

Tiden som inte räcker till

En redovisning av hur lärares arbetstid kläms från flera håll

I denna PM presenteras statistik över hur stor del av grundskollärares, gymnasielärares och vuxenutbildningslärares arbetstid under en genomsnittlig vecka som används till undervisning, vikarierande, mentorskap, förberedelser och efterarbete. Underlaget utgörs av data från den longitudinella arbetsmiljöundersökningen, som Sveriges Lärare skickade ut i inledningen av 2023. I undersökningen ombads respondenterna beskriva sina arbetsförhållanden under vecka 5 år 2023. Enkäten skickades till 5 550 lärare i förbundets panel, och svarsfrekvensen blev 52 procent. Antalet svarande var 1 659 i grundskolan, 677 i gymnasieskolan och 136 i vuxenutbildningen.

Sammanfattning och slutsatser

Undersökningen visar att:

- Var femte lärare arbetade övertid under veckan, det vill säga mer än 45 timmar.
- Hur mycket undervisningstid lärare har varierar stort. Under en arbetsvecka kan det skilja en hel arbetsdag (7–8 timmar) mellan den tiondel lärare som undervisar minst och den tiondel som undervisar mest i grund- och gymnasieskolan.
- Ju mer undervisningstid som lärare har, desto högre upplevd arbetsbelastning.
- Lärare lägger i genomsnitt mer än en tredjedel av veckans arbetstid på annat än undervisningsrelaterade arbetsuppgifter, till exempel administrativa arbetsuppgifter och möten.
- Grundskollärare hade i genomsnitt endast 22 minuter till för- och efterarbete för varje undervisningstimme. Motsvarande tid för gymnasielärare var 41 minuter och 31 minuter för lärare inom vuxenutbildningen.
- Hälften av grundskollärarna ansåg att tiden till planering och förberedelser för undervisningen var otillräcklig. Motsvarande andel bland gymnasielärare var 40 procent och 20 procent bland lärare inom vuxenutbildningen.
- Sju av tio grundskollärare ansåg att tiden till efterarbete var otillräcklig. Hälften av gymnasielärarna och cirka tre av tio lärare inom vuxenutbildningen var av samma uppfattning.
- Bland de lärare som svarade att tiden till för- och efterarbete var otillräcklig uppgav nio av tio att de var stressade varje dag eller flera dagar i veckan.

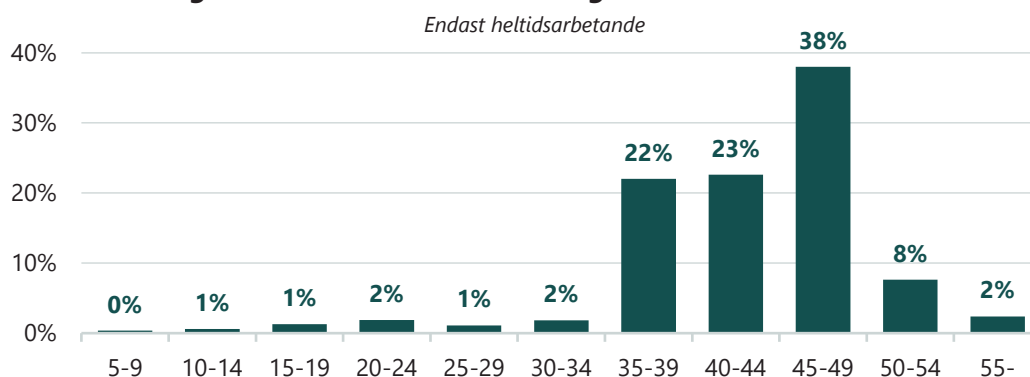
Det måste finnas rimlig tid för lärares kärnuppdrag, att kunna förbereda, genomföra och efterarbeta sin undervisning. Det utrymme till för- och efterarbete som lärarna har idag är långt ifrån tillräckligt, vilket påverkar lärares arbetsbelastning och arbetsmiljö negativt. I förlängningen riskerar detta att gå ut över elevernas möjlighet att nå så långt som möjligt i sitt lärande. Enda sättet att skapa hållbara lärartjänster med goda förutsättningar är att undervisningstiden minskar och att arbetsuppgifter som inte hör till lärares kärnuppdrag minimeras eller helt tas bort.

Arbetade timmar

Majoriteten av lärarna i grund- och gymnasieskolan uppgav att de hade ferietjänst (92 procent), medan det inom vuxenutbildningen var vanligast med semestertjänst (85 procent). Ungefär 15 procent av lärarna uppgav att de arbetade deltid, och bland dessa var den genomsnittliga arbetstiden 75 procent.

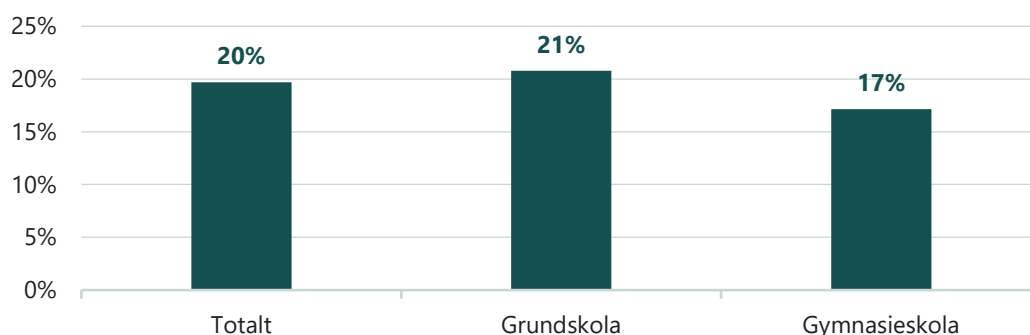
I undersökningen uppmanades lärarna att ha sitt schema till hands och svara på hur många timmar de arbetat under vecka 5. Om lärarna exempelvis haft sjukfrånvaro eller vård av barn blir alltså veckoarbetstiden lägre än vad lärarna normalt sett arbetar, liksom att den blir högre om de har behövt arbeta övertid. Heltidsanställda lärare i grundskolan och gymnasieskolan arbetade i genomsnitt 41 timmar under vecka 5. Arbetade timmar var något lägre inom vuxenutbildningen, 40 timmar. Den genomsnittliga arbetstiden påverkas dock av att en tiondel arbetade relativt få timmar under vecka 5, sannolikt på grund av sjukfrånvaro eller annan frånvaro. Diagram 1 visar fördelningen av arbetade timmar för lärare inom samtliga skolformer. Nio av tio lärare arbetade därmed mellan 35 och 54 timmar under vecka 5. Det var vanligast att lärarna arbetade 45–49 timmar och en tiondel arbetade mer än 50 timmar.

Diagram 1. Procentuell fördelning av arbetad tid i timmar



Under antagande att de lärare som har ferietjänst och har arbetat mer än 35 timmar under veckan har arbetat en fullständig vecka (dvs inte varit frånvarande), så kan vi beräkna hur stor andel av dessa som har arbetat övertid. Med övertid menas i det här fallet mer än 45 timmar. I diagram 2 framgår att av dem som arbetat en fullständig vecka enligt föreliggande beskrivning så arbetade var femte lärare i grundskolan och gymnasieskolan övertid.

Diagram 2. Andel lärare som har arbetat övertid



Anm: Endast heltidsarbetande lärare med ferietjänst. Basen utgörs av lärare som arbetat mer än 35 timmar under vecka 5 och antalet med övertid avser dem som arbetat mer än 45 timmar.

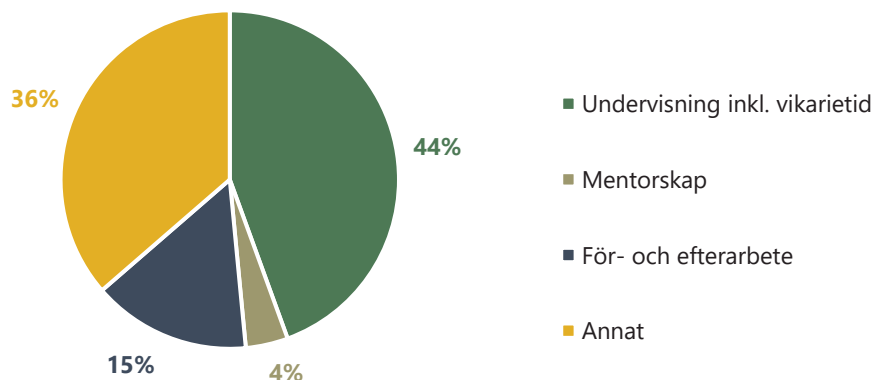
Tid till undervisning och andra arbetsuppgifter

I detta avsnitt beskrivs hur fördelningen av veckans olika arbetsmoment såg ut för respektive skolf orm och olika lärarbefattningar. Att uppskatta mängden undervisning får anses vara tillräckligt tillförlitligt genom att läraren ombeds studera sitt schema under den efterfrågade veckan. Att uppskatta tid till förberedelser, bedömning av examinationer, återkoppling på uppgifter, mentorskap och liknande får anses vara svårare att bedöma och resultaten bör tolkas utifrån att det är just en uppskattning.

Grundskolan

Av veckans arbetstimmar användes 44 procent av arbetstiden för lärare i grundskolan till *undervisning*, inklusive vikarierande för frånvarande kollegor. 4 procent av arbetstiden gick till *mentorskap* för elever. I genomsnitt uppskattade lärarna att de endast kunnat använda 15 procent av sin arbetstid till *för- och efterarbete*. Vid summering av de återstående timmarna som läraren har arbetat kan konstateras att 36 procent av arbetstiden gick till *annat*; exempelvis administrativa uppgifter, personalmöten, möten med vårdnadshavare, rastvaktande, andra uppdrag etc.

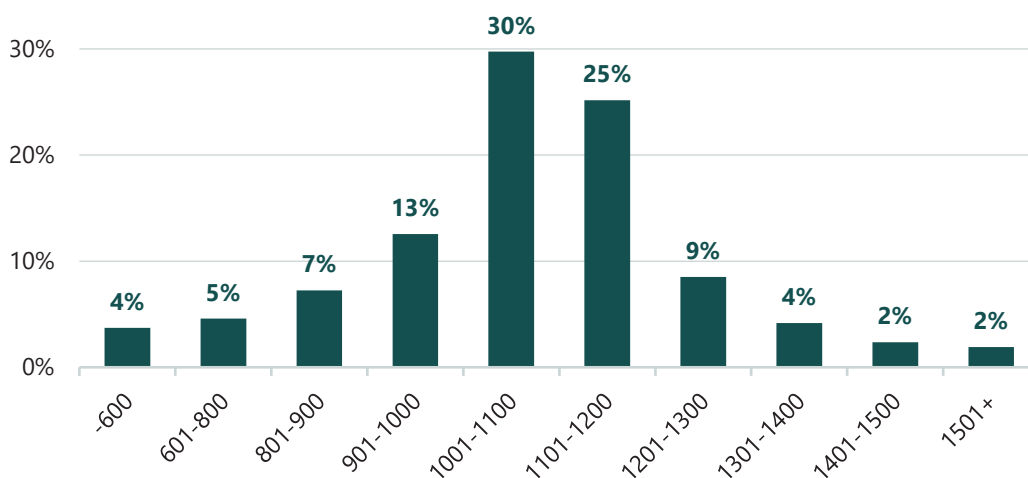
Diagram 3. Procentuell fördelning av arbetsmoment i grundskolan



Anm: Undervisningstiden är omräknad till heltidstjänster och därefter inkluderar tiden som läraren har behövt vikariera för frånvarande kollegor.

Diagram 4. Procentuell fördelning av minuter undervisningstid i grundskolan

Omräknad till heltidstjänster



Undervisningstiden varierar stort mellan lärarna. Av diagram 4 framgår fördelningen av grundskollärares undervisningstid i procent. En tiondel av lärarna (P₁₀) har en undervisningstid som är lägre än 850 minuter, vilket alltså motsvarar närmare 14 timmars undervisning under veckan. Hälften hade en undervisningstid som överstiger 1 090 minuter motsvarande 18 timmar i veckan, och en tiondel (P₉₀) undervisade mer än 1 280 minuter, vilket alltså motsvarar 21 timmar i veckan. Det betyder att det skiljer mer än sju timmar per vecka – nästan en hel arbetsdag – mellan den tiondel som undervisar mest och den tiondel som undervisar minst. I tabell 1 framgår motsvarande statistiska mått per befattning.

Lärare i årskurs F–3 undervisade i genomsnitt 19 timmar under vecka 5, lärare i årskurs 4–6 samt lärare i praktiska/estetiska ämnen 18 timmar och högstadielärare undervisade i genomsnitt 17 timmar. En fjärdedel av lärarna i grundskolan har uppgett att de har lägre antal lektioner än kollegerna av olika skäl, exempelvis att de är arbetslagsledare, förstelärare eller ämnesansvariga. Det innebär att den faktiska undervisningstiden för de flesta lärare är något högre än vad tabellen visar. Om endast lärare som inte har angett att de har färre undervisningstimmar på grund av andra uppdrag betraktas ökar den genomsnittliga undervisningstiden för grundskollärare med närmare en halvtimme, till 1 100 minuter.

Tabell 1. Undervisningstid i grundskolan per befattning, omräknat till heltidstjänster

Minuter per vecka

Befattning	Antal respondenter	Undervisning inkl. vikarietid (minuter)					
		P ₁₀	Q1	Medel	Median	Q3	P ₉₀
Lärare åk F–3	270	900	1 035	1 136	1 110	1 237	1 440
Lärare åk 4–6	394	900	1 020	1 104	1 110	1 200	1 300
Lärare åk 7–9	414	800	960	1 016	1 050	1 120	1 190
Lärare prakt/est	167	840	990	1 063	1 100	1 160	1 230
Grundskolan totalt	1 267	850	1 000	1 075	1 090	1 170	1 280

Anm: i totalsiffran ingår även andra befattningar i grundskolan som är för få för att särredovisas

Tabell 2. Arbetstid i minuter för olika arbetsmoment i grundskolan

För- och efterarbete avser per undervisningstimme (60 min)

Arbetsmoment	Andel som har momenten	Arbetstid i minuter					
		P ₁₀	Q1	Medel	Median	Q3	P ₉₀
För- och efterarbete	100%	4	9	22	18	32	45
Mentorskap	93%	10	60	137	90	180	300
Vikarietid	25%	0	0	29	0	20	80

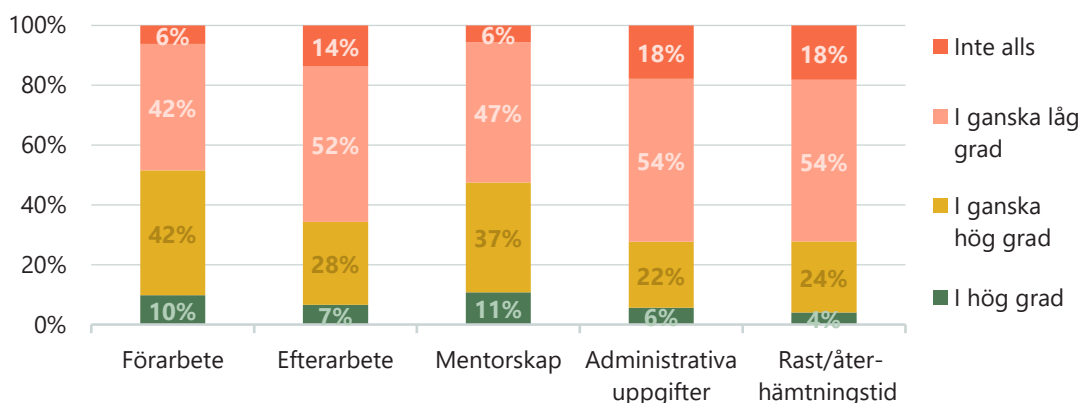
Till varje undervisningstimme (60 min) hade lärarna i genomsnitt 20 minuter att använda till att planera, förbereda och efterarbeta lektionen, vilket framgår av tabell 2. En tiondel hade fyra minuter eller mindre att använda till för- och efterarbete. Den tiondel som hade mest tid till för- och efterarbete ägnade 45 minuter eller mer, i förhållande till en undervisningstimme. Det råder inga större skillnader mellan olika årskurser eller befattningar inom grundskolan gällande tid till för- och efterarbete.

Över nio av tio lärare i grundskolan uppgav att de under veckan hade mentorstid med elever, och den genomsnittliga mentorstiden för samtliga lärare uppgick till närmare 140 minuter. Om

lärare som inte har mentorskap exkluderas ökar den genomsnittliga tiden för mentorskap i grundskolan till 150 minuter under veckan.

Ungefär en fjärdedel av grundskollärarna behövde vikariera för frånvarande kollegor, och den genomsnittliga vikarietiden för samtliga lärare uppgår till närmare 30 minuter under veckan. Om endast de som har vikarierat studeras uppgår den genomsnittliga vikarietiden till cirka 115 minuter under veckan.

Diagram 5. Andel som anser att tiden är tillräcklig gällande olika arbetsmoment i grundskolan

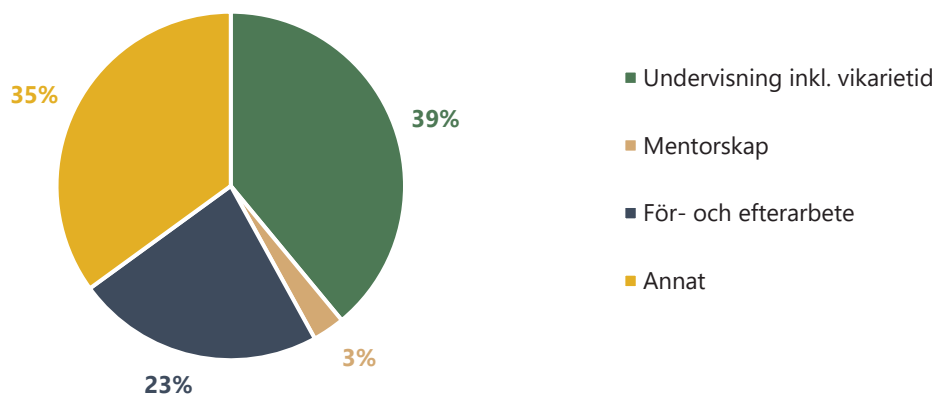


I undersökningen fick lärare uppge i vilken grad de ansåg att tiden som de haft till förfogande var tillräcklig eller inte. Sju av tio lärare i grundskolan svarar att tiden som de har för efterarbete, administration och återhämtning i låg grad eller inte alls var tillräcklig, vilket framgår av diagram 5. Vidare svarar hälften att tiden till förarbete och mentorskap inte var tillräcklig. Endast en tiondel eller färre anser att tiden till dessa arbetsmoment är tillräcklig i hög grad.

Gymnasieskolan

Lärare i gymnasieskolan använde 39 procent av veckans arbetstid till *undervisning*, inklusive vikarierande för frånvarande kollegor. 3 procent av arbetstiden gick till *mentorskap* med elever. I genomsnitt uppskattade lärarna att de lagt närmare en fjärdedel av sin arbetstid på *för- och efterarbete*. 35 procent av veckans arbetstid har gått till *annat*.

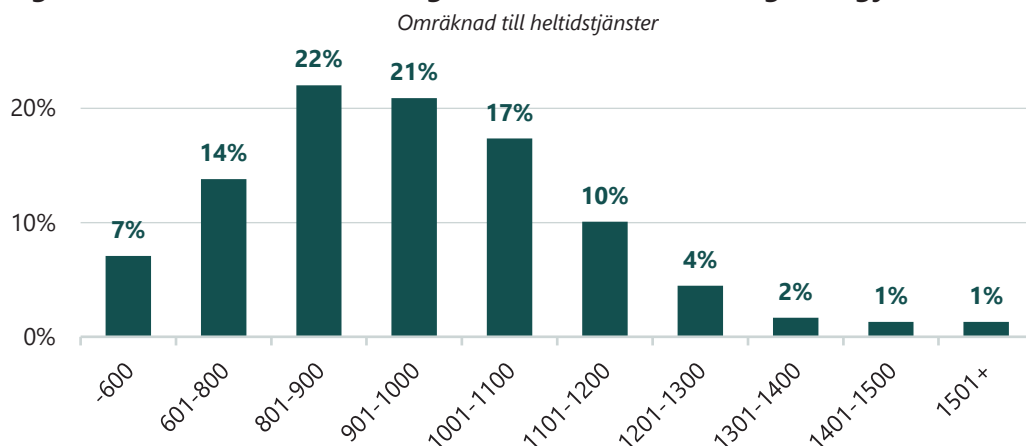
Diagram 6. Procentuell fördelning av arbetsmoment i gymnasieskolan



Anm: Undervisningstiden är omräknad till heltidstjänster och därefter inkluderar tiden som läraren har behövt vikariera för frånvarande kollegor.

Av diagram 7 framgår fördelningen av gymnasielärarnas undervisningstid i procent. En tiondel av lärarna (P_{10}) hade en undervisningstid som är lägre än 700 minuter, vilket alltså motsvarar tolv timmars undervisning under veckan. Hälften hade en undervisningstid som översteg 950 minuter eller 16 timmar i veckan, och en tiondel (P_{90}) undervisade mer än 1 200 minuter, det vill säga 20 timmar i veckan. I tabell 3 framgår motsvarande statistiska mått per befattning i gymnasieskolan.

Diagram 7. Procentuell fördelning av minuter undervisningstid i gymnasieskolan



Tabell 3. Undervisningstid i gymnasieskolan per befattning, omräknat till heltidstjänster

Minuter per vecka

Befattning	Antal respondenter	Undervisning inkl. vikarietid (minuter)					
		P_{10}	Q1	Medel	Median	Q3	P_{90}
Gymnasielärare i allmänna ämnen	382	700	830	927	930	1 040	1 147
Gymnasielärare i yrkesämnena	114	640	850	1 001	1 033	1 200	1 380
Gymnasieskolan totalt	528	700	838	945	950	1 080	1 200

Anm: I totalsiffran ingår även andra befattningar i gymnasieskolan som är för få för att särredovisas.

Gymnasielärare i allmänna ämnen undervisade i genomsnitt närmare 930 minuter, motsvarande 15 timmar i veckan. En tiondel (P_{90}) undervisar dock minst fyra timmar mer under samma vecka, nämligen 20 timmar. En tiondel undervisar mindre än tolv timmar. Detta innebär att det skiljer åtta timmar mellan dessa lärargrupper. Lärare i yrkesämnena undervisar i genomsnitt 1 000 minuter, motsvarande 17 timmar. En tiondel av yrkeslärarna undervisar 23 timmar eller mer. Ungefär 30 procent av lärarna i gymnasieskolan har uppgett att de av olika skäl har färre undervisningstimmar än kollegerna på grund av uppdrag som arbetslagsledare, förstelärare eller ämnesansvarig. Det innebär att den faktiska undervisningstiden för de flesta lärare är något högre än vad tabellen visar. Om endast lärare som inte har fått anpassning av undervisningstiden på grund av särskilda uppdrag betraktas ökar den genomsnittliga undervisningstiden för gymnasielärare med 40 minuter, till över 980 minuter.

I förhållande till en undervisningstimme (60 min) kunde gymnasielärare i genomsnitt ägna cirka 40 minuter till planering, förberedelser samt efterarbete, vilket framgår av tabell 4. En tiondel (P_{10}) av lärarna hade dock enbart sju minuter eller mindre till förberedelser och efterarbete.

I stort sett samtliga gymnasielärare hade mentorskap för elever. De ägnade i genomsnitt 100 minuter under veckan på mentorstid. Om lärare som inte har mentorskap exkluderas ökar den genomsnittliga tiden för mentorskap med några enstaka minuter.

Ungefär en sjättedel av gymnasielärarna behövde vikariera för frånvarande kollegor under veckan, och den genomsnittliga vikarietiden för samtliga lärare blev 17 minuter. Om endast de som har vikarierat studeras uppgår den genomsnittliga vikarietiden till cirka 105 minuter.

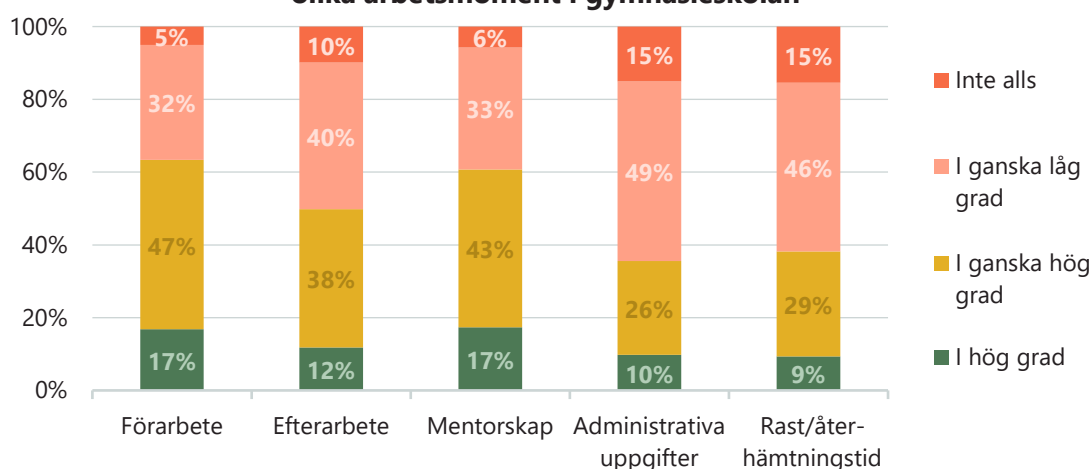
Tabell 4. Arbetstid i minuter för olika arbetsmoment i gymnasieskolan

För- och efterarbete avser per undervisningstimme (60 minuter)

Arbetsmoment	Andel som har momenten	P ₁₀	Q1	Medel	Median	Q3	P ₉₀
För- och efterarbete	100%	7	17	41	32	60	92
Mentorskap	98%	30	50	101	60	120	200
Vikarietid	16%	0	0	17	0	0	73

Gymnasielärare anser, liksom grundskollärarna, att det finns för lite utrymme till efterarbete, återhämtning och administrativa uppgifter som ska utföras. Hälften anser att tiden till efterarbete i låg grad eller inte alls är tillräcklig. Över sex av tio har inte tillräckligt med återhämtningstid/rast och lika många anser att tiden för administrativa uppgifter inte räcker till. Närmare fyra av tio lärare i gymnasieskolan anser att förberedelse tiden och tid för mentorskap är otillräcklig.

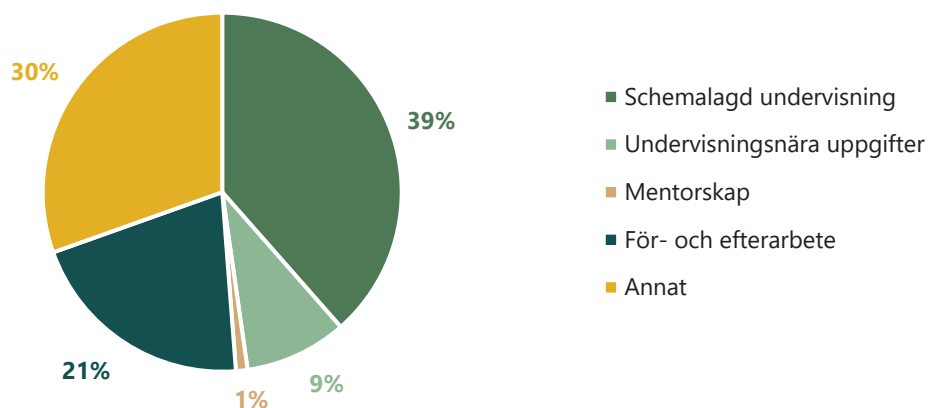
Diagram 8. Andel som anser att tiden är tillräcklig gällande olika arbetsmoment i gymnasieskolan



Vuxenutbildning

I enkäten fick lärare inom vuxenutbildning ytterligare ett alternativ gällande specificering av veckans arbetstid, eftersom de i större utsträckning kan ha arbetsuppgifter som hör till undervisningen, utan att den är schemalagd. Det kan gälla återkoppling på uppgifter eller andra typer av avstämningar med elever. Därför har undervisningen fördelats på *schemalagd undervisning* respektive *undervisningsnära uppgifter*. Av veckans arbetstimmar lade lärare inom vuxenutbildning närmare 40 procent av sin arbetstid på *schemalagd undervisning*, inklusive vikarierande för frånvarande kollegor. En tiondel av arbetstiden ägnades åt *undervisningsnära uppgifter*. Endast 1 procent av arbetstiden gick till *mentorskap* med elever. Närmare en femtedel av arbetstiden gick till *för- och efterarbete* från undervisningen. Resterande 30 procent användes till *annat*.

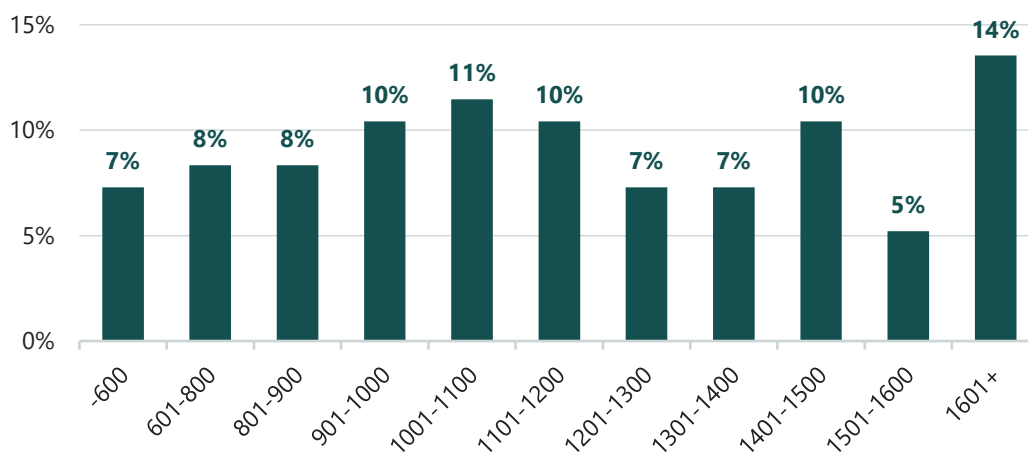
Diagram 9. Procentuell fördelning av arbetstid inom vuxenutbildning



Anm: Schemalagd undervisning och undervisningsnära uppgifter är omräknad till heltidstjänster och därefter inkluderar tiden som läraren har behövt vikariera för frånvarande kollegor.

Diagram 10. Procentuell fördelning av minuter undervisningstid (schemalagd och undervisningsnära uppgifter) i vuxenutbildningen

Omräknat till heltidstjänster



I diagram 10 framkommer fördelningen av hur många minuter lärarna inom vuxenutbildningen lägger på undervisning, både schemalagd och undervisningsnära uppgifter. I jämförelse mot grundskolan och gymnasieskolan framkommer inte en lika tydlig koncentration kring ett medelvärde. Det kan förklaras av att olika befattningar inom vuxenutbildningen har relativt olika undervisningstid, nämligen lärare i allmänna ämnen eller yrkesämnen på grundskolenivå respektive gymnasienivå, samt sfi-lärare.

Som det framgår av tabell 5 har lärare inom vuxenutbildningen undervisning i genomsnitt 20 timmar i veckan, antingen schemalagd eller på undervisningsnära uppgifter. Spridningen är dock stor och kan liksom tidigare förklaras av att det är olika befattningar inom vuxenutbildningen. Sfi-lärare har exempelvis i genomsnitt en högre schemalagd undervisningstid än gymnasielärare i allmänna ämnen och yrkesämnen. Samtidigt använder lärarna som undervisar i allmänna ämnen på gymnasial nivå mer tid åt undervisningsnära uppgifter. En tiondel av lärarna inom vuxenutbildningen undervisade mer än 30 timmar under veckan.

Tabell 5. Tid i minuter för olika arbetsmoment inom vuxenutbildning

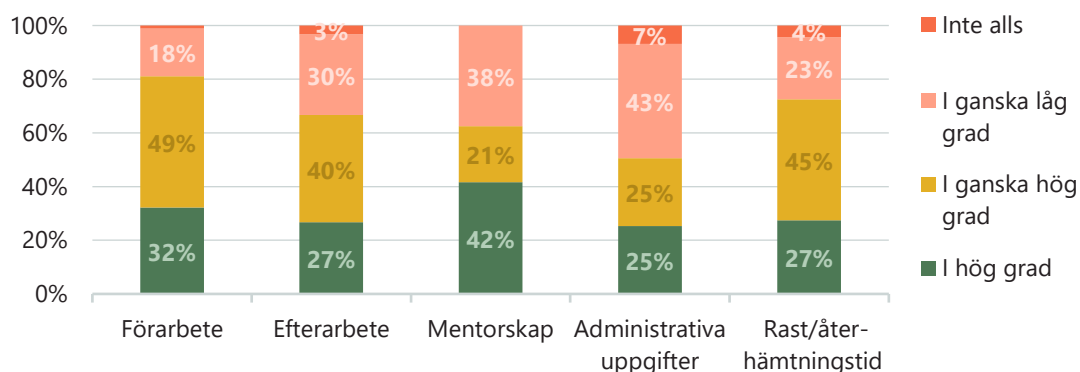
Undervisningstiden och undervisningsnära uppgifter är omräknade till heltidstjänster.
För- och efterarbete avser per undervisningstimme totalt (60 minuter)

Arbetsmoment	Andel som har mom.	P ₁₀	Q1	Medel	Median	Q3	P ₉₀
Totalt undervisning	100%	720	900	1 178	1 114	1 440	1 800
därav schemalagd inkl. vik.	100%	540	771	948	960	1 125	1 330
därav undervisningsnära uppg.	69%	0	0	230	120	350	600
För- och efterarbete	100%	7	13	31	24	39	60
Vikarietid	15%	0	0	27	0	0	120
Mentorskap	20%	0	0	77	60	120	200

15 procent av lärarna inom vuxenutbildningen har uppgett att de behövde vikariera för frånvarande kollegor. Den genomsnittliga vikarietiden uppgick till närmare en halvtimme. Om de som inte har vikarierat exkluderas uppgår veckans genomsnittliga vikarietid till strax över 170 minuter. Den tid som lärare inom vuxenutbildning har ägnat åt för- och efterarbete har ställts i relation till den totala mängden undervisning, det vill säga även inklusive undervisningsnära uppgifter. Det innebär att i genomsnitt har lärare inom vuxenutbildningen en halvtimme att använda till för- och efterarbete i förhållande till varje undervisningstimme. En fjärdedel (Q1) har 13 minuter eller mindre för dessa arbetsmoment. En tiondel (P₉₀) har lika mycket tid på att planera och efterarbeta som det tar att genomföra själva undervisningen.

Närmare en tredjedel av lärarna inom vuxenutbildningen ansåg att tiden i låg grad eller inte alls räckte till efterarbetet. Hälften ansåg att tiden inte räckte till administrativa uppgifter och mer än var fjärde lärare hade otillräckligt med tid för rast och återhämtning. En av fem lärare ansåg att tiden till förarbete var otillräcklig.

Diagram 11. Andel som anser att tiden är tillräcklig gällande olika arbetsmoment i vuxenutbildningen



Stress och arbetsbelastning

När lärarna inte ges tillräckligt med tid för att kunna genomföra sitt kärnuppdrag orsakar det stress. Var fjärde lärare kände sig stressad varje dag under den undersökta veckan. 40 procent var stressade flera gånger och strax över 20 procent var stressad en gång. Endast 15 procent svarade att de inte upplevde någon stress alls. I undersökningen fick lärare lista de tre vanligaste orsakerna till varför de varit stressade under veckan. Diagram 12 visar de vanligaste orsakerna för lärare i grundskolan och gymnasieskolan, där den bristande planeringstiden lyfts som en av de största orsakerna (36 procent).

Motsvarande fråga ställdes även inom vuxenutbildningen, med två ytterligare alternativ: *nya elever i gruppen* och *heterogena elevgrupper med varierad studietakt*. Båda dessa alternativ rankades högt som orsaker till stress under veckan (26 respektive 35 procent), tillsammans med *för lite planeringstid* (24 procent) och *möten, konferenser och planeringsdagar* (41 procent).

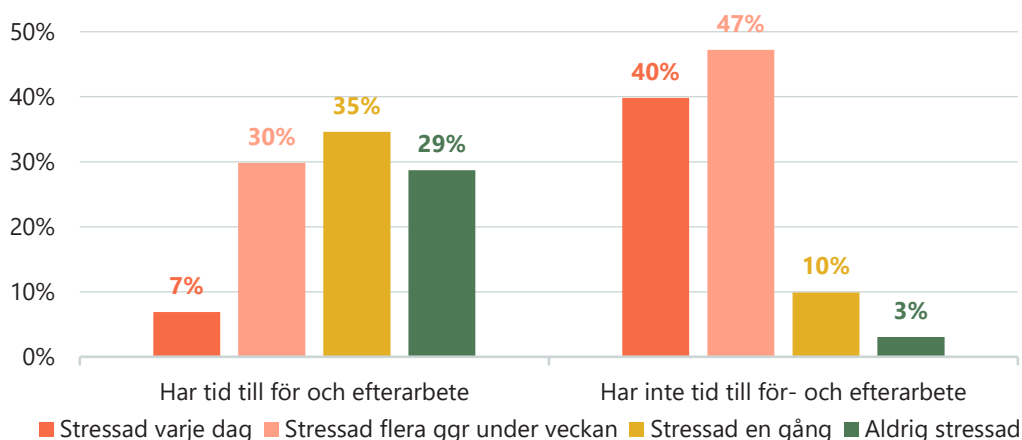
Diagram 12. Orsaker till upplevd stress i grundskolan och gymnasieskolan



Anm: Respondenterna kunde välja upp till tre alternativ.

Av diagram 13 framgår att bland lärare som har bättre förutsättningar, det vill säga när tiden till för- och efterarbete i hög grad eller ganska hög grad var tillräcklig, så var andelen stressade lärare betydligt lägre. 29 procent av dessa lärare upplevde sig aldrig stressade under veckan och endast 7 procent svarade att de upplevt stress varje dag. Bland lärare som inte hade tillräckligt med tid till för- och efterarbete upplevde närmare nio av tio stress varje dag eller flera gånger under veckan. Endast 3 procent upplevde ingen stress alls.

Diagram 13. Andel lärare som upplevt stress under veckan fördelade efter upplevelse om tiden till för- och efterarbete varit tillräcklig



Anm: "Har tid" utgörs av dem som svarat i hög grad/ganska hög grad att tiden är tillräcklig, medan "Har inte tid" utgörs av dem som svarat i ganska låg grad/inte alls att tiden är tillräcklig.

Diagram 14.1. Grundskolan: Upplevd arbetsbelastning under veckan efter hur mycket undervisningstid (heltidstjänster) som lärarna haft

Grupperade enligt statistiska mått

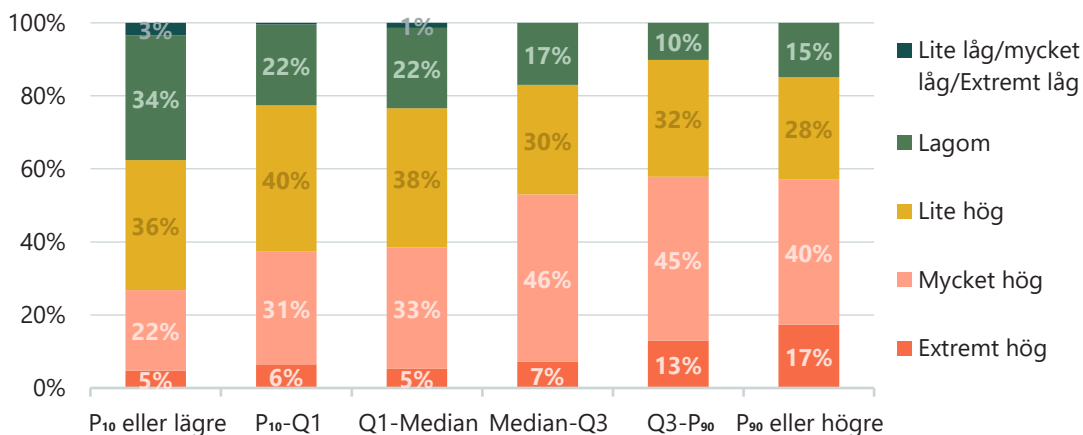


Diagram 14.2. Gymnasieskolan: Upplevd arbetsbelastning under veckan efter hur mycket undervisningstid (heltidstjänster) som lärarna haft

Grupperade enligt statistiska mått

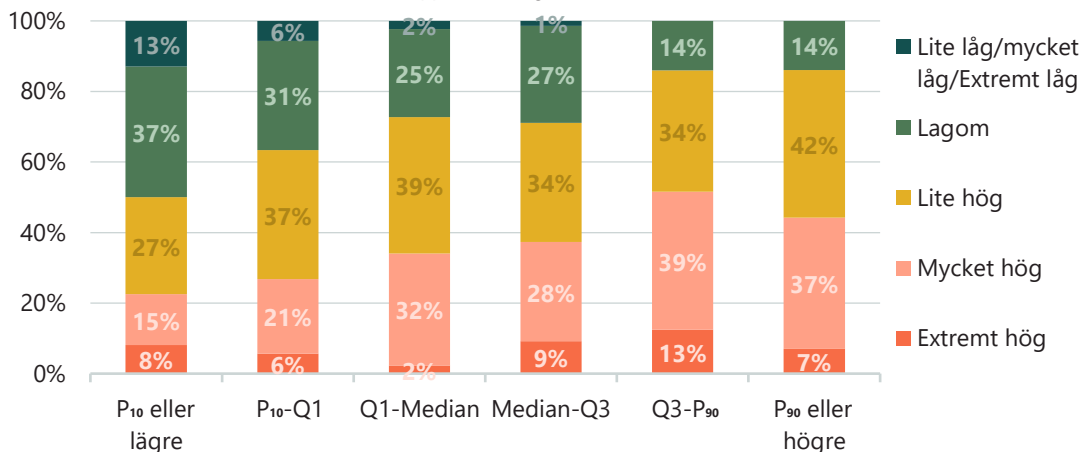
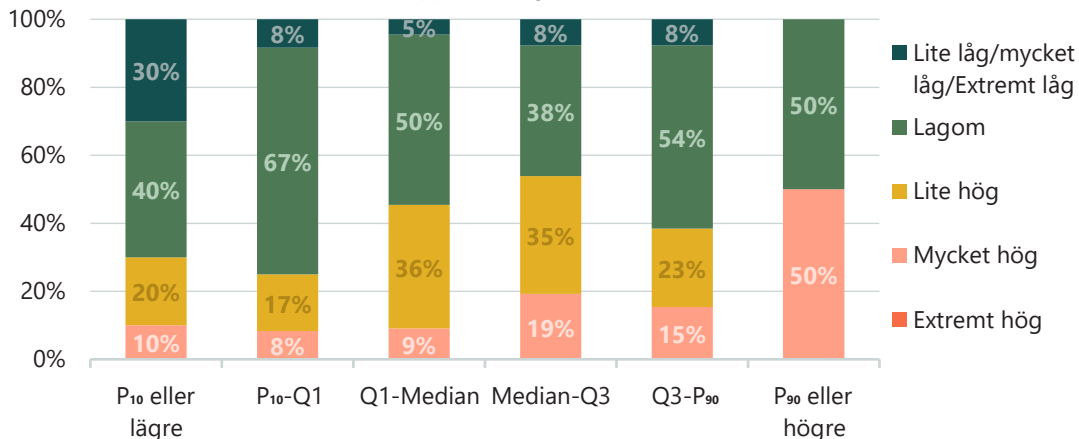


Diagram 14.3. Vuxenutbildning: Upplevd arbetsbelastning under veckan efter hur mycket undervisningstid (heltidstjänster) som lärarna haft

Grupperade enligt statistiska mått



En förklaring till att planeringstiden upplevs otillräcklig är att lärarna har för mycket schemalagd undervisning i sin tjänst. När lärare grupperas efter hur mycket undervisning de bedriver så ökar arbetsbelastningen med undervisningstiden. Av diagram 14.1 och 14.2 framgår att de grundskollärare och gymnasielärare som hade lägst undervisningstid (P10 eller lägre) i minst utsträckning upplevde att arbetsbelastningen var extremt hög eller mycket hög. Motsvarande upplevde grundskollärare och gymnasielärare med högst undervisningstid i större utsträckning hög arbetsbelastning.

Inom vuxenutbildningen är antalet svarande något färre och mönstret blir inte lika framtydande, även om tendensen finns där (diagram 14.3). Lärare som hade mer undervisningstid svarar i större utsträckning att arbetsbelastningen är hög, jämfört med de lärare som har mindre undervisningstid. Andelen som upplever lagom arbetsbelastning är dock betydligt större inom vuxenutbildningen, jämfört med inom grundskolan och gymnasieskolan.

Räkneexempel: Hur mycket tid är tillräcklig?

Undersökningen visar att lärarnas arbetstid kläms från två håll. Andra arbetsuppgifter som inte angränsar till undervisning, utgör en stor del av arbetstiden och den schemalagda undervisningen är för omfattande. För att lärare ska kunna möta sina elever väl förberedda och kunna ge dem stöd och återkoppling krävs att både övriga arbetsuppgifter och undervisningstiden minskas. I detta avsnitt följer ett räkneexempel (tabell 6) baserat på lärare i årskurs 7–9 som har ferietjänst och därmed i genomsnitt har 35 timmars reglerad arbetstid¹ och förtroendetid omfattande upp till 10 timmar.

Tabell 6. Tid i minuter för olika arbetsmoment för fiktiva lärare under en arbetsvecka

För- och efterarbete avser per undervisningstimme totalt (60 minuter)

	Minuter			Andelar			
	Undervisning	För- och efterarbete	Mentorskap	Undervisning	För- och efterarbete	Mentorskap	Annat
Lärare 1	1 120	20	100	41%	14%	4%	41%
Lärare 2	1 120	60	100	41%	41%	4%	13%
Lärare 3	960	60	100	36%	36%	4%	25%

Lärare 1 har samma undervisningstid som 3:e kvartilläraren (Q3) i undersökningen, det vill säga minst lika mycket som en fjärdedel av lärarna har idag. Läraren hinner endast lägga 20 minuters för- och efterarbete till varje lektionstimme. Läraren lägger därmed 19 timmar på undervisning, och nästan lika många timmar på *annat*.

Lärare 2 har samma mängd undervisningstid men har mer utrymme till för- och efterarbete – en timme till varje undervisningstimme. Då återstår 13 procent motsvarande 6 timmar av veckans arbetstid. Dessa timmar ska räcka till möten, dokumentation, administration, kontakt med vårdnadshavare, rast/återhämtningstid, kompetensutveckling, stöd åt obehöriga kollegor, handledning åt studenter med mera. Enbart undervisningen samt för- och efterarbetet summerar till 37 timmar och överskrider redan där lärarens reglerade arbetstid.

Lärare 3 har mindre undervisningstid, lika mycket som 1:a kvartilläraren (Q1) i denna undersökning (16 timmar i veckan). Samtidigt har läraren en timmes för- och efterarbetstid, precis

¹ Den reglerade arbetstiden ska rymma allt arbete som styrs (regleras) av arbetsgivaren, även kompetensutveckling. Det kan till exempel vara undervisning, rättning av nationella prov och föräldramöten.

som lärare 2. Det betyder att lärarens kärnuppdrag summerar till 34 timmar, och att upp till 11 timmar återstår för andra arbetsuppgifter.

Var fjärde lärare har alltså i nuläget en liknande situation som lärare 1, som upplever att tiden inte är tillräcklig varken till förberedelser, efterarbete eller att få pauser och återhämtning. De är stressade och anser att arbetsbelastningen är mycket hög. Det påverkar framför allt undervisningens kvalitet och den utbildning som eleverna får, och riskerar samtidigt att fler lärare blir utbrända eller lämnar yrket. Att minska den administrativa bördan och övriga arbetsuppgifter kan ge lärarna mer tid till för- och efterarbete, men utan att samtidigt minska mängden undervisning kommer lärarna fortsatt ha ohållbara tjänster.

Metodbeskrivning

Underlaget utgörs av den longitudinella arbetsmiljöundersökningen, som Sveriges Lärare skickade ut i inledningen av 2023. I undersökningen ombads respondenterna beskriva förhållandena under vecka 5 år 2023. Data samlades in genom två webbenkäter (en till lärare i förskoleklass, grundskolan årskurs 1–9 samt gymnasieskolan och en till lärare inom kommunal vuxenutbildning). Insamlingsperioden var 9 februari–2 mars 2023. Totalt skickades två påminnelser. Enkäten skickades sammantaget till 5 550 lärare och svarsfrekvensen blev 52 procent.

Efter rimlighetsantaganden och borttag av så kallade extremvärden återstod 2 471 respondenter som denna PM bygger på. Antalet svarande var 1 659 i grundskolan, 677 i gymnasieskolan och 136 i vuxenutbildningen.

Undersökningen genomfördes inom ramen för Sveriges Lärares medlemspanel. Till skillnad från andra paneler är Sveriges Lärares medlemspanel inte självrekryterad. Alla yrkesverksamma medlemmar har därför samma sannolikhet att ingå i panelen. Panelen upprättas en gång varje år. Sveriges Lärare organiserar en mycket stor majoritet av skolväsendets legitimerade och behöriga lärare. I tabell M1 jämförs medlemspanelens sammansättning med den sammantagna lärarsammansättningen i skolväsendet enligt Skolverkets statistik. Som tabellen visar är representativiteten mycket god. Genom samkörningar av Sveriges Lärares medlemsregister, andra registeruppgifter och Skolverkets officiella statistik genomför Sveriges Lärare noggranna bortfallsanalyser för att fastställa resultatens validitet och reliabilitet.

I tabell M2 redovisas urval och svarsfrekvens för den undersökning denna PM baseras på.

Tabell M1: Medlemspanelens representativitet	Skolväsendet (Skolverkets statistik)	Sveriges Lärares medlemspanel
Fritidshem	4%	6%
Förskola	24%	26%
Förskoleklass	4%	4%
Grundskola inkl. anpassad	49%	46%
Gymnasieskola inkl. anpassad	16%	15%
Komvux inkl. sfi och anpassad	4%	3%
Sameskola	0%	0%
Specialskola	0%	0%
Specialskola	0%	0%

Tabell M2: Urval och svarsfrekvens	Antal	Andel
Bruttourval	5 550	100%
Felaktiga kontaktuppgifter	11	0%
Nettourval	5 539	100% (99,8%)
Antal svarande	2 868	
Ej fullföljda	586	
Svarsfrekvens beräknat på nettourval:		52%