

Kommunal.



Tid för lärande och omsorg

SÅ VILL KOMMUNAL MINSKA STRESSEN I FÖRSKOLAN

- BYGGER PÅ KOMMUNALS STORA MEDLEMSUNDERSÖKNING 2017



Välfärds-
proffsen

Tid för lärande och omsorg

SÅ VILL KOMMUNAL MINSKA STRESSEN I FÖRSKOLAN

Innehåll

Sammanfattning.....	5
Kommunals förslag.....	7
Inledning.....	8
Metod.....	9
Mått på stressen och utvecklingen sedan 2012.....	11
Svårt att hinna med pauser och raster.....	13
Buller som stressande arbetsmiljöproblem.....	14
Konsekvenser av en stressig arbetsmiljö i förskolan.....	17
Arbetsrelaterad stress kostar för kommunerna.....	20
Vilket ansvar har arbetsgivaren för att säkra en god arbetsmiljö?....	21
Källor.....	22

Sammanfattning

Den här rapporten syftar till att sprida kunskap om barnskötarnas arbetsmiljö. Fokus ligger på hur barnskötarna upplever sin arbetsbelastning och ljudmiljön i förskolan. Runt en tredjedel av alla anmälda arbetsjukdomar inom förskolan beror på stress och hög arbetsbelastning.¹ Vanliga stressorsaker hos förskolepersonal är buller och höga ljudnivåer, underbemanning i förhållande till storleken på barngruppen, samt svårigheter att hitta vikarier.² År 2011 gick Arbetsmiljöverkets experter ut med en varning att arbetsmiljön i förskolan leder till ohälsa för både personal och barn.³ Den här rapporten visar att utvecklingen för barnskötarnas arbetsmiljö har stått stilla, eller till och med försämrats, sedan Arbetsmiljöverket slog larm år 2011. Rapporten presenterar nya siffror från Kommunals senaste stora medlemsundersökning, som bland annat visar att:

- 54 procent av de tillsvidareanställda barnskötarna tycker att arbetet är jäktigt i stort sett dagligen.
- 39 procent av de tillsvidareanställda barnskötarna upplever arbetet som psykiskt ansträngande i stort sett dagligen. Det är en ökning med hela 15 procent sedan år 2012.
- Av de barnskötare som upplever arbetet som psykiskt ansträngande i stort sett varje dag är det nära hälften, 45 procent, som överväger att lämna yrket.
- 74 procent av de tillsvidareanställda barnskötarna anser att deras arbetsplats har problem med buller och höga ljudnivåer.

Skolan och förskolan toppar antalet anmälda arbetsjukdomar kopplat till buller på arbetsplatsen.⁴ Forskning visar att höga ljud och buller kan leda till sämre hälsa, till exempel hörselskador, ökad hjärtfrekvens och högre blodtryck.⁵ Därför diskuterar den här rapporten även sambandet mellan stress och buller.

Den här rapporten bekräftar att en ohälsosam arbetsmiljö i förskolan får negativa konsekvenser för personalen, barnen och arbetsgivarna. Det är en stor förlust för hela verksamheten när erfaren och kunnig personal, omtyckta av kollegor, barn och föräldrar, blir sjukskrivna eller väljer att sluta. Ständiga personalbyten och nyrekryteringar är tids- och resurskrävande för arbetsgivare och chefer, samtidigt som det försämrar verksamhetens kvalitet, genom att försvåra kontinuitet och planering.

¹ Förslitningsskador utgör den näst största andelen (30 procent) arbetsjukdomar inom förskolan, eftersom arbetet innebär många lyft och arbete i böjda ställningar. Källa: Arbetsmiljöverket, 2012, "Tillsyn av förskolor - Riktad tillsynsinsats år 2011 inom Stockholmsdistriktet", Rapport 2012:13, s. 2.

² Arbetsmiljöverket, 2015, "Varannan arbetsplats saknar planering mot stress", pressmeddelande 23 oktober 2015, <https://www.av.se/press/varannan-arbetsplats-saknar-planering-mot-stress/?hl=förskola>

³ Arbetsmiljöverket, 2011, "Arbetsmiljöverket satsar på arbetsmiljön inom förskolan", pressmeddelande 25 maj 2011, <https://www.av.se/press/arbetsmiljoverket-satsar-pa-arbetsmiljon-inom-forskolan/>

⁴ Arbetsmiljöverket 2016, Rapport 2016:3 "Arbetsorsakade besvär 2016", tabell 2i, s. 86-88, <https://www.av.se/arbetsmiljoarbete-och-inspektioner/arbetsmiljostatistik-officiell-arbetskadestatistik/arbetsorsakadebesvar-2016/>

⁵ Arbetsmiljöverket 2016b, "Risker med buller", <https://www.av.se/halsa-och-sakerhet/buller/risker-med-buller/>



Alla tjänar på en bättre arbetsmiljö och ljudmiljö inom förskolan. En god arbetsmiljö ger tid för lärande och omsorg och har en positiv inverkan på både personalens och barnens hälsa. ⁶ I förlängningen är det även en nödvändig investering för att behålla de utbildade barnskötarna och få fler att vilja satsa på barnskötaryrket.

⁶ Arbetsmiljöverket 2011, "Arbetsmiljöverket satsar på arbetsmiljön inom förskolan", pressmeddelande 25 maj 2011, <https://www.av.se/press/arbetsmiljoverket-satsar-pa-arbetsmiljon-inom-forskolan/>

Kommunals förslag

Det här är de viktigaste åtgärderna som Kommunal föreslår för att förbättra barnskötarnas arbetsmiljö och minska stress och utmattningssyndrom bland förskolepersonalen.

- Bemanningen ska vara tillräcklig utifrån barngruppens storlek och sammansättning, samt med hänsyn till arbetsmiljön och lokalerna.
- Barngruppernas storlek i förskolan ska följa Skolverkets riktlinjer på 6-12 barn per barngrupp för barn mellan 1-3 år och 9-15 barn per barngrupp för barn mellan 4-5 år.
- För att minska arbetsbelastningen i förskolan behöver andelen tillsvidareanställda öka. En hög andel visstidsanställda ger sämre kontinuitet och ökad arbetsbelastning för den ordinarie personalen.

Inledning

Den svenska förskolan har länge kännetecknats av mycket god kvalitet. Sverige har bland de bästa förskolorna i världen. Under de senaste 20 åren har antalet inskrivna barn ökat från drygt 300 000 till en halv miljon.⁷ Att förskolan som verksamhet växer kraftigt och att efterfrågan på förskoleplatser är hög är ett kvitto på förskolans höga anseende. Men det innebär också stora utmaningar för arbetsgivarna att uppfylla krav på bemanning och barngruppernas storlek, och i förlängningen personalens arbetsmiljö och verksamhetens kvalitet.

Nya förskolor startas oavbrutet i många delar av landet. När det går för snabbt startas förskolor i olämpliga lokaler, som saknar tillräckligt med ventilation och bullerdämpande åtgärder. Fler förskolor tar emot barn i lokaler som inte är anpassade för det ökade antalet barn. Dessutom saknas ofta tillräckliga kunskaper hos arbetsgivaren om hur barngruppernas storlek och bemanningen påverkar personalens arbetsmiljö och hur de bäst kan förebygga arbetsskador och sjukdomar.⁸

I förskolans arbetslag arbetar barnskötare tillsammans med förskollärare och eventuella andra yrkesgrupper. Barnskötare arbetar med barnens omsorg, utveckling och lärande. I samråd med förskollärarna genomför barnskötare även utvecklingssamtal och har andra kontakter med föräldrar. De har en gymnasial utbildning inriktad mot barnomsorg eller en motsvarande yrkesvuxenutbildning.

Arbetsgivarna har idag svårt att rekrytera yrkesutbildade barnskötare. Det råder ett stort underskott på personal med rätt kompetens och det utbildas för få barnskötare, vilket Kommunal har uppmärksammat i rapporten ”Ditt barns framtid. Akut brist på yrkesutbildade inom förskola, skola och fritidshem” (2017). År 2016 hade närmare 30 procent av den totala andelen årsarbetare inom förskolan ingen formell utbildning för arbete med barn.⁹ Sveriges kommuner och landsting (SKL) bedömer att det finns ett årligt rekryteringsbehov på mellan 2 000 och 3 000 barnskötare, fram till år 2022.¹⁰

Förutsättningarna för att behålla och förbättra kvaliteten i förskolan är beroende av personalens möjligheter att tillgodose varje barns individuella behov och att kunna följa förskolans läroplan. Personalens utbildning och kompetens har stor inverkan på kvaliteten i förskolan. Kvaliteten på förskolans utbildning kan öka när alla – såväl barnskötare som förskolelärare – har utbildning inriktad mot yngre barn och erfarenhet av sådant arbete.¹¹

⁷ År 1999 gick 315 000 barn i förskola, år 2016 hade det ökat till en halv miljon inskrivna barn i förskolan. Källor: SCB 2014, ”De flesta barn i förskola - oavsett bakgrund”, <https://www.scb.se/sv/Hitta-statistik/Artiklar/De-flesta-barn-i-forskola-oavsett-bakgrund/> och Skolverket 2017, ”Tabell 1, förskole- och skolenheter/fritidshem. Barn/elever läsåret 2016/17”, <https://www.skolverket.se/statistik-och-utvardering/statistik-i-tabeller/forskola/barn-och-grupper/barn-och-grupper-i-forskolan-15-oktober-2016-1.260075>

⁸ Arbetsmiljöverket 2011, ”Arbetsmiljöverket satsar på arbetsmiljön inom förskolan”. Se fotnot 6.

⁹ Kommunal 2017, ”Ditt barns framtid. Akut brist på yrkesutbildade inom förskola, skola och fritidshem”, s. 20.

¹⁰ SKL 2015, Sveriges viktigaste jobb finns i välfärden - Hur möter vi rekryteringsutmaningen?, s. 27.

¹¹ Skolverket. Faktor: Personalens kompetens. PDF på Skolverkets hemsida, <https://www.skolverket.se/skolformer/forskola/kvalitet-i-forskolan/faktorer-som-paverkar-kvaliteten-1.226734>

Kvaliteten i förskolan är även beroende av personalens arbetsvillkor och arbetsmiljö. De viktigaste åtgärderna som Kommunal föreslår för att förbättra barnskötarnas arbetsmiljö handlar om att öka bemanning och personaltäthet och minska barngrupperna. 29 procent av landets barnskötare anser att bemanningen är otillräcklig varje dag. Sex av tio förskoleavdelningar överskrider Skolverkets riktlinjer för barngruppernas storlek.¹²

Kommunals krav på en högre andel tillsvidareanställda och heltidsarbete som norm i förskolan hör ihop med behovet att öka attraktiviteten hos barnskötaryrket, för att fler ska vilja utbilda sig till barnskötare. För att säkra en tillräcklig bemanning och stärka kompetensförsörjningen behöver det även finnas tillräckligt med förskolechefer. Chefer spelar en avgörande roll för hur aktivt det går att jobba med att förbättra både arbetsbelastning och ljudmiljö.

Kommunal släpper under 2017 och 2018 flera rapporter som diskuterar barnskötarens arbetsvillkor, arbetsmiljö och yrkesutveckling. Den här rapporten belyser särskilt barnskötarens upplevelser av arbetsbelastning, stress och ljudmiljö i förskolan. Underlaget kommer från Kommunals stora medlemsundersökning 2017, samt från tidigare forskning och expertis inom arbetsmiljöområdet.

Metod

Barnskötare är en av tre yrkesgrupper som ingår i medlemsundersökningen.¹³ Den här rapporten bygger på telefonintervjuer som genomförts med 3352 barnskötare som alla är medlemmar i Kommunal. De intervjuade bestod endast av medlemmar under 65 år och stratifierades efter yrke, kön, åldersgrupp och sektor, samt regional avdelning av Kommunal. För att titta på utvecklingen över tid jämförs vissa av svaren från år 2017 med de svar barnskötare gav i Kommunals förra stora medlemsundersökning 2012.¹⁴

¹² Kommunal 2017, "Trygga famnar sökes. En rapport om barnskötarnas roll i framtidens förskola."

¹³ Undersökningen riktade sig till de tre yrkesgrupperna undersköterskor, vårdbiträden och barnskötare. Telefonintervjuerna genomfördes mellan februari och april 2017 och var ca 15 minuter långa. Medlemsundersökningen utformades av Statisticon med Evry som utförare av telefonintervjuerna. Omkring 10 000 telefonintervjuer genomfördes totalt, vilket var 23 procent av urvalsramen. Den vanligaste bortfallsorsaken (49 procent av urvalsramen) var ingen kontakt. Graden av samarbetsvillighet (cooperation rate) var 68 procent.

¹⁴ Kommunals medlemsundersökning år 2012 riktades till samma yrkesgrupper och beställdes av CFI. 12 553 telefonintervjuer genomfördes under hösten 2012 av företaget Evry. Av de genomförda telefonintervjuerna var 3066 barnskötare. Svarefrekvensen för yrkesgruppen barnskötare var ca 53 procent.

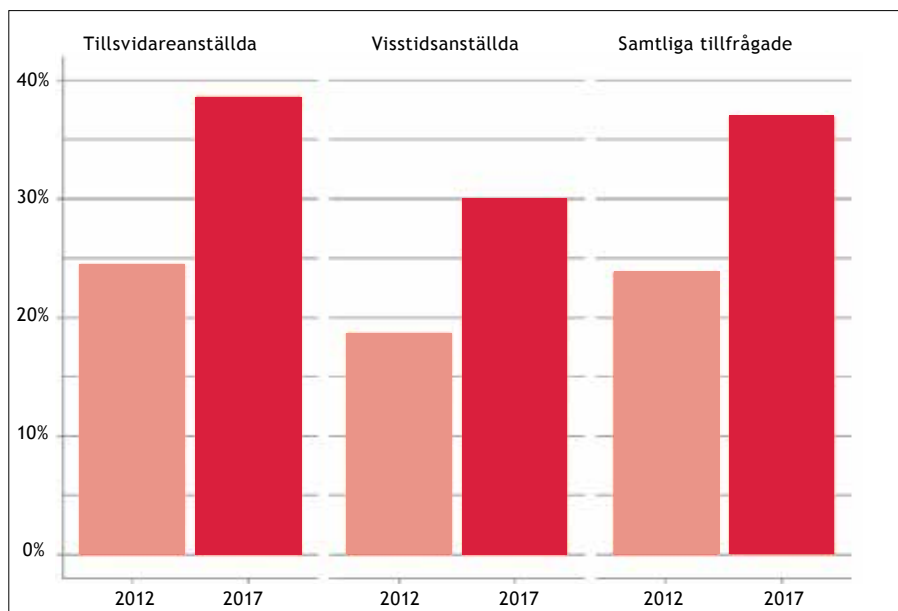


Mått på stressen och utvecklingen sedan år 2012

För att undersöka hur Kommunals medlemmar upplever sin arbetsbelastning har de bland annat fått frågan om de upplever sitt arbete som psykiskt ansträngande, med svarsalternativen: *i stort sett varje dag, någon dag per vecka, mer sällan, aldrig och vet ej*. De flesta tillsvidareanställda barnskötare i förskolan, 72 procent, svarade år 2017 att arbetet är psykiskt ansträngande minst en dag i veckan. År 2012 var det drygt hälften av de tillsvidareanställda barnskötarna, 55 procent, som upplevde arbetet som psykiskt ansträngande minst en dag per vecka.

Än mer allvarligt är att 37 procent av samtliga barnskötare inom förskolan upplever arbetet som psykiskt ansträngande i stort sett dagligen. Bland tillsvidareanställda ligger siffran ett par procentenheter högre, där upplever hela 39 procent arbetet som psykiskt ansträngande i stort sett dagligen. Bland de visstidsanställda svarar 30 procent att arbetet är psykiskt ansträngande i stort sett dagligen. Här har det skett en kraftig försämring jämfört med år 2012, vilket illustreras i diagram 1. År 2012 upplevde 24 procent av de tillsvidareanställda att arbetet var psykiskt ansträngande i stort sett dagligen. Bland de visstidsanställda var det 19 procent. Det innebär en ökning med 15 procent bland tillsvidareanställda och 11 procent bland visstidsanställda.

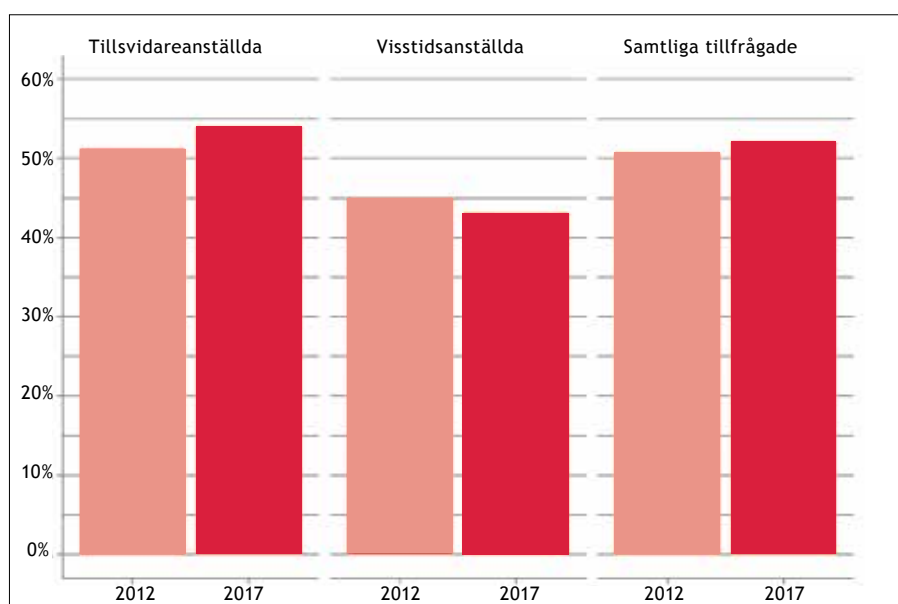
Diagram 1 "Arbetet är psykiskt ansträngande i stort sett varje dag", svar från tillsvidareanställda respektive visstidsanställda år 2012 och 2017.



Ett annat mått på medlemmarnas arbetsbelastning är i vilken utsträckning arbetet är jäktigt. Även på denna fråga fick barnskötarna välja mellan svarsalternativen: *i stort sett varje dag, någon dag per vecka, mer sällan, aldrig och vet ej*. Hälften

av barnskötarna, 52 procent, svarade att de upplever arbetet som jäktigt i stort sett varje dag. Bland de tillsvidareanställda upplever en något högre andel, 54 procent, arbetet som jäktigt i stort sett varje dag. Bland de visstidsanställda svarar 43 procent att arbetet är jäktigt i stort sett dagligen. 85 procent av de tillsvidareanställda barnskötarna upplever arbetet som jäktigt minst en dag i veckan. Här har utvecklingen i princip stått stilla jämfört med år 2012, vilket illustreras i diagram 2. År 2012 tyckte 51 procent av de tillsvidareanställda barnskötarna i förskolan att arbetet var jäktigt i stort sett varje dag och 84 procent tyckte att arbetet var jäktigt minst en gång per vecka.

Diagram 2 "Arbetet är jäktigt i stort sett varje dag", svar från tillsvidareanställda respektive visstidsanställda år 2012 och 2017.



Svårt att hinna med pauser och raster

Raster och pauser under arbetsdagen är viktiga för en bra arbetsmiljö. Att kunna ta kortare pauser under arbetstiden är viktigt för både fysisk och psykisk återhämtning på jobbet, särskilt när arbetet är intensivt och psykiskt ansträngande.¹⁵ Enligt arbetstidslagen har alla arbetstagare rätt att ta de pauser som behövs under dagen, i den mån det är möjligt, samt att ta en längre en rast efter att ha jobbat som längst i fem timmar.¹⁶

Kommunals medlemsundersökning visar att barnskötarna har svårt att kunna ta både kortare återhämtningspauser och längre raster. Var tredje barnskötare, 34 procent, uppger att det är svårt att ta korta pauser, till exempel för att gå på toaletten, minst någon dag per vecka. 18 procent uppger att det är svårt att ta korta pauser dagligen. Drygt en tredjedel, 35 procent, av barnskötarna har svårt att ta längre raster, till exempel lunchrast, minst någon dag per vecka. 18 procent har dagligen svårt att ta en längre rast.

18 procent av barnskötarna har dagligen svårt att hinna med att ta pauser och raster.

Att så många barnskötare så ofta upplever att de inte har möjlighet att gå på toaletten eller att ta lunchrast är ett allvarligt arbetsmiljöproblem. Det försämrar möjligheten till återhämtning och förvärrar den ohälsosamma stressen. Svårigheterna att ta paus och rast beror på underbemanningen inom förskolan, samt att kollegornas sjukfrånvaro inte alltid ersätts med vikarier. Att barnskötare tvingas avstå även toalettpauser belyser vilket tungt ansvar för barnen som vilar på barnskötarna i deras dagliga arbete. Vågar de verkligen lämna en kollega ensam med mellan 10 eller i värsta fall upp till 20 barn? Tänk om något händer under den korta stund de är borta? För att personalen ska kunna ta korta pauser och lunchrast måste bemanningen vara tillräcklig och barngruppernas storlek behöver följa Skolverkets riktlinjer.

¹⁵ Arbetsmiljöupplysningen, artikel om återhämtning, <http://www.arbetsmiljoupplysningen.se/Amnen/Aterhamtning/>

¹⁶ Arbetstidslagen 15-17 §§. <https://www.av.se/arbetsmiljoarbete-och-inspektioner/lagar-och-regler-om-arbetsmiljo/arbetstidslagen/>

Buller som stressande arbetsmiljöproblem

Buller brukar definieras som oönskade ljud som upplevs som störande och som i svårare fall kan skada hörseln. En bullrig arbetsmiljö kan påverka kroppen på olika sätt, till exempel leda till trötthet, ökad hjärtfrekvens, förhöjt blodtryck och utsöndring av stresshormoner, ljudkänslighet, hörselnedsättning och tinnitus.¹⁷ Förskolor och fritidshem omfattas av de generella föreskrifterna om buller (AFS 2005:16). Det finns inga särskilda bestämmelser om buller för just förskolans arbetsmiljö.¹⁸

Den bullriga arbetsmiljön i förskolan beror på stora barngrupper och plötsliga och höga ljud. Röster från barn och kollegor blandas med ljud från barnens aktiviteter, slammer från stolar, bord och leksaker, tvättmaskiner och torkskåp, musik och ringande telefoner.¹⁹ En industriarbetare kan sätta på sig hörselkåpor för att skydda sin hörsel. I förskolan behöver personalen koncentrera sig på all ljudinformation och kunna tolka även störande ljud, eftersom den kan innehålla viktig information. Skriker barnet för att hen behöver hjälp eller tröst? Eller bara för att göra sin röst hörd? Den bullriga ljudmiljön försvårar samtal mellan personal och barn. Eftersom pedagogisk kommunikation är så central i verksamheten förstärks personalens negativa upplevelse av buller. Ljudnivån leder till ljudtrötthet, försvårar arbetet och försämrar kvaliteten i verksamheten.²⁰

I en studie från Umeå universitet år 2012 uppgav förskolepersonal att ljudmiljön är den enskilt mest besvärande arbetsmiljöfaktorn.²¹ Studien visade att stora barngrupper inte automatiskt förvärrar ljudnivåerna. Men det finns ett annat samband mellan buller, stora barngrupper och stress. Personalen känner att de inte räcker till för alla barns behov när bemanningen är för låg. Känslan av otillräcklighet bidrar till en ohälsosam stress, vilket visade sig i form av förhöjda kortisolnivåer, alltså ökade kroppsliga stressreaktioner.²² Stressen gör i sin tur att personalen blir mer ljudkänslig och besvärad av buller. Studien visar alltså på signifikanta samband mellan upplevd dålig ljudmiljö och försämrade förutsättningar för det

¹⁷ Arbetsmiljöverket 2016, "Risker med buller", <https://www.av.se/halsa-och-sakerhet/buller/risker-med-buller/>

¹⁸ Arbetsmiljöverket 2015, "Frågor och svar buller", <https://www.av.se/halsa-och-sakerhet/buller/fragor-och-svar-om-buller2/>

¹⁹ Arbetsmiljööpplysningen, <http://www.arbetsmiljööpplysningen.se/Yrken/Forskollarare-och-barnskotare/>, samt Sjödin, Fredrik, 2012, "Noise in the preschool: health and preventive measures", Umeå universitet, Medicinska fakulteten, Institutionen för folkhälsa och klinisk medicin, Yrkes- och miljömedicin. ²⁰ Sjödin, 2012: 1, samt artikeln "När bullret tar överhand", Förskolan, 18 sep 2015, <http://forskolan.se/nar-bullret-tar-overhand/>

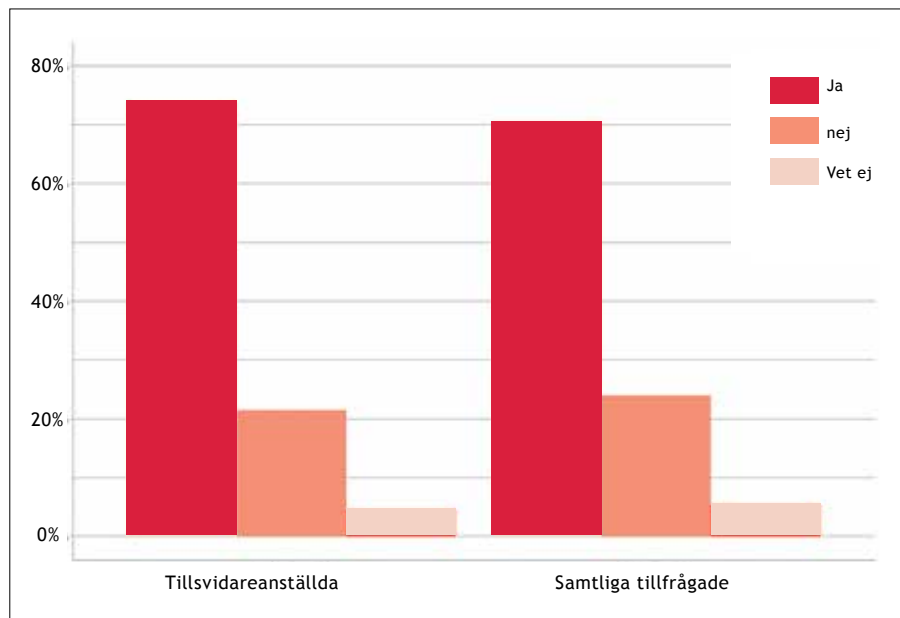
²¹ Sjödin, 2012, se fotnot 19.

²² Förhöjda nivåer av hormonet kortisol är en tydlig indikation på kroppslig stressreaktion. Därför är det vanligt i medicinska studier att mäta stress genom att undersöka salivkortisolutsöndringen hos deltagarna. Sjödin, 2012: iv; 39.

pedagogiska arbetet med ökad stress och ohälsa.²³ Personalen upplever ljudtrötthet efter arbetsdagens slut, liksom försämrad sömnkvalitet och förhöjd sömnhet vid uppvaknande. Förutom förhöjda stressnivåer hade en tredjedel av personalen tinnitus. Inom "normalbefolkningen" i jämförbar ålder har mellan 5 och 10 procent tinnitus.²⁴

För att undersöka hur Kommunals medlemmar upplever ljudmiljön på arbetsplatsen har de bland annat fått frågan om det är problem med buller och ljudnivån på deras arbetsplats. Svartalternativen är: *ja*, *nej* och *vet ej*. Över två tredjedelar, 71 procent, av samtliga barnskötare som arbetar på förskolor anser att det är problem med buller och ljudnivån på deras arbetsplats. Bland tillsvidareanställda är andelen ännu något högre, 74 procent. Det här arbetsmiljöproblemet illustreras i diagram 3.

Diagram 3 "Upplever du problem med buller och ljudnivå på din arbetsplats?". Jämförelse mellan tillsvidareanställda respektive samtliga anställda.

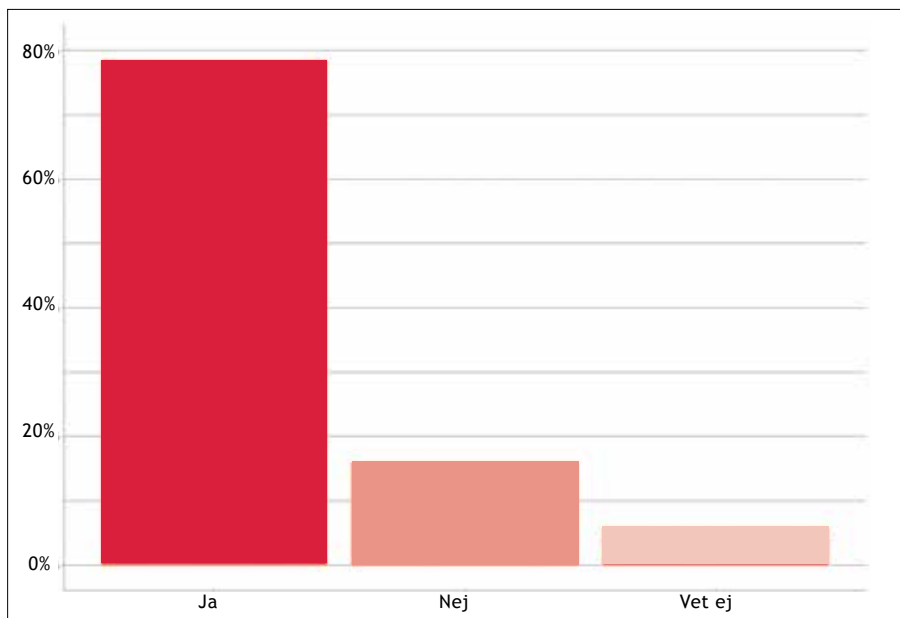


Precis som tidigare studier visat, är sambandet mellan stress och buller på arbetsplatsen tydligt även i Kommunals stora medlemsundersökning. Hela 78 procent av de barnskötare som svarar att arbetet upplevs som psykiskt ansträngande i stort sett dagligen svarar även att arbetsplatsen har problem med buller och ljudnivån. Av dem som svarar att arbetet är psykiskt ansträngande i stort dagligen svarar endast 16 procent nej på frågan om buller och ljudnivå är ett problem på arbetsplatsen. Det här illustreras i diagram 4 på nästa sida.

²³ Sjödin, 2012, se fotnot 19.

²⁴ Sjödin, F., Kjellberg, A., Knutsson, A., Landström, U., Lindberg, L. (2012: 73, 78), "Noise exposure and auditory effects on preschool personnel", *Noise & Health*, 14(57): 72-82.

Diagram 4 ”Upplever du problem med buller och ljudnivå på din arbetsplats?”
Frågan ställd specifikt till de som angivit att arbetet är psykiskt ansträngande i stort sett dagligen, i medlemsundersökningen.



Av de barnskötare som tycker att buller är ett problem på arbetsplatsen svarar 73 procent ja på frågan ”Har ni vidtagit åtgärder för att minska på buller och ljudnivå?”. Men frågan är om de åtgärder som vidtagits är tillräckliga, när hela 71 procent av barnskötarna ändå svarar att arbetsplatsen har problem med buller och höga ljudnivåer. Tyvärr svarar även 27 procent av de barnskötare som tycker att buller är ett problem på jobbet att inga åtgärder har vidtagits för att förbättra ljudmiljön.

Konsekvenser av en stressig arbetsmiljö i förskolan

När arbetet har högre krav än det finns resurser blir arbetsbelastningen för hög och personalen blir stressad. De flesta människor klarar av kortare stressiga perioder. Men när stressen varar över en längre tidsperiod, och det inte finns möjlighet att vila och återhämta sig, kan den bli skadlig. Långvarig stress kan orsaka många olika kroppsliga symptom, som huvudvärk, värk i axlar och nacke, högt blodtryck, problem med magen, utmattningssyndrom och i förlängningen utmattningsdepression.

Utmattningssyndrom är en medicinsk diagnos som beskriver ett tillstånd av stressrelaterad psykisk ohälsa och en upplevelse av svår utmattning.²⁵ Förutom sömnsvårigheter och svår trötthet kan man få värk, ångestsymptom, koncentrationssvårigheter och problem med minnet.²⁶

I Arbetsmiljöverkets senaste undersökning av arbetsorsakade besvär uppgav 10 procent av de kvinnliga barnskötarna att de hade arbetsrelaterade sömnbesvär och 11 procent hade upplevt arbetsorsakad oro, ångest och depression.²⁷

Om arbetsmiljön upplevs som för jäktig och påfrestande börjar många tvivla på om de verkligen har valt rätt yrke. I Kommunals medlemsundersökning svarar 31 procent av dem som upplever sitt arbete som psykiskt ansträngande varje dag att de inte vill fortsätta arbeta som barnskötare om tre år. Och ytterligare 14 procent av dem som upplever arbetet som psykiskt ansträngande dagligen vet inte om de vill fortsätta arbeta som barnskötare om tre år. Av de 37 procent som upplever arbetet som psykiskt ansträngande i stort sett varje dag är det alltså nära hälften, 45 procent, som överväger att lämna yrket.

Det mest allvarliga är att bland dem som har både utbildning för att jobba som barnskötare och en tillsvidareanställning, svarar hela 29 procent att de inte vill fortsätta arbeta som barnskötare inom tre år, av dem som upplever arbetet som psykiskt ansträngande varje dag. Ytterligare 14 procent inom samma grupp vet inte om de vill fortsätta att arbeta som barnskötare. Det här illustreras i diagram 5.

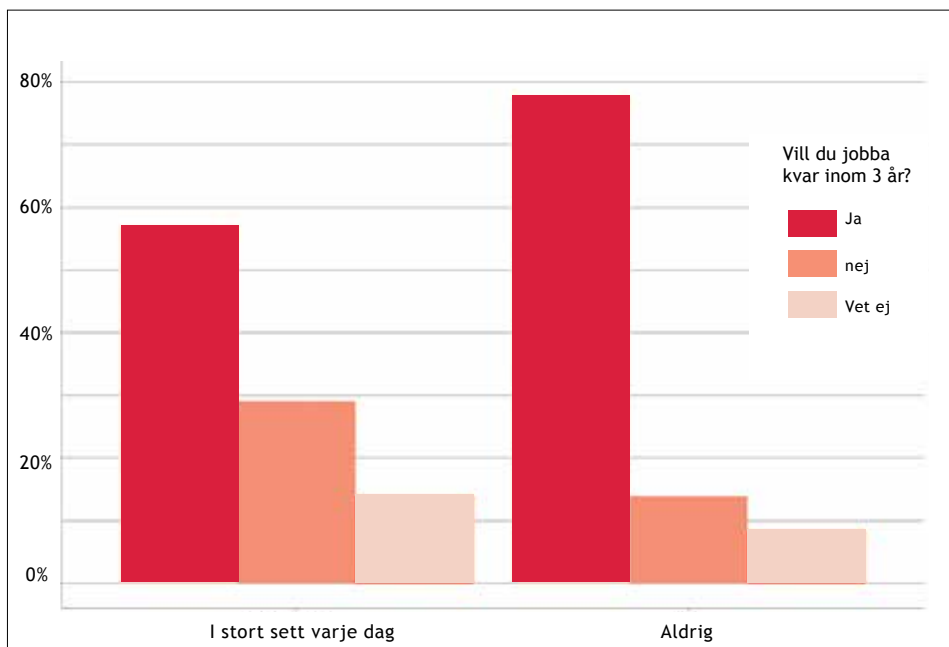
²⁵ Socialstyrelsen 2003, "Utmattningssyndrom. Stressrelaterad psykisk ohälsa.", s. 7-9.

²⁶ Arbetsmiljöupplysningen, "Utmattningssyndrom/utbrändhet", <http://www.arbetsmiljoupplysningen.se/Amnen/Utmattningssyndromutbrandhet/>

²⁷ Arbetsmiljöverket 2016, Rapport 2016:3 "Arbetsorsakade besvär 2016".

Siffrorna bland dem som upplever sitt arbete som jäktigt varje dag är liknande. Bland dem som har både yrkesutbildning och tillsvidareanställning och upplever yrket som jäktigt dagligen vill 27 procent lämna barnskötaryrket inom tre år. 12 procent vet inte om de vill fortsätta att arbeta som barnskötare. Av de 52 procent som upplever arbetet som jäktigt i stort sett dagligen, och dessutom har rätt utbildning och tillsvidareanställning, är det alltså hela 39 procent som inom tre år antingen kommer att lämna eller funderar på att lämna yrket.

Diagram 5 "Är ditt arbete psykiskt ansträngande?" Svaren kategoriserade utifrån i vilken mån de tillfrågade som är yrkesutbildade och tillsvidareanställda tänkt arbeta kvar inom förskola de närmsta tre åren.



Bland de medarbetare som aldrig upplever sitt arbete som jäktigt svarar däremot hela 71 procent att de vill fortsätta arbeta som barnskötare. Bland dem med yrkesutbildning och tillsvidareanställning, som aldrig upplever arbetet som jäktigt, vill 68 procent fortsätta arbeta som barnskötare. Av dem som aldrig upplever sitt arbete som psykiskt ansträngande vill 75 procent fortsätta att arbeta som barnskötare om tre år. Bland dem med yrkesutbildning och tillsvidareanställning som aldrig upplever arbetet som psykiskt ansträngande vill hela 78 procent fortsätta arbeta som barnskötare, även det här illustreras i diagram 5.

De här siffrorna borde skicka tydliga signaler till arbetsgivarna att de behöver satsa på att förbättra den organisatoriska och psykosociala arbetsmiljön i förskolan. Hela verksamheten får en bättre kontinuitet och en högre kvalitet om den utbildade och erfarna personalen väljer att jobba kvar.



Arbetsrelaterad stress kostar för kommunerna

Sedan år 2012 är stress och psykiska påfrestningar den vanligaste orsaken till arbetsrelaterade besvär bland kvinnor i Sverige, för hela arbetsmarknaden. Bland män var det år 2016 i stort sett lika vanligt med besvär till följd av fysisk som psykisk belastning.²⁸ Arbetsmiljöverket uppskattar att drygt hälften av all sjukfrånvaro idag beror på arbetsrelaterad stress.²⁹

Arbetsmiljöverkets senaste landsomfattande inspektionskampanj av förskolan, som fokuserade på just ohälsosam stress, avslutades under hösten 2015. Över hälften (56 procent) av de inspekterade förskolorna hade brister i att kartlägga risker och upprätta handlingsplaner för att minska och förebygga den arbetsrelaterade stressen.³⁰

För kvinnor sysselsatta inom förskolan ökade långtidssjukskrivningarna med 21 procent mellan år 2011 och 2015. År 2015 låg snittet på 17 procent påbörjade sjukskrivningar längre än 14 dagar för kvinnor sysselsatta inom förskolan. För samtliga sysselsatta kvinnor i Sverige låg snittet på 11 procent.³¹ Sett till alla arbetsmarknadens olika sektorer och branscher hade förskolan år 2015 näst högst andel sjukskrivningar längre än 14 dagar. Flest andel långa sjukskrivningar finns inom vård och omsorg i särskilda boendeformer för äldre och funktionshindrade.³²

Förutom att det är tungt för de personer som personligen drabbas av utmattningssyndrom och utmattningsdepression är långtidssjukskrivningar en förlust för kollegor, som åtminstone under en tid förlorar erfarna och kompetenta arbetskamrater. Sjukskrivningar innebär även en hög kostnad för samhället. Enligt en rapport från fackförbundet Vision är den sammanlagda kostnaden för Sveriges kommuner runt 15 miljarder kronor årligen för de anställdas sjukfrånvaro. Sjukskrivningar i kommunerna kostar därutöver uppskattningsvis dryga fyra miljarder per år för det statligt finansierade trygghetssystemet (sjuk- och rehabiliteringspenning). Kommuner, landsting och regioner skulle enligt rapporten kunna minska sina kostnader för personalens sjukfrånvaro med uppskattningsvis nära sju miljarder kronor – om deras organisationer satsade aktivt på att förbättra arbetsmiljön och förebygga sjukskrivningar.³³

²⁸ Arbetsmiljöverket 2016, Rapport 2016:3 "Arbetsorsakade besvär 2016", s. 8.

²⁹ Arbetsmiljöverket 2016, Rapport 2016:3 "Arbetsorsakade besvär 2016" och Arbetsmiljöverket 2015, artikel "Ohälsosam stress på jobbet granskas", <https://www.av.se/press/ohalsosam-stress-pa-jobbet-granskas/?hl=forskola>

³⁰ Arbetsmiljöverket, 2015, pressmeddelande "Varannan arbetsplats saknar planering mot stress", <https://www.av.se/press/varannan-arbetsplats-saknar-planering-mot-stress/?hl=forskola>

³¹ Försäkringskassan 2016, "Sjukfrånvaro per bransch och sektor. Nya sjukfall längre än 14 dagar per 1 000 anställda efter sektor och bransch", statistikbilaga till pressmeddelande, november 2016, samt Försäkringskassan 2015, "Vård och omsorg har flest nya sjukfall i Sverige", ur rapportserien korta analyser 2015:1.

³² I branschen "vård och omsorg i särskilda boendeformer för äldre och funktionshindrade" var 20 procent av den kvinnliga personalen sjukskrivna längre än 14 dagar under 2015. På tredje plats bland branscher med högst andel sjukskrivningar längre än 14 dagar finns "öppna sociala insatser".

³³ Vision, 2016, "Sjukskrivningarna kostar välfärden miljarder. Ett schyst arbetsliv lönar sig", rapport utgiven oktober 2016, s. 2, 10-11.

Vilket ansvar har arbetsgivaren för att säkra en god arbetsmiljö?

Arbetsgivaren har ansvar att utföra ett systematiskt arbetsmiljöarbete på arbetsplatsen, enligt Arbetsmiljöverkets föreskrifter (AFS 2001:1). I korthet innebär det att regelbundet undersöka och riskbedöma, för att säkerställa en god arbetsmiljö och förebygga ohälsa hos personalen. På samma sätt som arbetsgivare undersöker andra risker för ohälsa och olycksfall på arbetsplatsen behöver de även fånga upp risker för arbetsrelaterad stress. Efter undersökning och riskbedömning behöver en handlingsplan tas fram, riskerna ska åtgärdas och slutligen ska arbetsgivaren kontrollera att åtgärderna har fungerat. Arbetsgivare har också skyldighet att säkerställa att alla anställda vid behov kan vända sig till företagshälsovård.³⁴

Skillnader i fysisk och psykosocial arbetsmiljö är en väldokumenterad delförklaring till variationen i antal sjukfall mellan olika branscher. Grundläggande för att undvika ohälsosam stress är att det råder en balans mellan krav och resurser i verksamheten, att personalen kan ta kortare pauser och längre raster för återhämtning, att de har inflytande över det egna arbetet och stöd från sin chef med att förbättra scheman och prioriteringar.³⁵ Många förskolechefer ansvarar för flera förskolor och har själva en hög arbetsbelastning. Fem förskolor per förskolechef är inte ovanligt.³⁶ Det blir ett problem när cheferna inte hinner arbeta strukturerat och kontinuerligt med att förbättra arbetsmiljön.

Arbetsgivaren har också ansvar att göra regelbundna kartläggningar av ljudmiljön på arbetsplatsen och vid behov vidta akustiska och organisatoriska åtgärder för att förbättra ljudklimatet. Här finns *Ljudguide för förskolan* till hjälp. Ljudguiden är ett partsgemensamt samarbete som ger inspiration och konkret vägledning att jobba med ljudmiljön på förskolan. Den innehåller bland annat fakta om ljud och dess inverkan på vår hälsa, tips på hur man kan kartlägga sin ljudmiljö, tips på ljuddämpande inredning, samt filmer och artiklar om hur olika förskolor har arbetat med att förbättra sin ljudmiljö. Ljudguiden är framtagen i samverkan mellan parterna på arbetsmarknaden, genom de ideella föreningarna Prevent och Suntarbetsliv, i samarbete med forskare.³⁷

³⁴ Arbetsmiljöverket 2017, "Förebygg arbetsrelaterad stress" (ADI 688), broschyr, <https://www.av.se/arbetsmiljoarbete-och-inspektioner/publikationer/broschyrrer/forebygg-arbetsrelaterad-stress-adi688-broschyr/> och Arbetsmiljöverket, 2015, pressmeddelande "Varannan arbetsplats saknar planering mot stress", <https://www.av.se/press/varannan-arbetsplats-saknar-planering-mot-stress/?hl=forskola>

³⁵ Arbetsmiljöupplysningen, <http://www.arbetsmiljoupplysningen.se/yrken/forskollarare-och-barnskotare> och Arbetsmiljöverket 2017, se fotnot 34.

³⁶ Arbetsmiljöverket 2011, "Arbetsmiljöverket satsar på arbetsmiljön inom förskolan", pressmeddelande 25 maj 2011, <https://www.av.se/press/arbetsmiljoverket-satsar-pa-arbetsmiljon-inom-forskolan/>

³⁷ Prevents ljudguide för förskolan: <http://www.prevent.se/ljudguideforskolan>

Källor

Arbetsmiljöupplysningen, "Förskollärare och barnskötare", <http://www.arbetsmiljoupplysningen.se/Yrken/Forskollarare-och-barnskotare/>

Arbetsmiljöupplysningen, artikel om återhämtning, <http://www.arbetsmiljoupplysningen.se/Amnen/Aterhamtning/>

Arbetsmiljöupplysningen, "Utmattningssyndrom/utbrändhet", <http://www.arbetsmiljoupplysningen.se/Amnen/Utmattningssyndromutbrandhet/>

Arbetsmiljöverket, 2011, "Arbetsmiljöverket satsar på arbetsmiljön inom förskolan", pressmeddelande 25 maj 2011, <https://www.av.se/press/arbetsmiljoverket-satsar-pa-arbetsmiljon-inom-forskolan/>

Arbetsmiljöverket, 2012, "Tillsyn av förskolor – Riktad tillsynsinsats år 2011 inom Stockholmsdistriktet", Rapport 2012:13

Arbetsmiljöverket, 2015, "Varannan arbetsplats saknar planering mot stress", pressmeddelande 23 oktober 2015, <https://www.av.se/press/varannan-arbetsplats-saknar-planering-mot-stress/?hl=forskola>

Arbetsmiljöverkets temasida om buller: <https://www.av.se/halsa-och-sakerhet/buller/>

Arbetsmiljöverket, "Bort med bullret - en bra ljudmiljö lönar sig (ADI 598), broschyr", <https://www.av.se/arbetsmiljoarbete-och-inspektioner/publikationer/broschyror/bort-med-bullret--en-bra-ljudmiljo-lonar-sig-adi598-broschyr/>

Arbetsmiljöverket 2015, "Frågor och svar buller", <https://www.av.se/halsa-och-sakerhet/buller/fragor-och-svar-om-buller2/>

Arbetsmiljöverket 2016, "Risker med buller", <https://www.av.se/halsa-och-sakerhet/buller/risker-med-buller/>

Arbetsmiljöverket 2016, Rapport 2016:3 "Arbetsorsakade besvär 2016", <https://www.av.se/arbetsmiljoarbete-och-inspektioner/arbetsmiljostatistik-officiell-arbetsstadestatistik/arbetsorsakadebesvar-2016/>

Arbetsmiljöverket 2017, "Förebygg arbetsrelaterad stress" (ADI 688), broschyr, <https://www.av.se/arbetsmiljoarbete-och-inspektioner/publikationer/broschyror/forebygg-arbetsrelaterad-stress-adi688-broschyr/>

Arbetstidslagen, <https://www.av.se/arbetsmiljoarbete-och-inspektioner/lagar-och-regler-om-arbetsmiljo/arbetstidslagen/>

Förskolan, "När bullret tar överhand", artikel 18 sep 2015, <http://forskolan.se/nar-bullret-tar-overhand/>

Försäkringskassan 2015, "Vård och omsorg har flest nya sjukfall i Sverige", ur rapportserien korta analyser 2015:1.

Försäkringskassan 2016, "Sjukfrånvaro per bransch och sektor. Nya sjukfall längre än 14 dagar per 1 000 anställda efter sektor och bransch", statistikbilaga till pressmeddelande.

Kommunal, 2017, "Ditt barns framtid. Akut brist på yrkesutbildade inom förskola, skola och fritidshem", rapport, <https://www.kommunal.se/ditt-barns-framtid-akut-brist-pa-yrkesutbildade-inom-forskola-skola-och-fritidshem>

Kommunal 2017, "Trygga famnar sökes. En rapport om barnskötarnas roll i framtidens förskola."

Kommunalarbetaren 2016, "Kommunerna där flest blivit sjuka av stressen", <https://www.ka.se/stressenssverige>

Prevents ljudguide för förskolan, <http://www.prevent.se/ljudguideforskolan>

SCB 2014, "De flesta barn i förskola – oavsett bakgrund", https://www.scb.se/sv/_/Hitta-statistik/Artiklar/De-flesta-barn-i-forskola--oavsett-bakgrund/

Sjödin, Fredrik, 2012, "Noise in the preschool: health and preventive measures", Umeå universitet, Medicinska fakulteten, Institutionen för folkhälsa och klinisk medicin, Yrkes- och miljömedicin.

Sjödin, F., Kjellberg, A., Knutsson, A., Landström, U., Lindberg, L. (2012: 73, 78), "Noise exposure and auditory effects on preschool personnel", *Noise & Health*, 14(57): 72-82.

SKL 2015, "Sveriges viktigaste jobb finns i välfärden – Hur möter vi rekryteringsutmaningen?", ISBN: 978-91-7585-216-4, <http://webbutik.skl.se/sv/artiklar/sveriges-viktigaste-jobb-finns-i-valfarden-hur-moter-vi-rekryteringsutmaningen.html>

Skolverket 2017, "Tabell 1, förskole- och skolenheter/fritidshem. Barn/elever läsåret 2016/17", <https://www.skolverket.se/statistik-och-utvardering/statistik-i-tabeller/forskola/barn-och-grupper/barn-och-grupper-i-forskolan-15-oktober-2016-1.260075>

Skolverket. Faktor: Personalens kompetens. PDF på Skolverkets hemsida, <https://www.skolverket.se/skolformer/forskola/kvalitet-i-forskolan/faktorer-som-paverkar-kvaliteten-1.226734>

Socialstyrelsen 2003, "Utmattningsyndrom. Stressrelaterad psykisk ohälsa.", ISBN 91-7201-786-4, <http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2003/2003-123-18>

Suntarbetsliv.se, "Bullersanering på förskolan hjälpte barn och personal", artikel publicerad 28 februari 2013, <https://www.suntarbetsliv.se/artiklar/fysisk-arbetsmiljo/bullersanering-pa-forskolan-bra-for-bade-barn-och-personal/>

Suntarbetsliv.se, "Lägre ljudnivå ger bättre hälsa på förskolan", artikel publicerad 5 maj 2015, <https://www.suntarbetsliv.se/artiklar/fysisk-arbetsmiljo/lagre-ljudniva-ger-bättre-halsa-pa-forskolan/>

Vision, 2016, "Sjukskrivningarna kostar välfärden miljarder. Ett schyst arbetsliv lönar sig", rapport utgiven oktober 2016.

**37 % av barnskötarna
upplever arbetet som
psykiskt anställande
i stort sett
dagligen**

