. Till följd av högkonjunkturen i slutet på 1980-talet ökade efterfrågan på barnomsorgsplatser vilket ledde till att flera föräldrakooperativ startades. Tallberg Broman (2010) anger att det är efter denna period som grunden läggs för den förskola vi har idag. En förskola som är tillgänglig, likvärdig samt har högt utbildad personal.

3.1.3 Förskolans utveckling från 1900- talets slut fram till idag

Sociallagen ändrades 1995 vilket ledde till att kommunerna fick ansvar över förskolorna, ansvaret var tydligare angivet och striktare formulerat än tidigare. Socialstyrelsens ansvar över förskolan flyttades 1996 till Skolverket (Lundgren, 2012; Westberg, 2011). Förskolan fick sin första riktiga Läroplan 1998. Läroplanen preciserade vad förskolans uppdrag är, att lägga grunden för det livslånga lärandet. Detta gjorde att uppdelningen mellan förskolans och skolans verksamhetsformer blev mindre avgränsade (Westberg, 2011). Tallberg Broman (2010) framhåller att förskolan från början av 2000-talet får ett förstärkt fokus på barns tidiga kunskapsutveckling och lärande. Förflyttningen till Utbildningsdepartementet och Skolverket gör att förskolan därmed blir en del i utbildningssystemet. Lundgren (2012) framhåller att i och med den nya skollagen (SFS 2010:800) som trädde i kraft 2011, reviderades läroplanen för förskolan (Lpfö98)(Skolverket, 2011) där betydelsen för lärande genom lek och skapande lyftes fram.

3.2 Förskollärarens förändrade villkor och utbildning

Förskollärarens roll har utvecklats mycket sedan småbarnsskolornas ledarinnor, både när det gäller uppdrag och utbildning. I den första förskoleformen, småbarnsskolorna, skulle föreståndarna helst vara ett gift par och kunde i undantagsfall vara en lärarinna som fick hjälp av flera pigor (Vallberg Roth, 2011). Enligt Vallberg Roth var mer än hälften av de arbetande i småbarnsskolorna kvinnor. Lärarinnorna skulle vara religiösa, ordningsamma, måna om sitt yttre, älska barn och vara tåliga. Undervisningen var noggrann, strikt och var tvungen att följa ett visst schema och lärarinnan skulle vara väl insatt i sitt lärande så att ingen skulle kunna ifrågasätta henne (Vallberg Roth, 2011). Tallberg Broman (1995) framhåller att i barnkrubborna arbetade ledarinnor istället för lärarinnor eller lärare. Ledarinnornas utbildning kunde se olika ut, en del hade kortare småskolläraryt utbildning medan många andra var diakonissor. Arbetsuppgifterna i barnkrubborna var av en mer omhändertagande karaktär där de rengjorde och tvättade både barnen och deras kläder. Fri lek utomhus var något som var inplanerat under dagen i barnkrubborna och personalen som arbetade bodde oftast på institutionerna och boendet räknades som en del av lönen.

Barntädgårdarna utgick från Frøbels pedagogik och barntädgårdslärarinnorna utbildades vid seminarium (Tallberg Broman, 1995). Fokus vid dessa seminarier låg vid arbete i barngruppen varvat med teori och praktik där framförallt praktiken var viktig. Seminarierna hade en likvärdig grundtanke för verksamheten i barntädgårdarna men varje enskilt seminarium hade sin egen inriktning. Gemensamma ämnen som alla seminarier innefattade var till exempel läran om metodik och uppfostran samt historia. De enskilda inriktningarna försvann och blev mer likvärdiga i samband med att staten tog över ansvaret. Tallberg Broman anger att det oftast var unga kvinnor som deltog på dessa utbildningar och orsaken till detta var att seminarierna ansågs vara en god förberedelse inför det kommande äktenskapet. Den första utbildningskursen som fanns pågick i fyra månader och ändrades 1899 till att bli en ettårig utbildning. Efter denna utbildning kunde man arbeta i barntädgårdar, småskolor eller i flickskolor och eftersom man hade en gemensam utbildning för både barntädgårdar och småskolan ansågs barntädgårdarna vara en del av skolan. Tidigare var det främst männen som fick chans att utbilda sig men genom barntädgårdarnas framväxt gavs kvinnorna möjlighet till utbildning som just barntädgårdslärarinnor (Tallberg Broman, 1995).

I skiftet mellan 1920 och 1930 talet utökades utbildningen med ännu ett år till att bli en tvåårig utbildning framhåller Tallberg Broman. Utbildningarna fick därefter kritik som gjorde att de anpassades och utvecklades efter samhället och behovet i omgivningen. 1977 kom högskolereformen och detta gjorde att utbildningstiden ökade till två och ett halvt år. Under en längre tid var det fler barnskötare än förskollärare som arbetade i förskolan, det dröjde ända in på 70-talet innan det blev ett mer jämt fördelat antal. Genom beslutet om en förskola för alla barn år 1985 ökade barnantalet i förskolorna och detta gjorde att det blev både plats- och pedagogbrist (Westberg, 2011).

År 1998 får förskolan sin första läroplan, detta leder till ett ökat erkännande för de som arbetar i förskolan eftersom det pedagogiska uppdraget förtydligas (Vallberg Roth, 2011). Vidare framhålls att genom förskolans reviderade läroplan 2010 tydliggörs det pedagogiska uppdraget ytterligare. Förskollärarna får en egen rubrik i läroplanen och därmed ett mer specifikt ansvar. Lärarlegitimationen som examinerade förskollärare får om de visat sig passande för yrket under sin ettåriga introduktionsperiod lanseras 2012. Introduktionsperioden genomfördes efter ordinarie förskolläraryrket med stöttning av en mentor. Idag behöver förskollärare inte genomföra den ettåriga introduktionsperioden utan kan ansöka om lärarlegitimationen direkt efter fullföljd förskolläraryrket, vilket innefattar sju terminers högskolestudier.

3.2.1 Inträdeskravens förändring över tid hos personal i förskola

För att ta sig in på de olika utbildningarna har förkunskapskraven förändrats över tiden. Från att den studerande skulle ha upp till fyra års praktik till att ingen förpraktik behövdes (Tallberg Broman, 1995). Ålderskrav har tidigare funnits där eleven år 1945 skulle ha fyllt 20 år och inte hunnit bli 30 år för att få delta på seminarierna. Tallberg Broman framhåller också att kurser inom till exempel trädgårdsskötsel eller sjukvård funnits som krav. Genom högskolereformen från 1977 försvann förkunskapskraven och numera söker man till utbildningen med gymnasiebetyg eller högskoleprov.

3.3 Förskolans verksamhet och kvalitet i förändring

Förskolan har mötts av nya krav och utmaningar i form av internationalisering, demokratisering, marknadisering och segregering. Dessa har i sin tur lett till ökade krav på lärande, effektivitet och utvärdering av verksamheten (Tallberg Broman, 2010). Kihlbom (2009a) anger att utvärderingen av verksamheten ofta är otillräcklig, samt att detta får konsekvenser för kvaliteten som kan se väldigt olika ut på olika avdelningar. Risker som Kihlbom (2009b) ser med förskolans kvalitet är att barngrupperna många gånger är för stora och personaltätheten för låg samt att detta påverkar barnens utveckling och lärande på ett negativt sätt. Dessa faktorer har även en central betydelse för exempelvis identitetsutveckling, språkutveckling, samspel mellan barn och vuxna samt för den vardagliga miljön i form av buller, konflikter och stress. Speciellt barn i behov av särskilt stöd, små barn mellan ett och två år, barn med annat modersmål än svenska samt barn från lägre socioekonomiska förhållanden riskerar att missgynnas av de stora barngrupperna (Kihlbom, 2009a). Det är viktigt att ta hänsyn till att andra faktorer som personalens utbildning och fallenhet också påverkar kvaliteten i förskolan (Kihlbom, 2009b).

Kraven på lärare är stora och dessa krav har inte minskat de senaste åren, utan snarare ökat (Orlenius, 2001). De krav vi människor utsätts för både i arbetslivet och privat är en avgörande stressfaktor. Dessutom är det vanligt förekommande i dagens arbetsliv att uppleva för stora krav från arbetsgivare och verksamhet (Levi, 2013). Antalet sjukskrivningar ökar kraftigt bland förskollärare och fritidspedagoger och hamnar idag på

plats fyra på hela arbetsmarknaden. ”Förskollärare och fritidspedagoger är sjukare än de flesta andra yrkesgrupper i landet. Främsta orsaken är stress” (Koch, 2015, s. 8). Koch framhåller att den största orsaken är psykisk sjukdom och under denna diagnos räknas ångest, stressrelaterade sjukdomar och utbrändhet.

3.4 Stress

Stress är individuellt, alla påverkas och kan uppleva stress på olika sätt (Eriksen & Ursin, 2013; Währborg, 2009). Det finns både negativa och positiva effekter av stress och den kan upplevas i alla åldrar och perioder i livet. Stressen kan göra att en person löser problem som uppstått och gör en förändring som påverkar individen positivt. Negativa hälsoeffekter kan uppstå om personen inte klarar av att komma till rätta med problemet fortsätter Eriksen och Ursin. Även Kihlbom (2009c) framhåller att stress kan vara positiv eller negativ och tillägger att stressen kan påverkas både av inre och yttre påfrestningar.

Kroppens stresssystem är till för att skydda oss mot faror, vilket betyder att kroppen får ett tillfälligt stresspåslag för att till exempel kunna fly. I dagens samhälle påverkas samma stresssystem, det är dock svårare att stänga av på grund av den mentala och psykosociala stressen (Danielsson, Heimerson, Lundberg, Perski, Stefansson & Åkerstedt, 2012). Währborg (2009) lyfter att begreppet stress är svårdefinierat och att det inte finns någon vedertagen definition. Detta beror på att stress är ett föränderligt tillstånd som inte kan mätas med några befintliga metoder. Währborg anger stress som ett relativt nytt begrepp i vårt samhälle och framhåller två beskrivningar, en äldre och en modernare. Den äldre definitionen av stress som fortfarande används i stor utsträckning beskrivs som att kroppen anpassar sig fysiskt. Den modernare versionen beskrivs ”som vilket som helst stimulus eller påverkan på organismen som resulterar i kroppsliga funktionsförändringar” (Währborg, 2009, s.49). Även om folkhälsan de senaste åren genomgått en positiv utveckling ur flera aspekter har det framgått att personer mellan 16-44 år tycker att de har dålig hälsa.

3.4.1 Stress i förskolan

Kelly och Berthelsen (1995) anger att arbetsrelaterad stress hos lärare är ett viktigt ämne att forska om. Tidigare forskning har främst fokuserats på grundskola och gymnasieskola, författarna poängterar att det inte finns tillräckligt mycket forskning om förskollärares stress. Schaufeli, Leiter och Maslach (2009) visar att sedan läraryrkets status sjönk på 60-talet har kraven på lärarna ökat samt att lärarna upplever minskad uppskattning för sitt arbete. Dessa faktorer kan påverka hälsan negativt och leda till utbrändhet. Sheridan, Williams och Pramling Samuelsson (2014) framhåller i sin studie att stora barngrupper kan leda till att förskollärare känner stress och otillräcklighet på grund av att de inte hinner uppmärksamma varje enskilt barn. Förskollärarna vill agera professionellt i sitt yrke och skapa förutsättningar för barns utveckling och lärande, detta är något som de känner att de inte kan uppfylla på ett tillfredsställande sätt (Sheridan et al., 2014). I de studentuppsatser vi läst har det varit mest fokus kring hur barn påverkas av stress samt

hur vissa åtgärder till exempel avslappning och massage inverkar på barns stress. Det finns även uppsatser som fokuserar på vissa specifika moment som gör pedagogerna i förskolan eller skolan stressade, till exempel stora barngrupper.

Storleken på barngrupperna i förskolan har ökat betydligt sedan början av 90-talet. Antalet pedagoger samt resurser för fortbildning och pedagogisk ledning har däremot minskat, vilket gör att kvaliteten på förskolans verksamhet kan ifrågasättas (Lidholt, 2009). Det påpekas dessutom att personalen på förskolorna känner att de inte räcker till och oroas över att de inte hinner se och tillgodose framförallt de små barnens behov utifrån deras individuella utveckling. Risken med bortprioriteringar som pedagoger tvingas göra, av till exempel planering och reflektion, kan leda till att de känner sig otillräckliga och inte kan utföra sitt arbete i enighet med läroplanen. Det leder många gånger till ett högt stresspåslag och ibland även till sjukskrivning (Lidholt, 2009).

Det finns flera samband mellan upplevt buller och kort- samt långvarigt stressrelaterade hälsoproblem enligt Sjödin, Kjellberg, Knutsson, Landström och Lindberg (2012). Deras studie visar också att stora barngrupper leder till mer buller och som följd högre stressnivåer. Ett väsentligt fynd som gjordes i undersökningen var att stress- och energinivåerna ofta följdes åt. Enligt Sjödin et al. tyder det på att pedagogerna i förskolan ofta har ett stort engagemang för barnen och verksamheten trots att stressnivåerna var höga, något som i studier av andra yrken visat sig vara det motsatta, att hög stressnivå ofta gav lägre engagemang.

3.5 Teoretisk utgångspunkt

Eftersom studien behandlar förskollärares uppfattningar och erfarenheter av stress utgår den från en fenomenografisk grund med inriktning mot variationsteorin. Tidigare i texten har vi benämnt stress som ett ämne eller ett område, men kommer i metodavsnittet att använda oss av benämningen fenomen eftersom det passar bättre till den fenomenografiska utgångspunkten.

3.5.1 Fenomenografins grunder med inriktning mot variationsteorin

Fenomenografins fokus ligger på hur den enskilda individen erfar olika fenomen (Marton & Booth, 2000). Fenomenografen grundas i att man vill beskriva fenomen som andra individer uppfattar, upplever och förstår dem samt synliggöra variationer i dessa. Med denna utgångspunkt skapas förutsättningar för att synliggöra, utveckla och behandla vissa sorters forskningsfrågor. Dessa frågor är speciellt sådana som är av betydelse för att skapa förståelse i pedagogiska miljöer. Slutsatser och tolkningar som görs i en studie är beroende av den som gör tolkningen och värderas utifrån den och dess tidigare erfarenhet.

Marton och Booth (2000) anger att det krävs variation för att lära, något nytt läggs till i förhållande till tidigare erfarenheter och kunskaper vilket kan leda till ökad förståelse.

Genom att få en ökad förståelse av ett fenomen kan individen lättare jämföra och se likheter samt skillnader och därmed skapa sig utvecklad uppfattning av ett tidigare erfalande. Variationen i utforskandet sker metodiskt i olika delar och med olika perspektiv, genom dessa olika synvinklar kan man senare skapa sig en helhet (Marton & Booth, 2000). Runesson (2006) betonar ett sätt att använda sig av variationsteorin är att vid fenomen se skillnader på hur det kan förstås och erfaras olika och därmed skapa sig en större förståelse för att det finns fler än ett sätt att se på saken, alla har sin egen verklighet. Detta är huvudsyftet i en studie med fenomenografisk inriktning.

4 Metod

Insamlande av data har skett med kvantitativ metod genom enkäter samt kvalitativ metod genom fördjupande intervjuer. Fejes och Thornberg (2009) anger att inriktningen kallas "mixed methods" (s.19) och att denna metod är ett givande sätt att undersöka något eftersom det ger både en bredare samt en djupare förståelse för ett fenomen. Eftersom forskningsfrågorna syftade till att skapa förståelse för förskollärares upplevelser av fenomenet stress och dess påverkan anses detta vara en lämplig metod.

Fortsättningsvis redogörs för de etiska forskningsprinciperna, hur urvalet gjorts samt hur genomförandet och analysen av datainsamlingen har sett ut.

4.1 Enkäter som kvantitativ metod

Den kvantitativa forskningsmetoden syftar till att undersöka sådant som är kvantifierbart, alltså mätbart (Backman, Gardelli, Gardelli & Persson, 2012; Fejes & Thornberg, 2009). Backman et al. (2012) framhåller att de data som samlas in kan representeras i siffror och är mät- och räkningsbara. Kvantitativ metod används därför ofta vid statistiska undersökningar samt undersökningar där forskaren vill förutsäga eller förklara skeenden. Enkäter är en vanlig metod för kvantitativ forskning där forskaren vill undersöka människors åsikter eller uppfattningar (Backman et al., 2012).

Backman et al. (2012) anger att fördelar som finns med enkäter är att de kan skickas till många personer, vilket gör det möjligt att samla in stora mängder data. Frågorna ser likadana ut till alla respondenter och enkäter kan göras mycket effektiva genom att de distribueras, besvaras och sedan sammanställs digitalt. Respondenten kan uppleva det lättare att besvara en enkät än en intervju om innehållet upplevs som känsligt. Enkäter passar också sämre i undersökningar där djupare uppgifter eftersträvas samt att en nackdel är att det inte finns tillfälle för förtydligande och återkoppling på samma sätt som vid intervjuer (Bjørndal, 2005). Fler nackdelar som finns är att respondenterna kanske inte förstår frågorna på det sätt som enkätskaparen tänkt, vilket gör att skapandet av enkäten måste genomföras grundligt för att minimera risken för vida tolkningar. Det är också viktigt vid framtagandet av enkäter att man vet vad undersökningen ska handla om för att frågorna ska fokusera på rätt innehåll (Backman et al., 2012). En fördel som kan ses med fasta svarsalternativ i enkäter är att det blir lättare att jämföra svaren och göra statistiska analyser. Det är betydelsefullt att ta hänsyn till svarsfrekvensen när en enkät genomförs. De enkäter som inte besvarats anges som bortfall och det är av stor vikt att analysera och dra slutsatser kring vad som lett till bortfallet samt vad detta får för konsekvenser för studiens resultat.

4.2 Intervju som kvalitativ metod

Kvalitativ forskningsmetod används när man vill undersöka hur något är anger Backman et al. (2012). Metoden används för att skapa sig en förståelse om hur människan förstår och erfar sin omgivning. Författarna poängterar även att skillnaden mellan kvalitativ och kvantitativ metod ligger kring tolkningen, kvalitativ metod vill få en förståelse till skillnad från kvantitativ metod som vill tydliggöra och förutspå.

Inom kvalitativ metod är intervjuer ett verktyg som kan användas. Avsikten med intervjuerna, vars frågor utgick från de svar som angavs vid enkätundersökningen, var att styrka eller motsäga dessa svar. Förhoppningen med intervjuerna var också att få en djupare inblick i vilka faktorer som kan påverka förskolläraernas upplevelser av stress på arbetet och hur det eventuellt kan påverka förskolans verksamhet. Bjørndal (2005) framhåller att intervjun numera räknas som en vetenskaplig metod och orsaken är att de senaste decenniernas teknikutveckling gjort det lättare att genomföra ljudinspelningar. Intervju som verktyg gör det möjligt att ta del av någon annans perspektiv samt att den som genomför intervjun även kan bli varse om sådant den inte skulle kunna ha uppmärksammat vid till exempel en observation fortsätter Bjørndal. Svensson och Ahrne (2011) framhåller att en positiv aspekt av den kvalitativa forskningen är att få syn på olika uppfattningar och föreställningar av samma fenomen eftersom varje individ utgår från sina egna erfarenheter och tankar.

Backman et al. (2012) anger att vid intervjutillfället får intervjuaren möjlighet till en större inblick i den andres perspektiv eftersom den ges tillfälle att fråga upp om oklarheter uppstår. Backman et al. och Bjørndal (2005) poängterar att en nackdel som finns med intervjuer kan vara att den som ställer frågorna riskerar att påverka respondentens uppfattningar. En annan nackdel är att arbetet kan vara tidskrävande eftersom behovet finns av att både förbereda, genomföra och bearbeta materialet från intervjuerna.

Inspelade samtal och anteckningar är två sätt att dokumentera data. Det är viktigt att ha i åtanke hur informationen som respondenten ger ska registreras. Bjørndal framhåller att det finns både fördelar och nackdelar med att använda sig av anteckningar. Anteckningar kan göra situationen mer avslappnad men kan distrahera samtalet för att man inte kan interagera med varandra. Anteckningar kan också medföra att viktig information inte registreras. Inspelade samtal kan underlätta interaktionen men kan göra att respondenten känner sig obekvämt. En fördel med en inspelad intervju är att intervjuaren får med all information som sägs och därmed kan få en mer komplett bild av vad som delges i intervjun. Bjørndal (2005) påpekar att transkriberingsprocessen är tidskrävande men att fördelarna är många.

4.3 Etiska överväganden

De fyra forskningsetiska principerna som Vetenskapsrådet (2002) anger är informations-, samtyckes-, konfidentialitets- och nyttjandekravet.

Respondenterna fick information om syftet samt att deltagandet var frivilligt och att materialet endast användes i detta ändamål. Informationen gavs först i informationsbrevet som skickades ut vid enkäterna, intervjupersonerna upplystes även inför bokningen av intervjun om vad som skulle behandlas och gavs valet att medverka eller avstå. Genom att medverka i enkäten visade deltagarna sitt samtycke. I anslutning till enkäten gavs möjligheten att anmäla sitt intresse för deltagande i fördjupande intervjuer. Vid den första personliga kontakten inför intervjun tillfrågades personerna återigen om de var intresserade och ville medverka i de inspelade intervjuerna.

Deltagarnas uppgifter behandlades konfidentiellt. Enkätsvaren hade endast vi tillgång till, dessa makulerades efter slutfört arbete tillsammans med de uppgifter som frivilligt lämnats. Intervjupersonerna har varit anonyma i texten och har bara angivits med fiktiva namn och kan därmed inte härledas tillbaka till individen. De data som samlats in användes endast i forskningssyfte och lämnades inte ut till andra.

4.4 Validitet, tillförlitlighet och generaliserbarhet

Hög validitet eller giltighet lyfts av Backman et al. (2012) som betydande för att visa på att en datainsamling mätt det man ville studera. Validitet är ett begrepp som relaterar till om metoden och tillvägagångssättet som valts är lämpligt för det som ska undersökas (Thornberg & Fejes, 2009). Detta begrepp härstammar från den kvantitativa forskningstraditionen och används av vissa forskare inom kvalitativa studier. Det finns forskare som anser att ordet validitet inte är lämpligt att använda vid kvalitativa studier utan tycker att det finns mer passande ord som till exempel tillförlitlighet eller trovärdighet. Thornberg och Fejes anger att tillförlitligheten eller trovärdigheten i en studie beror på hur den som forskat agerat under hela processen, hur grundligt och metodiskt denne gått tillväga samt hur tillförlitligt och trovärdigt resultatet är. En väl utförd kvalitativ forskning kan skapa en större förståelse hos den som tar del av forskningen.

Svensson och Ahrne (2011) framhåller att inom enkätstudier påverkar forskaren resultatet genom de svarsalternativ som valts ut samt i vilken utsträckning respondenten ges möjlighet att delge egna tankar. Thornberg och Fejes (2009) poängterar vikten av att vid kvalitativa studier reflektera under hela processen, både kring metod och teori samt på vilket sätt forskaren själv påverkar och påverkas av de som ingår i studien.

För att generaliseringen av data ska vara trovärdig krävs det att urvalet är representativt för ett större antal. Thornberg och Fejes (2009) anger att inom kvantitativ forskning används statistisk generalisering. Genom statistisk generalisering kan man av ett mindre antal förskollärares svar dra slutsatser hur det ser ut hos ett större antal förskollärare inom det undersökta området. Urvalets storlek samt antalet bortfall av respondenter har stor betydelse för hur trovärdig studien blir (Thornberg & Fejes, 2009). Svensson och Ahrne

(2011) påpekar att det finns en svårighet inom kvalitativ forskning kring generaliserbarhet eftersom det inte finns några färdiga sätt eller mallar på hur den ska genomföras. För att kunna generalisera på ett tillförlitligt sätt krävs det till exempel att studiens resultat kan jämföras med liknande forskning eller överföras inom någon annan typ av verksamhet.

4.5 Urval och bortfall

Deltagarna arbetade på förskolor i en ort i Västerbotten. Fokus låg på förskollärares uppfattningar och erfarenheter av stress på sitt arbete och om verksamheterna påverkades av detta. Barnskötare och andra yrkeskategorier sorterades bort direkt vid inlämnande av enkäten. Orsaken till att endast förskollärares stress undersöktes är att ansvaret för förskollärare är specifikt angivet i förskolans läroplan (Lpfö98)(Skolverket, 2011). Eftersom förskollärarna är skyldiga att följa styrdokumentet borde de därmed ha ett tydligare ansvar och krav på sig i jämförelse med andra pedagogkategorier i förskolan.

Enkäterna skickades via e-post ut till 63 förskoleavdelningars funktionsbrevlåda. Funktionsbrevlådorna i dessa fall är knutna till varje enskild avdelning där hela arbetslaget har tillgång till samma e-post, detta innebar att flera yrkesgrupper fick möjlighet att besvara enkäten. Enkätsvaren sorterades sedan efter den utbildningsnivå respondenterna angav, bearbetningen och analysen av enkäten fokuserade på de svar som förskollärare lämnat. Totalt inkom 29 enkätsvar varav 23 angav att de var förskollärare. För att sedan få en fördjupad inblick användes intervjuer. Enkättagarna gavs möjlighet att delta i de fördjupande intervjuerna genom att ange sina kontaktuppgifter i samband med enkäten. Tre förskollärare deltog i intervjuerna för att skapa en djupare förståelse av enkätens resultat och detta är en variant av mixed methods.

4.6 Genomförande

Som ett första steg kontaktades en utvecklingspedagog på orten för att undersöka möjligheten att skicka ut vår enkät till förskolorna. Denna meddelade att efter förskolechefernas godkännande kunde enkäten distribueras via e-post. Tio förskolechefer gav sitt godkännande till enkätutskick och enkäten skickades därefter ut till 63 förskoleavdelningar.

Enkäter skickades ut för att nå många respondenter. Förhoppningen var att få många deltagare och därmed öka chansen att samla in mycket data för analys. Vid utformandet av enkätfrågorna togs stöd i media, litteratur och tidigare forskning kring stress i förskolan. Här utlästes ett tydligt mönster av återkommande stressfaktorer som fick utgöra grunden för enkätfrågorna. Dessa stressfaktorer var stora barngrupper, antal barn per pedagog, hög ljudnivå och buller, personal- och tidsbrist, administrativt arbete samt de ökade kraven på kvalitet. I de e-post som skickades ut till avdelningarna medföljde det ett brev (*Bilaga 1*) som förklarade vad syftet med studien var, information om de etiska forskningsprinciperna, våra personuppgifter om frågor eller tankar uppstod samt länken

till enkäten. Enkäterna (*Bilaga 2*) skapades i ett Google Drive formulär och besvarades på nätet via den länk som bifogades.

Utifrån enkätsvaren utformades intervjufrågorna (*Bilaga 3*). Alla intervjudeltagare fick innan avtalat möte information (*Bilaga 4*) om frågeställningarna, att de skulle utgå från enkätfrågorna och vara mer fördjupande. På så sätt kunde respondenterna förbereda sig och känna en trygghet i att veta vad som skulle undersökas. Förhoppningen var att tiden till förberedelse också kunde göra att svaren var mer reflekterade och genomtänkta. Intervjudeltagarna fick även här information om de etiska forskningsprinciperna och hur intervjumaterialet skulle användas. Tid avtalades med intervjupersonerna utifrån deras möjligheter att delta. En blandning av semistrukturerade samt ostrukturerade intervjuer användes och Backman et al. (2012) framhåller att det är vanligt att dessa metoder blandas vid intervjuer för att utifrån de fasta frågorna kunna ställa följdfrågor. Vid intervjuerna spelades samtalet in för att få med all information och för att även kunna gå tillbaka och lyssna flera gånger. Lösenordskyddad mobiltelefon användes vid inspelningarna för att upprätthålla de forskningsetiska principerna.

4.6.1 Bearbetning och analys av enkäter och intervjuer

Ett fenomenografiskt förhållningssätt har använts för att synliggöra och tydliggöra kategorier utifrån bearbetad litteratur och forskning. Dessa kategorier har sedan undersökts i studien. De mönster som framkom i enkäten relaterade till i vilken utsträckning litteraturens och forskningens kategorier förekom. Med hjälp av de öppna frågorna i intervjuerna samlades sedan fördjupande material in för att säkerställa enkätens giltighet. Vid bearbetning av data är det viktigt att ha i åtanke att den som gör bearbetningen gör tolkningar utifrån sina tidigare erfarenheter och förståelser (Backman et al., 2012). Fejes och Thornberg (2009) poängterar att vid analys av kvalitativa data är det angeläget att ha i åtanke vilket förhållningssätt eller teori studien utgår från. En annan del att ha i åtanke är att de slutsatser som kan dras för forskollärares uppfattningar och erfarenheter av stress inte nödvändigtvis ser likadant ut överallt. Slutsatsdragande är en form av abduktion vilket inte anses vara en säker källa till kunskap enligt Backman et al. (2012).

En första sammanställning av enkätsvaren gjordes automatiskt i Google Driveformuläret. Kategoriseringen skedde utifrån de enkätfrågor vi ställt och relaterade till våra två forskningsfrågor, stressfaktorer och bortprioriteringar. Respondenternas svar var fördelade i procent och antal på de olika alternativen. Backman et al. (2012) anger att vid data som kan sorteras i siffror är det viktigt att redan vid insamlandet av data lägga en grund som skapar förutsättningar för slutsatsdragande. Exempelvis genom att formulera enkätfrågor som skapar förutsättningar för att få svar på de forskningsfrågor studien utgår ifrån. Vid bearbetningen skapades stapeldiagram för att tydligare visa på resultatet. Staplarna i diagrammen ordnades efter enkätens fem olika svarsalternativ från *inte alls* till *alltid*. Syftet med enkäten var att visa i vilken utsträckning forskollärarnas stress påverkas av de olika faktorerna som vi valt att fokusera på utifrån den litteratur samt tidigare

forskning som vi tagit del av. Enkätresultatet visade också på hur ofta bortprioriteringar av olika moment i verksamheten gjordes.

Ljudinspelningar som gjordes vid intervjuerna transkriberades ordagrant inom ett dygn efter genomförandet. Sådant som inte tillhörde ämnet eller påverkade resultatet och analysen uteslöts. I nästa steg tolkades, jämfördes och kategoriserades intervjusvaren vilket är vanligt förekommande i kvalitativa analyser. Det är då viktigt att ha i åtanke vad som ska undersökas och att därmed bara information som är relevant för studien analyseras (Larsson, 1986). Kategoriseringen gjordes genom att färgmarkera den transkriberade texten utifrån våra tolkningar av hur de relaterade och överensstämde med enkätfrågorna. Exempelvis sådant som relaterade till barngruppens storlek fick en färg och administrativt arbete en annan färg. Intervjusvaren jämfördes sedan dels mot varandra men också för att kunna motsäga eller stärka enkätens resultat och på så sätt få delarna att bilda en helhet. Backman et al. (2012) anger att data bearbetas och analyseras för att kunna finna orsakssamband samt göra det osynliga synligt. Svensson och Ahrne (2011) framhåller att bearbetning och analys av intervjumaterialet börjar redan vid insamlandet där mönster eller teman kan framträda. Transkribering är en del av analysprocessen där forskaren avlyssnar ljudinspelningar för att överföra dem till skrift. Vid denna process sker en löpande reflektion samtidigt som materialet behandlas och systematiseras fortsätter Svensson och Ahrne. Intervjupersonerna benämns i texten med fiktiva namn, Anna, Sara och Karin. De resultat som lyftes fram är de som var mest relevanta för syftet och forskningsfrågorna.

5 Resultat

I enkäterna deltog 29 anställda inom förskolan varav 23 var förskollärare. I intervjuerna deltog tre förskollärare med två till sex års erfarenhet inom yrket. Resultaten redovisades med utgångspunkt i forskningsfrågorna. Den första delen syftade till faktorer som påverkade förskollärares stressupplevelser. Den andra delen kopplades ihop med bortprioriteringar som görs när stressen upplevdes för stor. Båda resultatdelarna visade också på hur verksamheten påverkades till följd av stress. Enkäten utgjorde studiens grund och svaren på de öppna intervjufrågorna transkriberades, kategoriserades och kopplades till enkätresultaten för att säkerställa enkätens giltighet. Kombinationen av enkäter och intervjuer användes för att skapa en helhet av hur förskollärare uppfattade fenomenet stress och de bortprioriteringar som genomfördes i verksamheterna. Resultatet presenterades med underrubriker som utgår från enkätens undersökta faktorer och bortprioriteringar. Vissa frågor åskådliggjordes grafiskt för att tydliggöra de mest utmärkande resultaten.

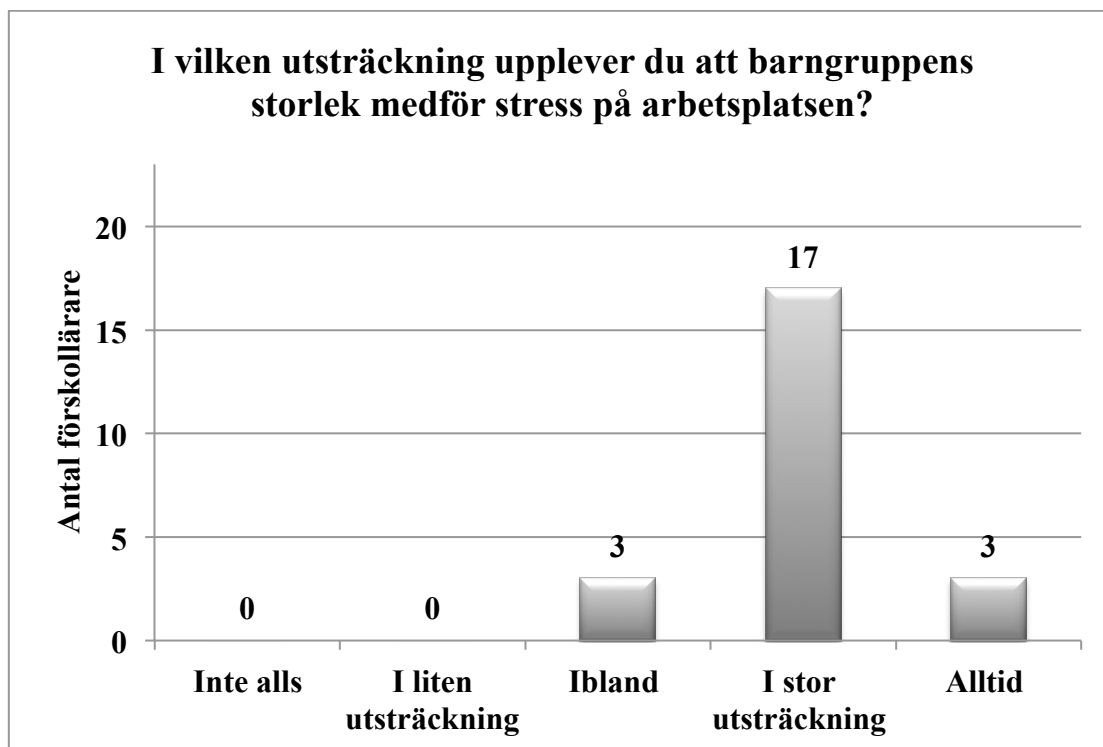
5.1 Hur uppfattar förskollärare att specifika faktorer i förskolans vardag kan påverka stress i arbetet?

5.1.1 Förekomsten av stress

Angående hur ofta förskollärarna upplevde stress på sin arbetsplats kunde det utläsas att alla som svarat på enkäten någon gång under en veckas tid upplevde stress. Svaren visade att många förskollärare kände en hög nivå av stress på sin arbetsplats. Den största andelen, vilket motsvarade nio av de förskollärare som svarat, angav att de upplevde stress 2-3 gånger per vecka i förskolan. Sju förskollärare, upplevde stress 4-6 gånger under en veckas arbete. Intervjupersonerna förklarade tydligt att stress förekom i stor utsträckning på deras arbetsplats. De upplevde stress flera gånger varje vecka och det var flera olika orsaker som bidrog till denna upplevelse.

5.1.2 Barngruppens storlek

Tydligast resultat kunde utläsas kring barngruppens storlek som påverkansfaktor till stress (*Figur 1*). Alla deltagarna i enkäten uppgav att barngruppens storlek påverkade deras upplevelse av stress på något sätt. Hela 17 förskollärare svarade att barngruppens storlek i stor utsträckning medförde stress på arbetsplatsen. Alla tre intervjupersoner framhöll barngruppens storlek som den främsta orsaken till stress och att de upplevde att de stora barngrupperna gjorde att det var svårt att vara närvarande i mötet med barnen. Anna angav att stressen berodde på att hon skulle hinna göra flera saker samtidigt. Bland annat hinna hjälpa många barn, samtidigt som hon till exempel skulle kunna samtala med föräldrar eller svara i telefonen.



Figur 1: Upplevd stress till följd av barngruppens storlek.

5.1.3 Antal barn per pedagog

Med hänsyn till det förskollärarna uppgav i enkäten påverkade antalet barn per pedagog stressnivån i stor utsträckning hos många av de som svarade. I intervjuerna stärktes detta, samtidigt som det tydligt framkom att förskollärarna såg större fördelar med att minska antalet barn på avdelningarna istället för att ta in fler pedagoger. Två förskollärare uttryckte det på följande sätt:

Jag skulle hellre vilja ha mindre barngrupper. Jag skulle inte vilja ha fler pedagoger utan hellre färre barn... för det gör så stor skillnad. För det märker vi på de dagarna då det är några barn lediga så är det ju som en helt annan... det blir ett helt annat lugn. (Anna)

En fjärde pedagog vore strålande, men samtidigt för många vuxna i arbetslaget gör ju att det krävs ännu en att kommunicera med för att få med på tåget, så det kan även blir stressande där. Så att absolut, lösningen är ju att sänka barngruppsantalet. (Sara)

5.1.4 Tidsbrist

Förskollärarna angav även att tidsbristen hade stor inverkan på hur de upplevde stress på sitt arbete. I enkäten angav 15 förskollärare, att tidsbristen i stor utsträckning påverkade deras stress på arbetsplatsen. Intervjuerna med förskollärarna stärkte enkätens resultat och samtliga intervjupersoner ansåg att det var för många uppgifter de skulle hinna med,

framförallt lyftes administration, kurser och möten som stressande. Förskollärarna angav att dessa delar är både givande och viktiga, men samtidigt tar tid från deras egen samt arbetslagets planering och tid med barnen. Samtliga intervjupersoner framhöll vikten av att någon går in i deras ställe vid de tillfällen de är på exempelvis kurser eller föreläsningar för att det ska bli ett givande tillfälle. De upplevde att de annars får dåligt samvete eftersom kollegorna får ökad arbetsbelastning på grund av deras frånvaro. Detta kunde leda till att förskollärarna valde att avstå från kurser och fortbildning även om det i slutändan hade gynnat både den personliga utvecklingen och verksamheten.

5.1.5 Administrativt arbete

Planering, dokumentation och kvalitetsarbete angav alla förskollärare som inverkan på deras stressupplevelse. Nästan hälften av förskollärarna som besvarade enkäten uppgav att det i stor utsträckning påverkade deras stressnivå. Alla tre intervjupersonerna lyfte i sina intervjuer att det administrativa arbetet stressade dem, tog mycket av deras tid och gjorde att tiden för barnen blev mindre. Samtliga underströk också att tiden för barnen är det viktigaste. Sara formulerade sig enligt följande: ”Vi är ju där för barnens skull inte för papprens skull men vi känner att det tar för stor del av sin närvaro och ens uppmärksamhet. Man vill vara härvarande med barnen inte bara närvarande.”

5.1.6 Ökade krav

De ökade kraven på kvaliteten i förskolan angavs i enkäten av 11 förskollärare i stor utsträckning som en bidragande orsak till deras stressupplevelse. Det var också 10 av förskollärarna som angav att de ibland upplevde stress på grund av de ökade kraven. Intervjupersonerna beskrev att kraven på kvaliteten är viktiga eftersom det är utvecklande att ha någonting att sträva mot. För att jobba mot en bättre kvalitet påpekade förskollärarna vikten av att förutsättningar finns inom många olika områden, exempelvis material, ekonomi, personal och tid. Sara förklarar hur hon upplever att de ökade kraven påverkar henne: ”Det är framförallt nu när det är mycket krav på en, som när utvecklingssamtalen ska göras och det är mycket administrativt, då känner man att man inte fokuserar på det väsentliga att vara med barnen.”

5.1.7 Ljudnivå och buller

I frågan hur ljudnivå och buller påverkade deras upplevelse av stress angav 12 förskollärare att det i stor utsträckning var en bidragande orsak. Fyra förskollärare angav att ljudnivån eller buller var något som alltid påverkade deras stressnivå. Vid intervjuerna angav samtliga, spontant och oberoende av varandra, att när buller eller ljudnivå uppfattades som för hög löstes ofta problemet genom att gå ut med hela barngruppen. Alla förskollärare som intervjuades beskrev att ljud och buller påverkade deras mående på ett negativt sätt till exempel upplevde de trötthet, irritation samt brist på tålamod. En förskollärare beskrev arbetsdagens slut på följande sätt:

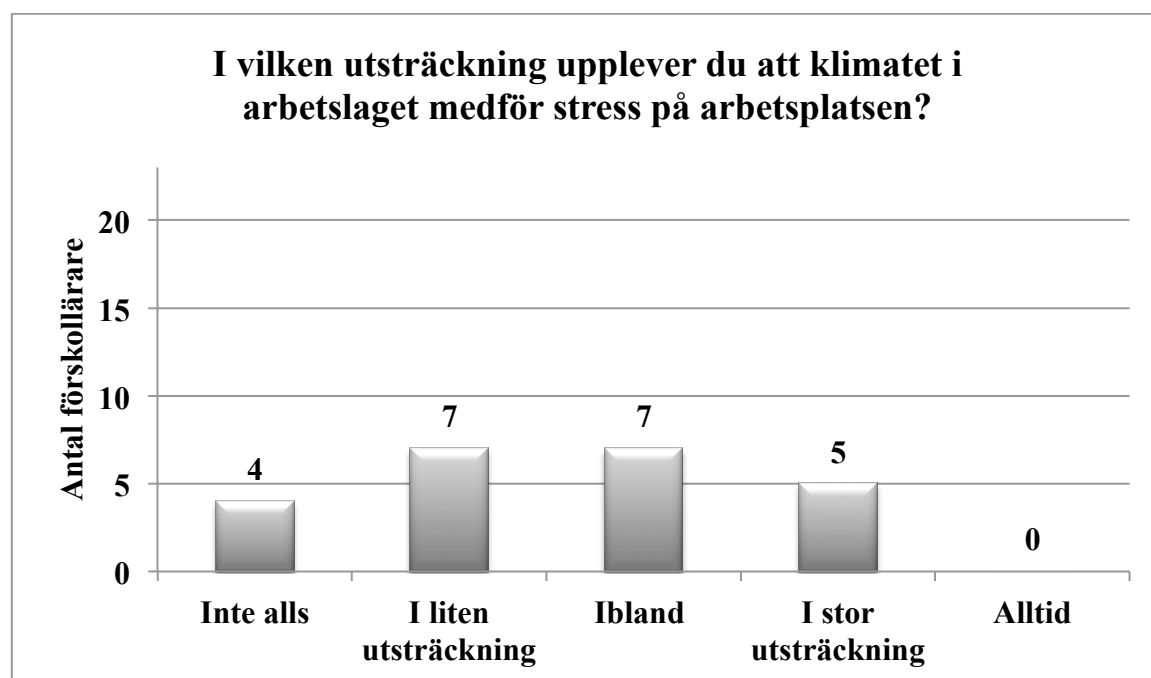
Sen kan jag känna att när jag åker hem från jobbet så har jag inte igång radion eller något sådant när jag åker hem. Jag vill bara ha tyst! Tysta tiden i bilen, att man är less liksom... bara en massa ljud hela tiden. (Karin)

5.1.8 Personalbrist

Enkätens resultat visar att 10 förskollärare i stor utsträckning uppfattar personalbrist som en stressfaktor. Sex förskollärare angav att de alltid upplevde personalbrist som stressande. Intervjupersonerna framhöll stora problem med stress till följd av personalbrist. Samtliga poängterade att bristen på vikarier vid exempelvis sjukdom gjorde att verksamheten blev lidande. Exempelvis att fortbildning blev bortprioriterat på grund av personalbrist och dåligt samvete gentemot kollegor. Sara beskrev personalbristens påverkan enligt följande: ”Man känner att man inte kan vara borta för då vet man att de andra får jobba häcken av sig. Det finns inte vikarier att tillgå och man vet att det är svårt att få tag på rätt folk.”

5.1.9 Arbetslagets klimat

Frågan i enkäten om arbetslagets klimat som påverkansfaktor på stress fick brett skilda svar (Figur 2). Intervjupersonerna framhöll, utan yttre påverkan och oberoende av varandra, att arbetsklimatet bland personalen hade stor betydelse när det gällde att minska uppkomsten av stressiga situationer. Intervjupersonerna var eniga kring denna fråga till skillnad från enkätrespondenterna. Anna arbetade i ett nyligen sammansatt arbetslag där de upplevde att tidsbristen gjort att de inte hunnit hitta ett gemensamt arbetssätt. Sara och Karin uttryckte båda att de arbetade i ett arbetslag där samarbetet fungerade på ett givande sätt. Detta gjorde att de kunde avläsa, avlasta och stötta varandra för att på så sätt minska upplevelsen av stress.

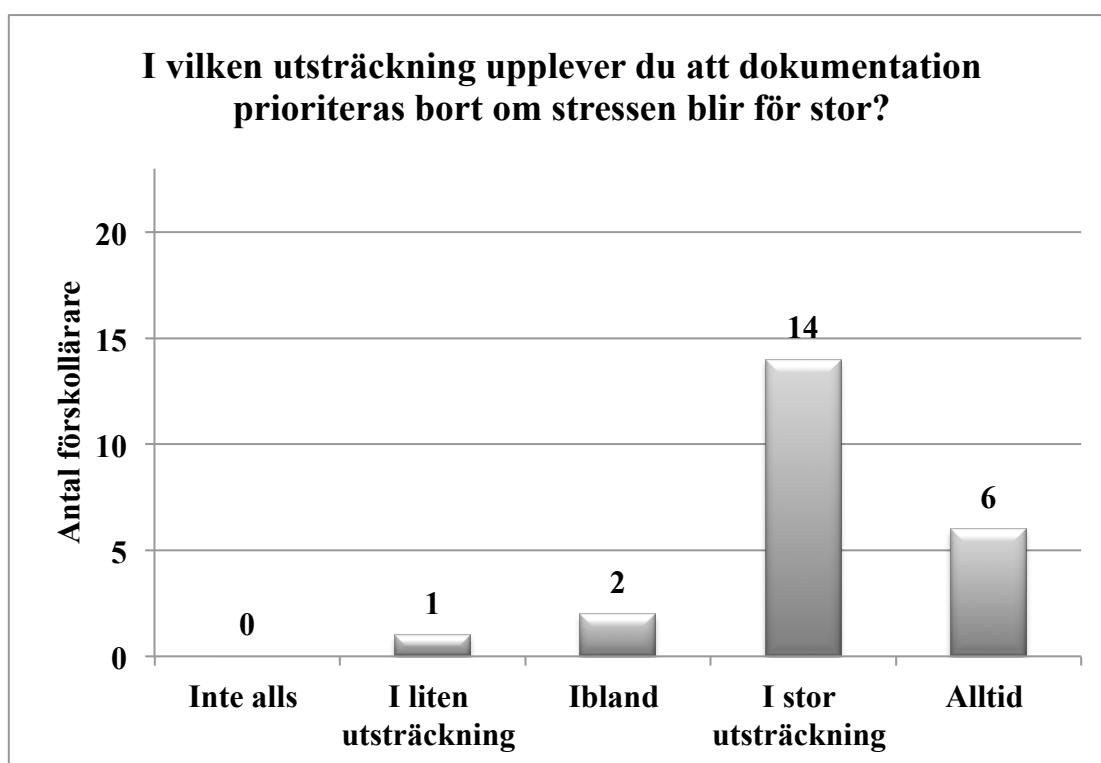


Figur 2: Upplevd stress till följd av klimatet i arbetslaget.

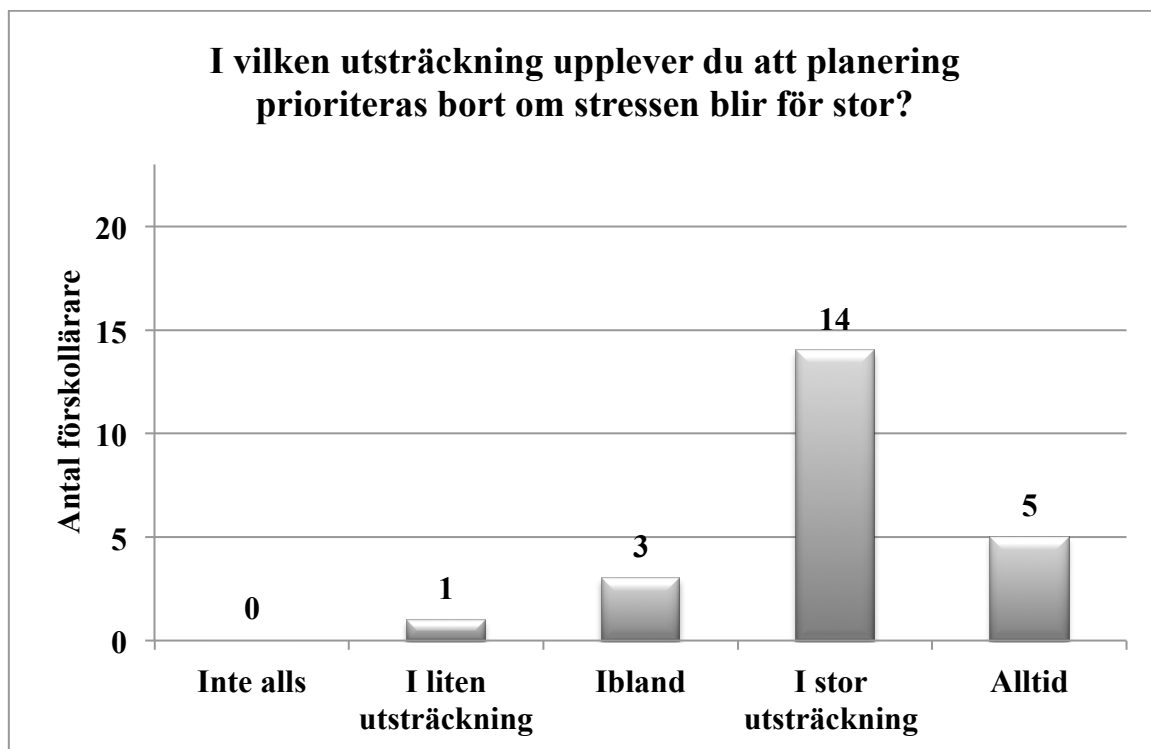
5.2 Hur kan verksamheten påverkas av eventuella prioriteringar som förskollärare gör om de upplever stress?

5.2.1 Dokumentation och planering

Enkäten visade att dokumentation prioriterades bort i stor utsträckning av 14 förskollärare (Figur 3) och sex förskollärare angav att dokumentation är något som alltid prioriterades bort vid stress. Ett annat moment som 14 förskollärare prioriterade bort i stor utsträckning var planeringen (Figur 4). Fem angav att den alltid prioriterades bort och tre uppgav att planeringen ibland inte genomfördes på grund av den ökade upplevelsen av stress. Hos de intervjuade förskollärarna var det i första hand planeringen som inte blev genomförd men det fanns även många tillfällen då dokumentationen fick stå åt sidan.



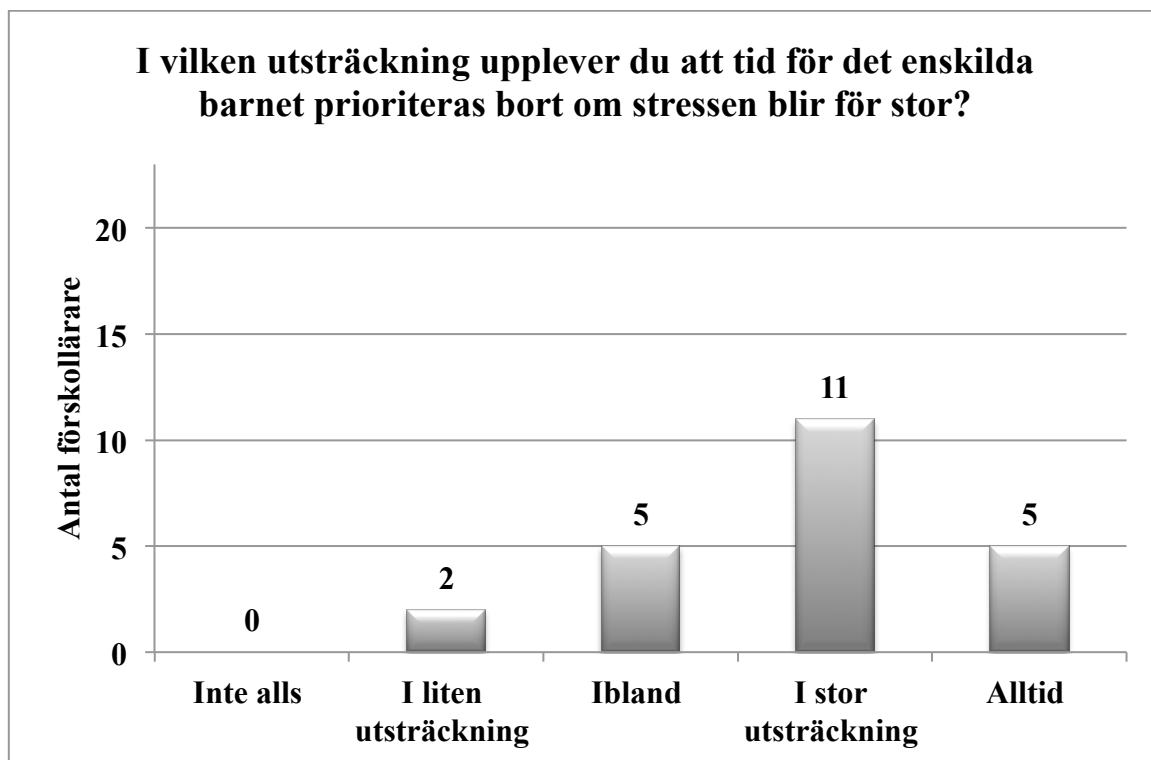
Figur 3: Bortprioritering av dokumentation.



Figur 4: Bortprioritering av planering.

5.2.2 Det enskilda barnet

Tid för det enskilda barnet (*Figur 5*) var något som prioriterades bort i stor utsträckning av närmare hälften av förskollärarna. Fem förskollärare angav att tid för det enskilda barnet var något som alltid prioriterades bort när stressnivån blev för hög. Samtliga intervjuade förskollärare påpekade att tid för det enskilda barnet inte förekom i den utsträckning de önskade. Karin poängterade att detta fick konsekvenser när det gällde att synliggöra och stötta barnens enskilda utveckling.



Figur 5: Bortprioritering av det enskilda barnet.

5.2.3 Arbete i mindre barngrupper

Bortprioriteringar av arbete i mindre barngrupper var något som förekom men inte alls i lika stor utsträckning som de tidigare beskrivna områdena. Hälften av enkätdeltagarna uppgav att arbetet i de mindre grupperna ibland uteblev på grund av den ökade känslan av stress. Förskollärarna i intervjuerna upplevde att arbetet i mindre grupper oftast genomfördes och att detta bidrog till att barnen och arbetsmiljön blev lugnare. De poängterade dock att det fanns svårigheter med detta eftersom om en förskollärare arbetade med ett mindre antal barn fick arbetskollegorna ett större antal barn att ansvara för och detta gjorde att de mindre arbetsgrupperna ibland prioriterades bort.

5.2.4 Raster

Bortprioriteringar av rasterna gav ett varierat resultat i enkäten men den visade ändå på att det var något som alla hade upplevt på sin arbetsplats, detta bekräftades även i intervjuerna. Sara och Karin angav båda att rasterna ofta prioriterades bort när stressen blev för stor eller att omständigheter i verksamheten inte tillät det. Anna uppgav att på deras avdelning tog de nästan alltid sin rast. ”Alltså rasten, vi har ju 30 minuters rast då brukar vi vara härinne [personalrummet]. Det är såhär: Jag skulle inte klara mig utan den så känns det Så den är väldigt värdefull.” (Anna)

5.3 Resultatsammanfattning

Resultatet visade att många moment uppfattades som bidragande till stress i förskolan och medförde att bortprioriteringar gjordes. Den största orsaken till upplevd stress hos förskollärare var de stora barngrupperna. Några av de andra stressfaktorerna hade stora barngrupper som orsak, till exempel antal barn per pedagog och tidsbrist, vilket blev tydligt framförallt i intervjuerna. Förskollärarna framhöll tydligt att de tyckte att färre barn på avdelningarna var av större vikt än fler pedagoger eftersom det skulle minska upplevelsen av stress på många sätt. Genom att minska antalet barn i barngrupperna beskrev de intervjuade förskollärarna att bullret och den höga ljudnivån skulle kunna påverkas på ett positivt sätt. De bortprioriteringar som förekom i störst utsträckning var dokumentation, planering samt tid för det enskilda barnet. Bristen på tid för det enskilda barnet var något som i stor utsträckning oroade de intervjuade på så sätt att de inte kunde följa och stötta barnens utveckling på det sätt som läroplanen kräver. Förskollärarna påpekade att med färre barn skulle möjligheterna att tillgodose alla barns behov öka. Alla intervjuade förskollärare framhöll att bortprioriteringarna påverkade barnen, verksamheten och i slutänden verksamhetens kvalitet.

6 Diskussion

Nedan diskuteras metodens lämplighet, tillförlitligheten för studiens syfte och hur urvalet skett samt analysmetodens användbarhet. Under resultatdiskussionen kopplas resultatet till tidigare forskning och litteratur, hela avsnittets innehåll utgår från de två forskningsfrågorna.

6.1 Metoddiskussion

Att använda enkät som metod var ett givande sätt att undersöka forskningsfrågorna på eftersom det gav tydliga och lättöverskådliga resultat. Enkätsvaren sammanställdes automatiskt i Google Drive, detta gav oss möjligheten att följa svarsprocessen och se ett mönster växa fram. För att vår enkät skulle få distribueras till förskolorna var kravet att förskolecheferna som var ansvariga skulle ge sitt godkännande innan. Kontakten med förskolecheferna samt distribuering av enkäten utfördes med hjälp av vår mellanhand som var utvecklingspedagog i kommunen. Genom kontakten med utvecklingspedagogen kunde enkäten effektivt nå ut till de berörda samt se till att vi kunde följa vår tidsplan. All kontakt med utvecklingspedagogen skedde via e-post, även utvecklingspedagogens kontakt med förskolechefer samt förskoleavdelningar gjordes via e-post. Med en längre svarstid hade möjligheten för fler godkännanden av förskolecheferna ökat och enkäten därmed nått ut till ett större antal avdelningar, vilket i sin tur hade ökat möjligheten till fler deltagare. De fasta svarsalternativen i enkäten gjorde utrymmet att delge egna tankar och åsikter minimal. Backman et al. (2012) lyfter fördelar med att använda sig av fasta svarsalternativ eftersom arbetet med analys och jämförelser underlättas. Eftersom vi skapade frågorna utifrån litteratur och tidigare forskning var förhoppningen att det ändå skulle ge oss en rättvis bild av vad som kunde göra att förskollärarna upplevde stress på sin arbetsplats.

Fördelar vi upplevde med intervju som metod var att vi kunde utgå från intervjufrågorna samt ställa följdfrågor som var relevanta. Det gav oss också chans att fråga upp om oklarheter uppstod för att kunna få en så tydlig bild som möjligt. De inspelade intervjuerna gjorde att vi fick med all information samtidigt som det gav oss intervjuare möjlighet att aktivt lyssna och delta i samtalet. Transkriberingen av intervjuerna var tidskrävande eftersom noggrannhet är viktigt för att registrera all information skriftligt. Det fordrades att gå tillbaka flera gånger i det inspelade materialet för att kontrollera och korrigera det som transkriberats. Vi anser att transkriberingsprocessen var givande för att den gav oss möjligheter att analysera och bearbeta det insamlade materialet fortlöpande och grundligt, den bidrog också till att vi kunde skapa oss en helhetsbild av det undersökta fenomenet.

Vi valde att använda mixed methods i form av enkäter och intervjuer. Med hjälp av enkäterna ville vi nå ut till många respondenter för att öka chanserna att få en tillförlitlig

bild av om förskollärarna upplevde stress. Syftet med intervjuerna var att motsäga eller stärka enkätens resultat och gav också några förskollärare utrymme att utveckla sina uppfattningar kring fenomenet stress. Att arbeta på detta sätt relaterar till det Fejes och Thornberg (2009) lyfter fram som fördelen med mixed methods, att den kan skapa förutsättningar för en djupgående förståelse för fenomenet som studeras. Intervjuerna förstärkte de svar vi fått i enkäterna och gav oss även ett förtydligande om hur intervjupersonerna upplevde stress samt hur verksamheten påverkades av stressade förskollärare. Intervjuerna gav inte några nya infallsvinklar, utan följde samma mönster som enkäten.

6.1.1 Validitet, tillförlitlighet och generaliserbarhet

Thornberg och Fejes (2009) framhåller att validitet är om metoden och tillvägagångssättet är passande för studiens syfte. Vi tycker att metoderna vi valt har varit givande och gett oss möjlighet att besvara våra forskningsfrågor, dock har studiens tillförlitlighet vissa begränsningar på grund av att enkäten inte nått ut till det antal vi hade hoppats på. Trots ett lågt deltagande i enkäten kunde vi utläsa tydliga mönster i förskollärares uppfattningar och erfarenheter av stress samt i vilken utsträckning prioriteringar gjordes. Mönstren utgjordes av att många respondenter angett likvärdiga svar vilket gav oss tydliga resultat i relation till fenomenet stress. Samtliga intervjupersoner framhöll enkätens fokus och svarsalternativ som relevanta och talande för deras vardag. Intervjuernas tillförlitlighet upplevde vi som hög eftersom intervjupersonerna anmält sig till deltagande samt att de delgav sina upplevelser på ett begripligt och uttömmande sätt. Dock är det viktigt att ha i åtanke att de intervjuade personerna har besvarat enkäten vilket kan göra att svaren i intervjuerna kan ha påverkats trots att frågorna som ställdes var öppna. De mönster vi såg i enkäten styrktes med hjälp av intervjuerna samt kopplingar till litteratur och forskning, vilket gör att resultatet känns tillförlitligt trots att studien var liten. Svensson och Ahrne (2011) påpekar att en tillförlitlig generalisering kan ske om resultatet kan styrkas med hjälp av tidigare forskning eller genom att överföras till andra liknande genrer. Sjödin (9 november, 2015) påvisar i sin studie, genomförd på en ort i Västerbotten, också på höga stressnivåer inom förskolläraryrket vilket ger vår studie större generaliserbarhet. Om enkätundersökningen hade fått fler deltagare hade resultatet fått högre validitet och därmed varit mer representativt för förskollärare på orten samt kunnat generaliseras till förskollärare i Sverige.

6.1.2 Urval och bortfall

Urvalet som gjordes inför enkäterna var att vi begränsade studien till en ort i Västerbotten. Slumpen avgjorde urvalet på flera punkter under denna enkätprocess. Till att börja med avgjorde godkännandet från förskolecheferna inför distributionen vilka avdelningar som fick ta del av enkäten. Deltagandet i enkäten var frivilligt och ingenting vi kunde påverka, det blev därmed ett slumpmässigt urval. Ett val som vi gjorde var att analysera svar endast från förskollärare eftersom forskningsfrågorna utgick från förskollärares uppfattningar och erfarenheter. För att anmäla sitt intresse till intervjuerna fick förskollärarna möjlighet att ange sina kontaktuppgifter, eftersom anmälandet var frivilligt avgjorde slumpen även i denna del av studien. Utifrån de förskollärare som

anmält sitt intresse gjorde vi valet att tre intervjupersoner var tillräckligt för att styrka eller motsäga enkätsvaren.

Bortfallet i enkätundersökningen är svårt att utläsa eftersom vår enkät endast distribuerades till avdelningar och inte enskilda individer. Det finns inte heller någon möjlighet att räkna ut hur många som nåtts av enkäten eftersom avdelningarna kan bestå av olika stora personalgrupper.

6.1.3 Genomförande av analys

Vid enkätanalyserna var Google Driveformuläret ett användbart verktyg då svaren sammanställdes procentuellt. Effektiviteten hos en digitaliserad enkät är något som Backman et al. (2012) lyfter som stora fördelar för att kunna göra statistiska analyser, vilket vi också upplevde. Det underlättade våra jämförelser, kategoriseringar och slutsatsdragande eftersom siffrorna framställdes på ett tydligt och övergripande sätt. Analysen av intervjuerna började redan vid intervjutillfället där fördjupande frågor och följdfrågor ställdes, detta anges av Svensson och Ahrne (2011) som en viktig del av analysprocessen. För att följdfrågor skulle växa fram krävdes det att vi tog in det intervjupersonerna sa, analyserade och reflekterade under hela intervjun. Under transkriberingen analyserades intervjuerna ännu en gång, detta gjorde att vi fick syn på likheter och skillnader i respondenternas svar. Med hjälp av intervjuerna säkerställdes enkätresultatens giltighet och gav oss en helhetsbild utifrån forskningsfrågorna.

6.2 Resultatdiskussion

Samtliga enkättagare svarade att de någon gång under en arbetsvecka upplevde stress. Orsakerna till upplevd stress var många och upplevdes olika från individ till individ. De orsaker till stress vi fann i litteraturen och som enkätfrågorna formulerades utifrån överensstämde väldigt tydligt med hur det såg ut i verkligheten ute på de olika förskolorna. Samtliga intervjupersoner poängterade detta vid intervjutillfällena att vi hade träffat rätt angående de olika stressorsakerna samt prioriteringarna. Genom tidigare upplevelser av olika förskoleverksamheter samt bearbetad litteratur hade vi uppmärksammat att stress är något som är vanligt förekommande inom skolväsendet. När vi sedan genomfört studien med enkäter och intervjuer bekräftades att de stressfaktorer vi uppmärksammat i litteratur och tidigare forskning stämde överens med hur uppfattningar och erfarenheter såg ut hos de förskollärare som deltog.

6.2.1 Förskollärares uppfattningar och erfarenheter av stress

Den tydligaste faktorn som påverkade stressupplevelsen hos förskollärare var barngruppens storlek. Detta såg vi både i enkätens svar samt att det stärktes av intervjupersonerna. Denna faktor framkom även som en tydlig orsak till stress inom

litteraturen. Kihlbom (2009a, 2009b) framhåller att barngruppens storlek har stor påverkan på den dagliga verksamhetens miljö i form av buller, konflikter och stress. Detta i sin tur har betydelse för hur barnen lär och utvecklas, det påverkar alla barn på ett negativt sätt och framförallt barn i behov av särskilt stöd, barn från lägre socioekonomiska förhållanden, barn med annat modersmål än svenska samt de yngsta barnen inom verksamheten (Kihlbom, 2009a). Intervjupersonerna poängterade att de till följd av de stora barngrupperna kände en otillräcklighet som förskollärare när de inte kunde se alla barn och finnas där för dem, det gjorde att de kände sig stressade dels på arbetet men även efter arbetstid. Vi menar att det är en oroväckande trend som måste få en lösning eftersom det inte är hälsosamt för varken pedagoger eller barn på förskolan. De förskollärare vi intervjuade framhöll att det skulle göra större skillnad att ha färre barn än extra pedagoger på avdelningarna. Kihlbom (2009a) styrker att barngruppens storlek har större betydelse än personaltätheten för verksamhetens kvalitet. Som Sjödin (9 november, 2015) framhåller är förskollärare en yrkesgrupp som ger mycket av sig själva och är hängivna sitt arbete för att utvecklas och läras tillsammans med barnen, vilket gör att många bränner ut sig. Vår önskan, som även är ett krav på förskollärare idag, är att finnas där för barnen och stötta på bästa möjliga sätt. I förskolans läroplan (Lpfö98)(Skolverket, 2011) framgår det tydligt att de som arbetar inom förskolan ska skapa förutsättningar för varje enskilt barn att utvecklas utifrån sina förutsättningar och få det stöd de behöver. Det känns oroande för vårt framtida yrkesutövande att leva upp till dessa krav, att finnas där för varje enskilt barn trots barngruppens storlek och få pedagoger.

De andra undersökta påverkansfaktorerna till stress, som ljudnivå och buller, tidsbrist, administrativt arbete samt ökade krav bidrog också i stor utsträckning till upplevelsen av ökad stress. Att dessa faktorer påverkade förskollärarnas stress framgick tydligt i enkäten och i samtalen med förskollärarna. I intervjuerna tydliggjorde samtliga förskollärare att dessa stressmoment grundades i ett för stort antal barn i gruppen. En av dem uttryckte det såhär: "Vi brukar säga det, mindre barngrupper är lösningen på allt!" (Anna). Detta är något som vi i stor utsträckning håller med om då ljudnivå och buller på många sätt hänger ihop med antalet barn. En rimlig slutsats angående tidsbristen är att med färre antal barn i barngruppen skulle tidsbristen minska och i slutändan gynna det administrativa arbetet och förskolans kvalitet. Skolverket (2013) anger att barngruppens storlek har en betydande roll för verksamhetens kvalitet när det gäller både det pedagogiska arbetet samt barnens utveckling och lärande. När ljudnivåer och buller blev allt för påfrestande visade vår studie att det var vanligt förekommande att pedagogerna gick ut med hela barngruppen som en snabb lösning på problemet. Genom den snabba och impulsiva lösningen funderar vi på om kvaliteten och pedagogiken påverkas negativt. Pedagogiskt arbete kan ske på ett lika givande sätt utomhus som inomhus så länge det finns en tanke med det, vår undran är dock om den snabba lösningen gör att pedagogiken får stå åt sidan.

Klimatet i arbetslaget var i enkäten en fråga som fick stor spridning på svaren, det var inte en tydlig påverkansfaktor till stress. Vid intervjuerna angav de förskollärare vi intervjuade

att arbetslaget har stor betydelse för hur stressen upplevs. Samtliga intervjupersoner framhöll att ett arbetslag med god sammanhållning och ett fungerande samarbete underlättade vardagen samt minskade stressupplevelsen. Ett sammansvetsat arbetslag kunde gynna verksamheten samt individens personliga upplevelse genom att personalen stöttade och gav tid till varandra att kunna utföra sysslor som kändes betungande eller gjorde att stress växte fram. Resultatet av studien visar att stämningen i arbetslaget påverkar väldigt mycket hur man som individ trivs på sin arbetsplats. Trivseln påverkar i sin tur hur personalen utför sitt arbete. Om personalen är ett sammansvetsat arbetslag där man ger och tar kan svårigheter eller problem lättare lösas, att det kan leda till minskad stress var något som samtliga intervjupersoner framhöll.

6.2.2 Påverkan på verksamheten

Planering och dokumentation är det som prioriterades bort mest enligt enkätsvaren och intervjupersonerna. Samtliga intervjupersoner poängterade att bortprioriteringar av planering och dokumentation gjordes i stor utsträckning eftersom tiden med barngruppen ansågs vara den absolut viktigaste. Genom dessa bortprioriteringar påverkas verksamheten i stort, för att få en stabil grund att stå på samt kvalitet som når upp till Skolverkets krav krävs det ett fortlöpande arbete där både planering och det systematiska kvalitetsarbetet får ta plats. I förskolans läroplan (Lpfö98)(Skolverket, 2011) framhålls löpande dokumentation, uppföljning, utvärdering och utveckling som avgörande för att skapa goda förutsättningar för en utvecklande verksamhet. Studiens resultat visar att förskollärare vill jobba på det sätt som läroplanen föreskriver, men känner sig hindrade på grund av att de inte räcker till och väljer att prioritera tiden med barnen. Vi menar att bortprioriteringarna av pedagogisk dokumentation och systematiskt kvalitetsarbete beror på att de är relativt nya begrepp i förskolans värld. Resultatet i studien visar att många känner att de inte behärskar pedagogisk dokumentation och arbetet med det systematiska kvalitetsarbetet samt att de inte har tid att sätta sig in i hur de ska gå tillväga på ett effektivt och givande sätt. Dessa osäkerheter och bristande kunskaper är något vi uppmärksammat under våra verksamhetsförlagda utbildningar där vi även sett stora skillnader i hur verksamheternas utvärderingar genomfördes. Kihlbom (2009a) framhåller att det ofta är utvärderingen som är otillräcklig vilket får konsekvenser för förskolans kvalitet. Bristande kompetens hos pedagoger kan hindra att en fullgod kvalitet uppnås, även bristande ekonomi, barngruppens storlek och antalet barn per pedagog kan skapa svårigheter för en god kvalitet i verksamheten (Brodin & Renblad, 2015).

Tiden för det enskilda barnet var också något som prioriterades bort och intervjupersonerna uttryckte att detta hade stor påverkan hur förskollärarna skulle kunna stötta barnen i deras personliga utveckling. Intervjupersonerna talade om att det låg mest fokus på att ha en övergripande blick över barngruppen för att få dagen att fungera. Om pedagoger inte tillbringar tid med varje barn kan det vara svårt att se och upptäcka vad barnet har för behov samt vad barnet behöver för att kunna utvecklas utifrån sina egna förutsättningar. Detta kan kopplas ihop med oron kring de stora barngrupperna, om antalet barn i gruppen skulle vara färre kan det leda till större möjligheter för

förskollärarna att finnas där, se och stötta varje individuellt barn. Bortprioriteringen av det enskilda barnet gör oss oroliga då varje individ har egna behov, erfarenheter och förutsättningar som måste tas i beaktning. Att tiden inte räcker till för att se det enskilda barnet är mycket stressande för förskollärare (Sheridan et al., 2014).

Rasterna sågs som en nödvändighet för våra intervjupersoner. Enkäterna visade på att detta var något som kunde prioriteras bort men inte i lika stor utsträckning som de övriga bortprioriteringarna som gjordes. Förskollärarna som intervjuades prioriterade rasterna för att de skulle få en paus och orka med en hel arbetsdag. Denna paus relaterades ofta till ljudnivåerna, att intervjupersonerna upplevde stor skillnad och blev medvetna om de höga ljudnivåerna ute i barngruppen först när de fick lugn och ro.

6.2.3 Implikationer

Att bortprioriteringar görs på grund av den upplevda stressen hos de förskollärare som deltagit i vår studie framgår tydligt och resultatet visar att förskolans kvalitet påverkas av den stressade vardagen. Exempelvis har förskollärarna svårt att följa och stötta varje barns utveckling så som de önskar samt som förskolans läroplan (Lpfö98)(Skolverket, 2011) föreskriver. Bortprioriteringarna som lyfts fram i studien får också konsekvenser för det kontinuerliga arbetet med uppföljning, utvärdering och utveckling vilket i sin tur påverkar förskolans kvalitet. Studiens resultat är oroväckande för förskollärares arbetsmiljö och förskolans verksamhet samt riskerar att påverka barnens utveckling och livslånga lärande.

6.2.4 Fortsatta studier om stress i förskolan

Vårt syfte har varit att undersöka förskollärares uppfattningar och erfarenheter av stress samt förekomsten av bortprioriteringar som påverkar verksamheten. Det skulle vara intressant att undersöka hur barnen påverkas av stressade förskollärare och de bortprioriteringar vi lyft fram. Förslag på fortsatt forskning vore att använda samma tillvägagångssätt som vi använt, där den största stressfaktorn i vår studie är åtgärdad, alltså där antalet barn i barngruppen är färre. Vi anser att det skulle vara givande att göra jämförelser mellan studierna och se i vilken utsträckning barngruppens storlek påverkar förskollärares stressupplevelser och prioriteringar.

7 Referenslista

- Backman, Y., Gardelli, T., Gardelli, V. & Persson, A. (2012), *Vetenskapliga tankeverktyg: till grund för akademiska studier*. Lund: Studentlitteratur.
- Bjørndal, C.R.P. (2005). *Det värderande ögat: observation, utvärdering och utveckling i undervisning och handledning*. (1. uppl.) Stockholm: Liber.
- Brodin, J & Renblad, K. (2015). Early childhood educators' perspectives of the Swedish national curriculum for preschool and quality work. *Early Childhood Education Journal*, 43(5), 347-355. doi: 10.1007/s10643-014-0657-2
- Danielsson, M., Heimerson, I., Lundberg, U., Perski, A., Stefansson, C-G. & Åkerstedt, T. (2012). Psychosocial stress and health problems. *Scandinavian Journal of Public Health*, 40(9), 121-134. doi:10.1177/1403494812459469
- Eriksen, H. & Ursin, H. (2013). Kognitiv stressteori. I B. Arnetz & R. Ekman. *Stress: gen, individ, samhälle*. (3. uppl.)(s.25-34). Stockholm: Liber.
- Fejes, A. & Thornberg, R. (2009). Kvalitativ forskning och kvalitativ analys. I A. Fejes & R. Thornberg. *Handbok i kvalitativ analys*. (s.13-37). Stockholm: Liber.
- Kelly, A. & Berthelsen, D. (1995). Preschool teachers experiences of stress. *Teaching & Teacher Education*. 11(4), 345-357. doi:10.1016/0742-051X(94)00038-8
- Kihlbom, M. (2009a). Principiellt om kvalitet. I M. Kihlbom, B. Lidholt & G. Niss. *Förskola för de allra minsta: på gott och ont*. (s.46-55). Stockholm: Carlsson.
- Kihlbom, M. (2009b). Förutsättningar för kvalitet. Gruppstorlek, personaltäthet och vistelsetid. I M. Kihlbom, B. Lidholt & G. Niss. *Förskola för de allra minsta: på gott och ont*. (s.34-45). Stockholm: Carlsson.
- Kihlbom, M. (2009c). Stress, en reaktion på otrygghet. I M. Kihlbom, B. Lidholt & G. Niss. *Förskola för de allra minsta: på gott och ont*. (s.113-122). Stockholm: Carlsson.
- Koch, E. (2015). Stressen slår hårt mot förskollärare. *Lärarnas tidning*, (13), 8-9.
- Larsson, S. (1986). *Kvalitativ analys [Elektronisk resurs] : exemplet fenomenografi*. Lund: Studentlitteratur.
- Levi, L. (2013) Stress internationellt och i folkhälsoperspektiv: En översikt. I R. Ekman & B. Arnetz (red.), *Stress: gen, individ, samhälle*. (3. uppl.)(s.213-225). Stockholm: Liber.
- Lidholt, B. (2009) Personalens röster. I M. Kihlbom, B. Lidholt & G. Niss. *Förskola för de allra minsta: på gott och ont*. (s. 59-67). Stockholm: Carlsson.
- Lindgren, K. (2015). Stressen slår hårt mot förskollärare. *Lärarnas tidning*, (13), 8-9.

- Lundgren, U. (2012). Det livslånga lärandet - att utbilda för ett kunskapssamhälle. I *Lärande skola bildning. Grundbok för lärare*. (s.101-138). Stockholm: Natur & Kultur.
- Marton, F. & Booth, S. (2000). *Om lärande*. Lund: Studentlitteratur.
- Orlenius, K. (2001). *Värdegrunden - finns den?* Hässelby: Runa.
- Runesson, U. (2006). What is it Possible to Learn? On Variation as a Necessary Condition for Learning. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 50(4), 397-410. doi:10.1080/00313830600823753
- Schaufeli, W., Leiter, M., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 14(3), 204-220. doi: 10.1108/13620430910966406
- SFS (2010:800). Skollag. Hämtad 9 november, 2015, från riksdagen, http://www.riksdagen.se/sv/Dokument-Lagar/Lagar/Svenskforfattningssamling/Skollag-2010800_sfs-2010-800/#K14
- Sheridan, S., Williams, P. & Pramling Samuelsson, I. (2014). Group Size and Organisational Conditions for Children's Learning in Preschool: A Teacher Perspective. *Educational Research*, 56(4), 379-397. doi: 10.1080/00131881.2014.965562
- Sjödin, F., Kjellberg, A., Knutsson, A., Landström, U. & Lindberg, L. (2012). Noise and stress effects on preschool personnel. *Noise & Health*, 14(59), 166-78. doi:10.4103/1463-1741.99892
- Sjödin, F. (2015, 9 november), Därför gör "honungsfällan" förskollärarna sjuka. *SR P4 Västerbotten*. Länk: <http://t.sr.se/1RI3nF7>
- Skolverket (2011). *Läroplan för förskolan Lpfö 98*. (2., rev. uppl.) Stockholm: Skolverket.
- Skolverket (2013). *Allmänna råd med kommentarer för förskolan*. Stockholm: Skolverket.
- Svensson, P. & Ahrne, G. (2011). Att designa ett kvalitativt forskningsprojekt. I G. Ahrne. & P. Svensson (Red.). *Handbok i kvalitativa metoder* (s.19-33). Malmö: Liber.
- Tallberg Broman, I. (1995). *Perspektiv på förskolans historia*. Lund: Studentlitteratur.
- Tallberg Broman, I. (2010). Svensk förskola – ett kvalitetsbegrepp. I B. Riddersporre & S. Persson (Red.). *Utbildningsvetenskap för förskolan*. (1. utg., s. 21-38) Stockholm: Natur & kultur.
- Thornberg, R. & Fejes, A. (2009). Kvalitet och generaliserbarhet i kvalitativa studier. I A. Fejes & R. Thornberg. *Handbok i kvalitativ analys*. (s.216-235). Stockholm: Liber.
- Vallberg Roth, A. (2011). *De yngre barnens läroplanshistoria: didaktik, dokumentation och bedömning i förskola*. (2., [rev.] uppl.). Lund: Studentlitteratur.
- Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning* [Elektronisk resurs]. Stockholm: Vetenskapsrådet. Hämtad den: 2015-11-11 Från: www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf

Westberg, J. (2011). Förskolans historia. I E. Larsson & J. Westberg (Red.),
Utbildningshistoria: en introduktion. (1. uppl., s. 87-102). Lund: Studentlitteratur.

Währborg, P. (2009). *Stress och den nya ohälsan*. (2., [rev. och utök.] utg.) Stockholm:
Natur och kultur.

8 Bilagor

8.1 Bilaga 1- Missivbrev inför enkät

Hej!

Vi är två förskollärostudenterna som i skrivande stund jobbar med vårt examensarbete. Vi skulle uppskatta om du ville svara på vår enkät som syftar till att skapa kunskap om stress och förståelse för hur den kan upplevas hos pedagogerna inom XXX Kommuns förskolor.

Deltagandet är helt frivilligt och uppgifterna kommer enbart att användas i samband med detta examensarbete. Du är helt anonym om du inte själv väljer att medverka i efterföljande intervjuer. I samband med deltagandet i enkäten får du som är förskollärare möjlighet att lämna kontaktuppgifter om intresse finns att delta i dessa intervjuer. Efter avslutad studie kommer allt insamlat material att makuleras.

Klicka här för att besvara

enkäten: https://docs.google.com/forms/d/15Hul3N0p5fvTxs87RLdIBTV7z-w4eiiDvQY_VGRjLOc/viewform?usp=send_form

Enkäten är öppen fram till den 22 november kl.21.00

Tack på förhand.

Vid frågor kan du kontakta oss.

Enkäten är öppen fram till den 22 november kl.21.00

Emma Rönningsen:

Tel:XXX-XXXXXXX

Mail:xxxxxx-x@student.ltu.se

Jennie Lindberg:

Tel:XXX-XXXXXXX

Mail:xxxxxx-x@student.ltu.se

8.2 Bilaga 2- Enkät om upplevd stress på förskolan

1. Vad har du för utbildning?

- Förskolläraryt utbildning
- Barnskötaryt utbildning
- Annan utbildning, nämligen _____

2. Hur lång erfarenhet har du av arbete i förskolan? Med detta avser vi även den gamla benämningen dagis.

- 0-5 års erfarenhet
- 5-10 års erfarenhet
- 10 < års erfarenhet

3. Vilken åldersgrupp arbetar du med?

- 1-3 år
- 3-5 år
- 1-5 år
- annan åldersgrupp, nämligen _____

4. Hur ofta upplever du stress på din arbetsplats?

- Aldrig
- 1 gång/vecka
- 2-3 gånger/vecka
- 4-6 gånger/vecka
- 7-10 gånger/vecka
- 10 < gånger/vecka

5. Vilken tidpunkt på dagen upplever du dig mest stressad?

- Upplever ingen stress
- Förmiddag
- Lunch
- Eftermiddag
- Ingen speciell tidpunkt
- Varierande från dag till dag

6. a) I hur stor utsträckning upplever du att barngruppens storlek medför stress på arbetsplatsen?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

b) I hur stor utsträckning upplever du att antal barn/pedagog medför stress på arbetsplatsen?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

c) I hur stor utsträckning upplever du att ljudnivån/buller medför stress på arbetsplatsen?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

d) I hur stor utsträckning upplever du att personalbrist medför stress på arbetsplatsen?

- Inte alls

- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

e) I hur stor utsträckning upplever du att ökade krav på kvaliteten i förskolan medför stress på arbetsplatsen?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

f) I hur stor utsträckning upplever du att administration (planering/dokumentation/kvalitetsarbete) medför stress på arbetsplatsen?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

g) I hur stor utsträckning upplever du att tidsbrist medför stress på arbetsplatsen?

- Inte alls
- I liten utsträckning

- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

h) I hur stor utsträckning upplever du att klimatet i arbetslaget medför stress på arbetsplatsen?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

7. a) I vilken utsträckning upplever du att dokumentation prioriteras bort om stressen blir för stor?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

7. b) I vilken utsträckning upplever du att planering prioriteras bort om stressen blir för stor?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

7. c) I vilken stor utsträckning upplever du att raster prioriteras bort om stressen blir för stor?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

7. d) I vilken utsträckning upplever du att arbete i mindre barngrupper prioriteras bort om stressen blir för stor?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

7. e) I vilken utsträckning upplever du att tid för det enskilda barnet prioriteras bort om stressen blir för stor?

- Inte alls
- I liten utsträckning
- Ibland
- I stor utsträckning
- Alltid

Vi kommer också att genomföra intervjuer med förskollärare under början av vecka 49. Skulle du vara intresserad av att delta kan du ange ditt namn, mailadress samt förskolans namn i rutan nedan. Intervjuerna beräknas ta ca 30 minuter och kommer att bearbeta området stress i förskolan på ett djupare plan. Vi kommer att kontakta intervjupersonerna under vecka 48 för att komma överens om en passande tid.

Tack för ditt deltagande i vår enkät!
/Emma Rönningens och Jennie Lindberg

8.3 Bilaga 3- Missivbrev inför intervju

Hej!

Du deltog nyligen i en enkätstudie om upplevd stress i förskolan och uppgav att du var intresserad av att delta i fördjupande intervjuer kring detta ämne. Du är utvald till att medverka om du fortfarande är intresserad. Intervjuerna beräknas ta cirka 30 minuter och kommer att beröra samma frågeställningar som enkäten men på ett mer fördjupat sätt. Deltagandet är frivilligt och intervjuerna kommer att spelas in. Orsaken till inspelningarna är att det ska underlätta för oss vid bearbetningen av materialet, endast vi kommer att ha tillgång till detta material och det kommer att raderas när examensarbetet är slutfört. I vårt arbete kommer du att vara anonym och kommer endast att anges med exempelvis ”Förskollärare 1, fem års erfarenhet”.

Vi kommer att genomföra intervjuerna vecka 49, måndag eller tisdag, tiden kan anpassas efter vad som passar dig och verksamheten. Det vore bra om vi kan sitta på en avskild plats när vi genomför intervjuerna. Återkom till oss så fort som möjligt med en tid som passar dig.

Hör av dig om du har några frågor.

Mvh Emma och Jennie

Emma Rönningsen:

Tel:XXX-XXXXXXX

Mail:xxxxxx-x@student.ltu.se

Jennie Lindberg:

Tel:XXX-XXXXXXX

Mail:xxxxxx-x@student.ltu.se

8.4 Bilaga 4- Intervjufrågor

Introduktionsfrågor

- Hur gammal är du?
- Hur lång erfarenhet som förskollärare har du?
- Vilken åldersgrupp arbetar du med?

Kan du berätta vilka orsaker som bidrar till att du känner dig stressad på ditt jobb?

Kan du berätta om vilka bortprioriteringar du upplever görs när stressen blir för stor?

- I hur stor utsträckning sker detta?

Berätta om hur du upplever att verksamheten påverkas av stressade förskollärare.

Hur tror du att barnen/barngruppen påverkas av stressade förskollärare?

Vilka förändringar önskar du skulle genomföras för att du ska uppleva mindre stress på jobbet?

