

Malmö Högskola
Läraryrket
Studie- och yrkesvägledarprogrammet
Examensarbete, 10 p, Vt 2001

Vägledare och stress

**En undersökning av studie- och
yrkesvägledares upplevelse av stress**

Pia Bohner
Helene Lundstedt

Handledare:
Kerstin Neckmar

Bohner, P. & Lundstedt, H. (2001) Vägledare och stress [En undersökning av studie- och yrkesvägledares upplevelse av stress] (Studie- och yrkesvägledarprogrammet, Examensarbete 10 p). Malmö: Lärarutbildningen.

Syftet med examensarbetet var att undersöka orsakerna till varför studie- och yrkesvägledare i grundskolan upplever, eller inte upplever, stress, samt om detta påverkar utförandet av arbetsuppgifterna. Urvalet av informanter gjordes med avsikt att de skulle representera skolor med olika sociala miljöer i Tåstad. Undersökningen har utförts genom en litteraturstudie och en kvalitativ intervjuundersökning med mestadels öppna frågor så att informanterna gavs möjlighet att beskriva tankar, känslor och upplevelser. Undersökningen visar att upplevelsen av stress är individuell. Flertalet av studie- och yrkesvägledarna, som ingått i studien, upplever stress periodvis, ändock uppfattas det allmänt sett inte som något större problem. Den bakomliggande orsaken till detta är att det är ett stimulerande yrke där studie- och yrkesvägledaren själv, i stor utsträckning, bestämmer och tar ansvar för hur arbetet ska genomföras.

Nyckelord: Studie- och yrkesvägledare, stress, stressorer, arbete, vägledning.

Tid är inget du får -
utan något du tar dig!

Okänd

Man hinner med nästan hur mycket som helst om man bara
inte gör sig någon brådska

Gösta Ekman

Jag har lärt mig att vara tillfreds,
vilket tillstånd jag än befinner mig i

Filipperbrevet, Paulus

Det är bättre att koppla av i tid
än att bli avkopplad i förtid

Okänd

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

FÖRORD

1.	Bakgrund	2
2.	Syfte och frågeställningar.....	3
3.	Begreppsdefinitioner.....	4
4.	Metod.....	5
4.1.	Val av ansats och metod.....	5
4.2.	Urval och avgränsningar	6
4.3.	Intervjuer	6
4.4.	Bearbetning och presentation av data.....	7
5.	Teoretisk referensram.....	8
5.1.	Litteraturstudier av relevans för problemområdet	8
5.2.	Krav- kontrollmodellen.....	11
5.3.	KASAM.....	13
6.	Resultatredovisning	17
6.1.	Presentation av undersökningsgruppen.....	17
6.2.	Intervjuredovisning	18
6.2.1.	Yrkesrollen.....	18
6.2.2.	Resurser för vägledning	21
6.2.3.	Gränssättning	22
6.2.4.	Meningsfullhet.....	23
6.2.5.	Upplevelse av stress.....	25
7.	Analys och slutdiskussion.....	29
8.	Sammanfattning.....	38
9.	Referenser	39

Bilaga:

Intervjuguide

Förord

Denna uppsats om 10 poäng är vårt examensarbete på studie - och yrkesvägledarprogrammet våren 2001. Vi har genom vårt arbete fått tillfälle att fördjupa oss i studie - och yrkesvägledares upplevelser av stress. Det har varit ett intressant och stimulerande arbete.

Vi vill på detta sätt framföra ett stort tack till de intervjupersoner som deltagit i undersökningen, utan er medverkan hade vårt arbete inte varit möjligt. Dessutom vill vi rikta ett varmt tack till vår handledare Kerstin Neckmar som genom sitt engagemang och tillmötesgående sätt givit oss värdefulla synpunkter under arbetets gång.

Helene Lundstedt

Pia Bohner

1. Bakgrund

Stress är på väg att bli vår tids nya folksjukdom. Allt fler människor känner att deras tid och förmåga inte räcker till för de krav som ställs på dem. Stress kan förstöra både arbet- och familjeliv samt leda till utbrändhet och långtidssjukskrivningar. De flesta av oss tillbringar en stor del av vårt vuxna liv på vår arbetsplats och det arbete vi utför påverkar oss i mycket hög grad. Eftersom vi studerar sista terminen på studie- och yrkesvägledarprogrammet på lärarutbildningen i Malmö ville vi knyta ämnet till vår blivande yrkesroll. Under våra praktikperioder har vi nämligen upplevt arbetssituationen för studie- och yrkesvägledaren som mycket stressig. Vi blev nyfikna på att undersöka om det förhåller sig så för fler studie- och yrkesvägledare och vad det i så fall kan bero på. Skolan är en av de offentliga verksamheter som rationaliserats under 90-talet och vi har i samband med vår praktik fått vetskap om att många skolor skurit ned på studie- och yrkesvägledningen eller i värsta fall dragit in den helt. Om de resurser som tilldelas studie- och yrkesvägledningen är för små tror vi att det kan bidra till stress för yrkesgruppen. Vi tror även att det finns andra faktorer som kan påverka upplevelsen av stress i arbetet som vi vill studera närmare. Vår förhoppning är att ökad kunskap inom detta område kan bidra till att arbetssituationen för studie- och yrkesvägledaren förbättras. Studie- och yrkesvägledaren är en viktig personalresurs i skolan vars medverkan och engagemang är en förutsättning för att skolans mål fullt ut ska kunna förverkligas.

2. Syfte och frågeställningar

Syftet med vårt arbete är att studera fenomenet stress. Syftet är också att undersöka om ett urval av studie- och yrkesvägledarna vid Tåstad kommuns grundskolor upplever sin arbetssituation som stressig. Om så är fallet är även vår intention att undersöka vilka de bakomliggande faktorerna är som bidrar till att de upplever stress.

Våra frågeställningar utifrån detta syfte är:

- Vad är stress?
- Upplever studie- och yrkesvägledarna sin arbetssituation som stressig?
- Vilka är orsakerna till att de upplever/inte upplever stress?
- Varför är vissa människor mer känsliga för stressorer än andra?
- Om det finns en upplevelse av stress är den i så fall konstant eller inträffar den enbart periodvis?
- Hur påverkar en stressig arbetsmiljö utförandet av arbetsuppgifterna?

3. Begreppsdefinitioner

Stress är kroppens sätt att skärpa eller öka sin beredskap för handling, när den utsätts för fysiska eller mentala påfrestningar (Assadi & Skansén, 2000). Själva ordet stress kommer av det latinska "stringere" som betyder dra åt (Wadebeck, 2000).

Stressor benämns de fysiska eller mentala påfrestningar som ger upphov till stressreaktioner i kroppen (<http://www.ne.se>).

Positiv stress är när stressen stimulerar människan till att prestera bättre och ökar förmågan att klara av de påfrestningar och krav som människan ställs inför (Assadi & Skansén, 2000).

Negativ stress är om kraven eller påfrestningarna blir för stora relativt den prestation och förmåga som människan kan frammana, eller tvärtom om människan inte alls stimuleras (a.a.).

Utbrändhet är ett tillstånd präglad av symptom såsom fysisk eller känslomässig utmattning som samverkar eller uppträder var för sig. Tillståndet uppträder när en människa utsätts för negativ stress under en längre period, vilket kan inverka på den fysiska och mentala hälsan (Ohlsson, 1998, Maslach, 2000).

Studie- och yrkesvägledare har under åren haft flera benämningar; yrkesvals lärare, syokonsulent, syo och syofunktionär. Vi har i denna studie valt att kalla dem efter den aktuella titeln studie- och yrkesvägledare. Ibland använder vi bara vägledare eller den av ovanstående uppräknade benämningar som förekommer i den litteratur vi hänvisar till. I den av oss modifierade modellen hämtad ur *Skolledares arbetsmiljö* (Löfgren m fl, 1989) har vi valt att använda förkortningen syv.

SSA-sekreterare inrättades i början av 1980-talet och handhar och planerar skola-arbetslivskontakter i kommunerna. SSA är en förkortning av Samverkan mellan Skola och Arbetsliv (Henrysson, 1994).

Praktisk arbetslivsorientering är högstadieelevernas arbetsplatspraktik och benämns i studien med den vedertagna förkortningen praο eller praktik.

4. Metod

4.1. Val av ansats och metod

För att på bästa sätt kunna påvisa om studie - och yrkesvägledare upplever stress i sitt yrke har vi valt att göra en kvalitativ undersökning, vilket innebär att vi utgått från hur de utvalda intervjupersonerna upplever sin verklighet. Att vi valt denna metod beror på att vi ansåg den bäst motsvara vårt syfte, eftersom studien handlar om vägledares upplevelser som är svåra att mäta på ett kvantitativt sätt. Den kvantitativa metoden skiljer sig åt från den kvalitativa på så sätt att den baseras på observationer, ostrukturerade intervjuer och har ett större intresse för statistiska data. Med den kvalitativa metoden eftersträvas en förståelse för det studerade fenomenet med särskild tyngdpunkt på det unika och det avvikande. Den kvantitativa metoden däremot syftar till att finna förklaringar och stor vikt läggs därför på data som är representativa för den undersökta gruppen (Halvorsen, 1992). Vi ansåg det även vara fördelaktigt att använda en kvalitativ metod eftersom vi ville studera det unika och avvikande hos intervjupersonerna, men även försöka finna samband och mönster dem sinsemellan. För att kunna uppfylla det syftet bedömde vi det relevant att få en helhetsbild av deras arbetsvardag. Genom en kvantitativ metod hade vi kunnat göra ett större urval, men enligt vår bedömning, inte fått den fördjupning i ämnet stress som vi är intresserade av att undersöka.

Vi har försökt få förståelse för fenomenet stress på ett induktivt sätt, vilket innebär att vi närmar oss en verklighet som vi inte har några större kunskaper om sedan tidigare, utan några klara hypoteser och någorlunda förutsättningslöst (Halvorsen, 1992).

För att få en ökad förståelse för stress som begrepp har vi ägnat oss åt litteraturstudier och sökt information på Internet. I ett fall har vi varit i kontakt med förlaget Studentlitteratur för att få tillgång till ett ännu opublicerat manus. Vi har inte upplevt det som några svårigheter att hitta information om stress och då särskilt inte hur man förebygger densamma, men med anknytning till den aktuella yrkeskåren har vi endast funnit mycket lite material. Vi har även kontaktat representanter för studie- och yrkesvägledarutbildningarna i Malmö, Stockholm och Umeå för att på så vis få vetskap om det finns något publicerat sedan tidigare. Under en av intervjuerna fick vi emellertid kännedom om att en undersökning med liknande syfte har gjorts av Malmökretsen inom Lärarnas Riksförbund (LR) i samband med den aktuella vägledarutredningen och därför har vi även haft kontakt med LR för att få tillgång till denna.

Under våra intervjuer framkom det att vissa av våra informanter skriver en redogörelse för verksamheten till skolans verksamhetsberättelse. Vi trodde att denna eventuellt skulle kunna förse oss med relevant information men då det visade sig att kvaliteten och innehållet i verksamhetsberättelserna skiljde sig åt samt att vissa skolor inte verkar ha någon verksamhetsberättelse överhuvudtaget beslöt vi oss för att bortse från dessa.

För att skydda informanternas identitet (se även kapitel 7.1.) har vi valt att inte benämna staden där undersökningen gjordes med dess riktiga namn, utan kommer i arbetet kalla den för Tåstad.

Tåstad kommun är indelad i tio stadsdelsförvaltningar vilka ansvarar för barnomsorg, grundskola, äldreomsorg, individ- och familjeomsorg för invånarna som geografiskt tillhör området.

Vi har varit i kontakt med några av stadsdelsförvaltningarna i de undersökta områdena samt några av dem som är ansvariga för ekonomin på de i studien deltagande skolorna för att på så vis få tillgång till skolans budget för studie- och yrkesvägledarverksamheten. Detta visade sig vara en svår uppgift och alldeles för tidskrävande vilket gjort att vi bestämt oss för att bortse från den.

4.2. Urval och avgränsningar

Vi har intervjuat sex studie- och yrkesvägledare på Tåstads grundskolor. Urvalet av vägledarna gjordes genom en granskning av Tåstads tio stadsdelar, dels för att få en geografisk spridning men även för att finna stadsdelar som skilde sig åt så mycket som möjligt i fråga om social struktur, d v s invandratäthet, arbetslöshetsnivå och andelen socialbidragstagare.

Detta visade sig vara svårare än vi trodde och endast två ytterligheter har kunnat påvisas, en med en påfallande hög andel invandrare, arbetslösa och socialbidragstagare och en med det motsatta förhållandet. De två stadsdelarna som utmärkte sig valdes ut för att ingå i studien tillsammans med fyra andra stadsdelar som i viss mån liknar varandra med avseende på den sociala strukturen. Som tidigare nämnts var det svårt att finna några större skillnader mellan de övriga åtta stadsdelarna som återstod efter att de två ytterligheterna blivit utvalda. Vi inriktade oss därför i stället på att försöka få en geografisk spridning. En stadsdel fick bytas ut då studie- och yrkesvägledaren som skulle intervjuas drog sig ur på grund av tidsbrist.

Vår tanke från början var att finna skolor i de utvalda stadsdelarna som hade en heltidsanställd studie- och yrkesvägledare för att på ett likvärdigt sätt kunna jämföra deras upplevelser av stress. Detta visade sig vara en svår uppgift och vi fick även här frångå vår ursprungliga plan. På grund av tidsbrist begränsade vi vår undersökning till sex intervjuer och vi är medvetna om att undersökningen inte kan ge någon heltäckande bild av hur situationen förhåller sig generellt sett för studie- och yrkesvägledare. Vi valde att genomföra undersökningen på grundskolan för att på så vis få en samlad bild av studie- och yrkesvägledarnas situation där.

I studien har vi valt att granska skillnader och likheter i vägledarnas berättelser i fråga om upplevelser av stress, men även gjort individuella analyser för att finna bakomliggande faktorer till deras upplevelser. Långvarig eller kronisk stress kan i förlängningen leda till utbrändhet, en aspekt som vi är medvetna om men valt att ej studera närmare. Vi har även avgränsat oss genom att inte lägga någon hälso- eller genusaspekt på undersökningen. Inte heller har vi studerat hur stress kan förebyggas och rehabiliteras utan endast om den existerar och i så fall vilka dess orsaker är. Vi har också begränsat undersökningen till att endast omfatta yrkeslivet och inte undersökt sambandet med informanternas privatliv. Att den fysiska arbetsmiljön kan påverka upplevelser av stress är vi medvetna om men vi har valt att avgränsa oss genom att inte närmare utforska informanternas fysiska arbetsmiljö. Vi har valt att inte heller närmare gå in på olika personlighetsdrag som påverkar upplevelsen av stress.

4.3. Intervjuer

Innan intervjuerna genomfördes konstruerades en intervjuguide (se bilaga) som täckte fem teman vi ansåg relevanta för studien. Dessa fem teman var bakgrundsinformation, yrkesrollen, resurser, gränssättning och stress. Urvalet av dessa teman bygger på litteraturstudier och erfarenheter från tidigare praktikperioder.

En stor del av denna litteratur nämns i den teoretiska referensramen för vårt arbete. Andra texter som vi tagit del av och som gett oss inspiration och idéer är Svenssons *Stress i skolan* (1999), Rosell & Perssons *Stressen i skolan* (2001), Markhams *Sluta stressa* (1994), Levis *Stress i arbetslivet, igår, idag, imorgon* (1997) och Jönssons *Tio tankar om tid* (2000). För att skapa oss en helhetsbild av studie- och yrkesvägledarnas arbetssituation bedömde vi det viktigt att beröra andra områden än enbart stress.

De som valts ut att medverka i undersökningen kontaktades via telefon och tid bestämdes för när intervjun skulle äga rum. Intervjuerna genomfördes med endast en av oss som intervjuare, mellan den 3-18 april på informanternas arbetsrum och tog mellan 45 och 90 minuter. I två fall stördes intervjuerna under en kortare period. Intervjuerna var semistrukturerade, det vill säga områden och ingångsfrågor var förutbestämda men följdes i vissa fall av ytterligare frågor för att förtydliga eller fördjupa och informanten gavs utrymme att berätta sådant denne ansåg relevant. Detta innebär att en del av svaren kan delas av fler informanter än vad som framkommer i intervjuredovisningen (se kapitel 6). Vi är medvetna om att informanternas berättelser kan innehålla en viss felmarginal beroende på hur frågan ställdes och vem av oss som utförde intervjun. Samtliga informanter har kontaktats efter intervjun, i ett fall via telefon och i de övriga fem via e-post, för att förtydliga och komplettera vissa uppgifter.

4.4. Bearbetning och presentation av data

Samtliga intervjuer dokumenterades med hjälp av bandspelare och har därefter transkriberats i sin helhet vilket resulterade i 61 stycken A4-sidor. Därefter har samtliga intervjupersoners berättelser lästs igenom ett flertal gånger och analyserats av oss båda för att finna likheter och skillnader dem sinsemellan. Vi har lagt stor vikt vid avvikande åsikter och arbetsuppgifter som ej delas av samtliga vägledare.

I intervjuredovisningen (se kapitel 6) har vi kategoriserat vägledarnas berättelser under samma teman som intervjuguiden innehåller d v s yrkesrollen, resurser, gränssättning, meningsfullhet och stress. Bakgrundsinformationen om intervjupersonerna redovisas dock i kapitel 6.1., presentation av undersökningsgruppen. I redovisningen av intervjuerna (se kapitel 6) kommer vi att jämföra och bekräfta informanternas berättelser med andra undersökningar och litteratur som vi anser har relevans för studien. De citat som har valts ut belyser generella eller utmärkande åsikter samt bekräftar relevant information som framkommit. I vissa citat har vi valt att utelämna vissa partier, vilket vi markerar med tre punkter. I studien benämns intervjupersonerna ibland som informanterna, vägledarna eller studie- och yrkesvägledarna för att variera språkbruket.

5. Teoretisk referensram

5.1. Litteraturstudier av relevans för problemområdet

De senaste åren har begreppen stress och utbrändhet fått allt mer uppmärksamhet i media och blivit ett vanligt diskussionsämne bland folk i allmänhet. Men stress är inget modernt fenomen utan har funnits i alla tider. Att fenomenet uppmärksammas i större utsträckning, tror vi, beror på att det blivit alltmer vanligt förekommande. Undersökningar (Hertting, 1999; Arbetskyddsstyrelsen, 1997) visar också att den psykosociala hälsan i Sverige försämrats vilket antas vara en effekt av de strukturförändringar som 90-talets ekonomiska kris medfört. Rationaliseringar och effektiviseringar har medfört att både privata och offentliga organisationer tilldelats mindre personal som förväntas lösa allt mer komplexa uppgifter på allt kortare tid.

De mindre och smalare, arbetsorganisationerna ger kanske en kortsiktig effektivitetsvinst, men vad innebär de på lång sikt? Ett flertal författare (Assadi, 2000; Hertting, 1999) pekar på att effektivitetsvinsten kanske bara är just kortsiktig. Med ökad effektivitet kan utrymmet för andhämtning, kreativitet och nytänkande försvinna. Stress kan ge fysiska symptom som till exempel trötthet och utmattning vilket i förlängningen kan leda till sjukskrivningar. Stress kan också ha negativ effekt på människors prestationsförmåga och kan bidra till sociala slitningar inom arbetsorganisationen. Sammantaget kan rationaliseringarna alltså ge en långsiktig effektivitetsminskning. Dessutom kan samhället i stort drabbas av ökade kostnader för vård, produktionsbortfall och förtidspensioneringar.

Den problembild som studie- och yrkesvägledaren möter har förändrats under det senaste decenniet till följd av arbetsmarknadens strukturförändringar, gymnasiereformen, social marginalisering och införandet av informationsteknologin. Vägledningsprocessen har blivit otydligare, det saknas tid och utrymme för att ge eleverna tillräckligt med kvalitativ vägledning som ger kunskap för att kunna göra realistiska, genomtänkta och självständiga val, vilket är målet för processen (<http://www.skolverket.se/publicerat/debatt/syv.html>).

Det är inte stressen i sig som är farlig utan det är snarare vår känslomässiga reaktion på den. Den inverkan som stressen har, bestäms inte av hur mycket stress vi utsätts för utan hur vi reagerar på den. Reaktionen är högst individuell, det som är ett problem för en individ (negativ stress) är en utmaning för en annan (positiv stress). Stress behöver inte bara betyda att ha för mycket att göra. Att ha för lite att göra, uppleva sorg eller ensamhet kan också innebära stress. Denna, stressens dualitet, kan också variera över tiden. Stressorer i och utanför yrkeslivet förändras varför den samlade reaktionen kan övergå från positiv till negativ. Det som en gång stimulerade till utveckling och prestation kan, beroende på förändrade omständigheter, istället bli en del av en nedåtgående trend som försämrar liv och hälsa. Det grundläggande är att finna balansen mellan det positiva och det negativa (Wadebeck, 2000).

Stress i sig är emellertid inget ont utan en naturlig förutsättning i våra liv. Genom att reagera fysiskt och skärpa uppmärksamheten så förbereder sig människokroppen på handling. En lagom nivå av stress är något positivt och det kan vara stimulerande om vi har ett arbete som vi känner oss engagerade i, får uppmuntran för och själva har inflytande över. Den stimulans som stressen ger är då positiv (a.a.).

Om stressen ses som en stimulans finns också risk för över- eller understimulering vilket är negativt. Om kraven i ett arbete är så höga att de överstiger prestationsförmågan eller om de är alldeles för låga så reagerar människan med bristande engagemang eller uppgivenhet. Om det dessutom saknas stöd eller om individen saknar inflytande över arbetsuppgifterna så förstärks den negativa effekten ytterligare (Assadi & Skansén, 2000; Theorell, 1993, Frankenheuser, 1987). I litteraturen pekas på faktorer som ökar stresståligheten. Med stresstålighet avser vi då känslan av att uppfatta stressen som en positiv stimulans eller åtminstone, inte som direkt negativ. En undersökning kring skolledarnas arbetsmiljö i Malmö (Löfgren m fl, 1989), visar att skolledarens möjlighet att påverka sin arbetssituation är större än lärarens. Detta kan bidra till en mer positiv upplevelse av arbetsmiljön och därmed en ökad stresstålighet.

Det är inte den fysiska arbetsmiljön (byggnader, verktyg, ljus, klimat), utan förhållandet mellan det organisatoriska och arbetstagarens behov, krafter och förväntningar som leder till tillfredsställelse eller stress (Agervold, 2001). Stress i arbetslivet kan alltså ha en psykosocial karaktär. Härav kommer att monotonin i ett arbete kan uppvägas av gott kamratskap eller att ett stimulerande arbete inte ger tillfredsställelse då det inte rönner någon uppskattning. Agervold lyfter, i sin bok *Arbete och stress* fram det faktum att undersökningar visar att människor skulle fortsätta att arbeta även om de blev ekonomiskt oberoende. Med andra ord så har arbetet ett värde utöver lönen. Agervold (2001) hänvisar till arbetslöshetsforskaren Maria Jahoda som säger att arbetet har betydelse för personen genom:

- att arbetet ger den enskilde en tidsstruktur i vardagen,
- att arbetet ger gemensamma upplevelser med arbetskollegera,
- att arbetet knyter samman personer kring gemensamma mål,
- att arbetet bidrar till att ge personen status och identitet,
- att arbetet leder till fysisk och psykisk aktivitet (s 17).

Agervold pekar även på ett flertal undersökningar i Skandinavien, Europa, USA och Japan, som speglar vad som utmärker det ”goda arbetet”. Sammantaget visar dessa undersökningar att ”det goda arbetet” rymmer möjligheter för självbestämmande, utveckling, samarbete och samvaro, kompetensutveckling och kontroll, samt att arbetet upplevs som intressant och meningsfullt. Noterbart är att i en dansk undersökning ansåg 83% av de tillfrågade att det var av stor betydelse att ”jag kan känna att jag gör ett bra jobb”, jämfört med att bara 33% ansåg att det var av stor betydelse att lönen är hög (Agervold, 2001). Belastningarna i arbetet delar Agervold, med avstamp i Karaseks Krav-kontroll modell (se kapitel 5.2), in i två typer. Den första är kvantitativ belastning som innebär att verksamheten styr arbetstempot istället för arbetarna. Det tydligaste exemplet på detta är löpande band produktion där bandet hela tiden rör sig och arbetsuppgifterna måste utföras i bandets takt. Men det innefattar egentligen all verksamhet där ett visst antal uppgifter ska lösas inom en bestämd tidsram. Den andra typen är kvalitativ belastning som avser svåra avgöranden och beslut som ska fattas på kort tid vilket kräver koncentration och intellektuell reflektion. Bristande överensstämmelse mellan krav och individens värdering av sina resurser leder då till belastningsreaktioner i form av t ex stress, vantrivsel och sjukdom (Agervold, 2001).

En annan undersökning vi tagit del av är Arbetsmiljöinstitutets rapport; *Syokonsulenters arbetsvillkor* (Paulsson, 1994). Syftet med undersökningen har varit att belysa hur syokonsulenternas arbetssituation ser ut ur ett lednings- och organisationsperspektiv.

235 slumpmässigt utvalda medlemmar inom Lärarnas Riksförbund (LR) som för tidpunkten arbetade som syokonsulenter eller SSA-sekreterare deltog i en enkätstudie som genomfördes 1992. Av de 166 svarande angav 47 personer att de arbetade på en högstadieskola. Enkäten bestod av tre huvudområden; organisation och ledning, fysisk arbetsmiljö samt psykosocial arbetsmiljö innefattande yrkeskompetens (Paulsson, 1994). I resultatredovisningen har vi lyft fram frågor från studien som kan bekräfta eller vara en paradox till våra informanternas uppfattningar

Syo vardag - ett studiematerial om syofunktionärernas arbetsmiljö, är utgivet av LR (Jakobsson, 1989). Syftet med materialet är att det ska tjäna som en inspirationskälla till ett förändringsarbete. Det ger en inblick i flera syokonsulenters vardag och i materialet beskrivs även vikten av ett gott arbetsplatsklimat, skolchefernas ansvar samt LR:s uppfattningar om ovanstående områden. Trots att materialet är 12 år gammalt har vi funnit information som vi anser är relevant att lyfta fram i vår studie. Vilket görs i kapitel 6.

I Lennart Henryssons (1994) doktorsavhandling, *Syo-kulturer i skolan*, har författaren med hjälp av intervjuer studerat hur studie- och yrkesvägledarverksamheten uppfattas av personal och elever på tre högstadieskolor i en större svensk stad. Med begreppet syo-kulturer menar Henrysson:

...elevers och skolpersonals föreställningar och värderingar som tar sig uttryck i uppfattningar av syoverksamheten och som påverkar den praktiska utformningen av denna verksamhet på respektive skola. (s 199)

Intervjuundersökningen genomfördes 1989 och 1990. Henryssons syfte med avhandlingen är bland annat att finna förklaringar till varför en skola präglas av en viss syo-kultur samt undersöka eventuella olikheter i uppfattningar mellan elever, personal och skolor. I avhandlingen ges en god inblick i studie- och yrkesorienteringens framväxt i Sverige och syoverksamhetens mål. Verksamhetens organisation samt hur förverkligandet av syons mål sker på respektive skola är andra företeelser Henrysson beskriver. Personalen på samtliga skolor anser att syons främsta uppgift är att vägleda eleverna inför fortsatta studie- eller yrkesval. Prao, individuell vägledning och kollektiv information anses vara de bästa metoderna för att lyckas med detta. Samtliga intervjuade i personalgruppen tycker även att elever med särskilda behov, så som resurssvaga eller socialt handikappade elever, bör prioriteras.

Henryssons undersökning visar att syoverksamheten framförallt är knuten till syofunktionären och dennes arbetsuppgifter på skolan. Anknytningen till arbetslivet i den vanliga undervisningen är mycket liten och lärarnas engagemang och delaktighet i verksamheten är begränsad. Detta påstår lärare och skolledare bero på bristande kunskaper inom området. Rektorns inställning är också av största vikt för vilken syo-kultur som ska råda på skolan. Syoverksamheten på de undersökta skolorna uppfattas till viss del fungera tillfredsställande. De brister som emellertid finns gäller framförallt att ge eleverna självinsikt samt tillräckliga kunskaper för att kunna göra realistiska och väl övervägda val av studie- och yrkesväg. Emellertid är både elever och personal till viss del omedvetna om bristerna i syoverksamheten, sedd ur ett läroplansperspektiv.

Förutom ovanstående nämnda exempel tycker vi att Henrysson har fått fram många intressanta resultat i sin studie och det som vi anser har relevans för vår egen studie kommer att redovisas framförallt i resultatredovisningen men även i slutdiskussionen.

Studie- och yrkesvägledning studeras i ny utredning, *Utredningen om vägledningen i skolväsendet (VIS)*. Ingegerd Sahlström har tillsatts av regeringen som utredare och ska kartlägga samt analysera individens behov av vägledning i skolan. Utredningen ska utföras utifrån de krav som arbetsliv, utbildning och samhällsutveckling ställer och utredaren ska föreslå mål för studie- och yrkesorienteringen samt, med utgångspunkt från sina slutsatser, lämna förslag avseende utbildning och kompetensutveckling av vägledare (<http://www.sou.gov.se/vagledning/direktiv.htm>). Med anledning av utredningen, VIS, har Lärarnas Riksförbund i Malmö genomfört en undersökning om medlemmarnas arbetssituation som redovisats hösten 2000. Undersökningen genomfördes i form av ett frågeformulär, som distribuerades via Malmökreetsens e-postregister. Totalt inkom 97 svar från respondenter verksamma inom olika skolformer och några av resultaten kommer att presenteras i resultatredovisningen (Scheffer m fl, 2000).

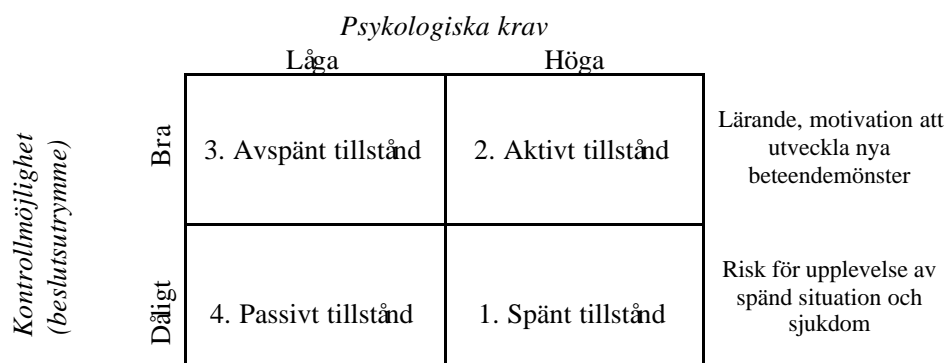
I Läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, Lpo94, finns, bestämmelser om syverksamhetens mål, riktlinjer och ansvar (Lpo94 2.5). Läroplanen understryker vikten av att eleverna ska få ett underlag för fortsatt utbildning och anger att grundskolan ska samverka med gymnasieskolan, arbetslivet och närsamhället i övrigt. Det är rektorn vid varje grundskola som har det övergripande ansvaret för hur studie- och yrkesvägledningen ska organiseras (avsnitt 2.8). Läroplanen anger inte att det ska finnas syopersonal på skolan utan den anger mål och riktlinjer för verksamheten som skall uppfyllas av skolan. Målen för verksamheten är att skolan ska sträva efter att varje elev inhämtar tillräckliga kunskaper och erfarenheter för att:

- kunna granska olika valmöjligheter och ta ställning till frågor som rör den egna framtiden,
- få en inblick i närsamhället och dess arbets-, förenings- och kulturliv och
- få kännedom om möjligheter till fortsatt utbildning i Sverige och i andra länder (a.a. avsnitt 2.6).

Kopplat till dessa mål så anger Lpo94 riktlinjer för alla som arbetar i skolan. De skall verka för att utveckla kontakter utanför skolan samt bidra till att motverka att val styrs av kön och social eller kulturell bakgrund.

5.2. Krav- kontrollmodellen

Karasek introducerade 1979 den tvådimensionella Krav-kontrollmodellen. Denna idé bygger på att högt ställda krav är farligare för en individ om denne inte kan påverka sin situation jämfört med om denne har goda kontrollmöjligheter i sitt arbete. Axlarna i modellen (Figur 1) representerar psykologiska krav (x-axeln) och kontrollmöjligheter (y-axeln). Kravnivån innehåller alltså både ett kvalitativt mått som uppgifters svårighetskrav och ett kvantitativt mått som t ex arbetsvolym. Med kontrollmöjligheter avses möjlighet att påverka (frihetsgrad) samt möjlighet att tillvarata och utveckla ny kompetens (stimulans) (Theorell, 1993).



Figur 1. Karaseks tvådimensionella K-krav-kontrollmodell (Theorell, 1993).

Förenklat ger modellen fyra möjliga kombinationer representerat av de fyra kvadranterna i Figur 1. De fyra kombinationerna redovisar extremlägen vars innebörd och följder redovisas nedan i Figur 2.

<p><u>3. Avspänt tillstånd</u> Låga krav & bra kontrollmöjligheter ger ett avspänt tillstånd för individen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Utmaning <input type="checkbox"/> Jämte det aktiva tillståndet det som visat sig vara bäst för hälsan <input type="checkbox"/> Ideal situation – finns den? 	<p><u>2. Aktivt tillstånd</u> Höga krav & bra kontrollmöjligheter ger ett aktivt tillstånd för individen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Utmaning <input type="checkbox"/> Ges möjlighet att utveckla sin kompetens. <input type="checkbox"/> Meningsfulla prestationer som uppmärksammas/erkänns av andra. <input type="checkbox"/> Kan vara svårt att kombinera med aktiviteter (t ex familj) utanför arbetslivet.
<p><u>4. Passivt tillstånd</u> Låga krav & dåliga kontrollmöjligheter ger ett passivt tillstånd för individen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Förslitning <input type="checkbox"/> Kan vara hälsovådligt på sikt då man riskerar att utarmas fysiskt och psykiskt. <input type="checkbox"/> Brist på stimulans kan ge sömnsvårigheter. 	<p><u>1. Spänt tillstånd</u> Höga krav & dåliga kontrollmöjligheter ger ett spänt tillstånd för individen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Förslitning <input type="checkbox"/> Mest riskfylld för välbefinnande och hälsotillstånd över tid. <input type="checkbox"/> Man blir låst och kan därigenom känna sig pressad.

Figur 2. Konsekvensbeskrivning av kombinationerna i Karaseks Krav- kontrollmodell (Hertting, 1999).

Till sin tvådimensionella modell har Karasek adderat en tredje dimension, socialt stöd, som en dämpande faktor i interaktionen mellan krav och kontroll. Denna dimension har studerats av den amerikanske sociologen Jeffery Johnson som har identifierat den sämsta kombinationen, sk iso-strain, som innebär att höga krav och dåliga kontrollmöjligheter kombineras med litet stöd från arbetskamrater och överordnade. En svensk undersökning har visat att risken för att dö i hjärt-kärlsjukdomar är högre för den som har ett iso-strainpräglat arbete (Hertting, 1999). Därför är det viktigt att om en person behandlats för en stress- eller arbetsrelaterad sjukdom, undersöka vilket arbete personen återgår till då en arbetsmiljö kan vara olämplig ur såväl fysiskt som psykosocialt hänseende (Theorell, 1993).

5.3. KASAM

Aaron Antonovsky (1993) har myntat begreppet KASAM, vilket är en förkortning av Känsla Av SAMmanhang. Till skillnad mot många andra forskare som försöker besvara frågor om sjukdomars uppkomst genom ett patogenetiskt perspektiv dvs analysera orsakerna till varför ohälsa uppstår, har Antonovsky vänt på frågeställningen och frågat sig vad är det som gör att vissa människor klarar sig bättre än andra trots att de befinner sig i liknande situationer. Detta synsätt har han valt att benämna det salutogenetiska. Att arv och miljö påverkar människors motståndskraft mot sjukdomar är sedan tidigare känt men Antonovsky menar att även andra faktorer har betydelse. KASAM är ej ett personlighetsdrag eller tillstånd, utan snarare ett förhållningssätt som består av följande tre komponenter:

1. *Begriplighet* vilket innebär i vilken grad man upplever både inre och yttre stimuli som förståeliga. En person som bedöms ha en stark KASAM, har förmågan att uppfatta situationer, som inte alltid är önskvärda och kan komma oväntat, som förklarliga och ordningsbara.

2. *Hanterbarhet* innebär att individen upplever sig ha resurser till sitt förfogande för att möta omgivningens krav och man tror på sin förmåga att påverka tillvaron. De människor som har en hög känsla av hanterbarhet kommer inte att uppleva sig som offer för omständigheterna eller att livet behandlar dem orättvist.

3. *Meningsfullhet* syftar på i vilken grad en person upplever att livet har en känslomässig innebörd. Denna komponent kan ses som en motivationskomponent, dvs i vilken mån man ser problem som uppstår under livets gång som en utmaning värda att engagera sig i. Denna tros av Antonovsky vara den viktigaste av komponenterna.

Hur en människa upplever de tre komponenterna kan variera från situation till situation men alla är nödvändiga och mer eller mindre centrala i en människas liv. För framgångsrik problemlösning krävs emellertid KASAM i dess helhet. Det är människors livserfarenheter som formar KASAM och en person med ett starkt själv och en fast identitet anses ha en stark KASAM. Antonovsky (1993) menar inte att en person som har stark KASAM upplever glädje om en närstående dör eller utsätts för andra tragiska händelser men dessa personer har en större förmåga att konfrontera situationen, söka mening i den samt göra sitt bästa för att ta sig igenom den.

Antonovsky (1993) definierar KASAM på följande sätt:

Känslan av sammanhang är en global hållning som uttrycker i vilken utsträckning man har en genomträngande och varaktig men dynamisk känsla av tillit till att (1) de stimuli som härrör från ens inre och yttre värld under livets gång är strukturerade, förutsägbara och begripliga, (2) de resurser som krävs för att man ska kunna möta de krav som dessa stimuli ställer på en finns tillgängliga, och (3) dessa krav är utmaningar, värda investering och engagemang. (s 41)

Att använda sig av ett holistiskt synsätt i fråga om människors hälsa, dvs att se till hela människan och inte enbart till det sjuka, borde vara en självklarhet menar Antonovsky. Att få kunskaper om individens "livshistoria" är ingen garanti för att kunna lösa problemet som uppstått, men det ger en nödvändig förståelse för att kunna förflytta sig från ohälsa mot ett bättre hälsotillstånd.

Alla människor har gränser, sfärer, för vilken information vi tar in och vissa personer har vidare sfärer än andra. Detta innebär att det som ligger utanför vår sfär bryr vi oss inte om. Antonovsky tror att människor med en stark KASAM har flexibla gränser och därav kan vidga eller krympa sfärerna efter behov. Fyra områden går emellertid ej att utesluta ur den personliga sfären, de närmaste interpersonella relationerna, den huvudsakliga sysselsättningen, existentiella teman och ens känslor (Antonovsky 1993).

Alla utsätts vi för stressorer, mer eller mindre ofta, i större eller mindre styrka, men de finns ständigt närvarande i våra liv. Antonovsky beskriver i *Hälsans mysterium* tre typer av stressorer; kroniska stressorer, viktiga livshändelser och dagsakuta förtretligheter. En kronisk stressor är ett tillstånd, en livssituation eller en egenskap som karakteriserar en individs liv och bildar tillsammans med de kroniska resurserna en avgörande faktor i fråga om individens KASAM-nivå. Viktiga livshändelser skriver Antonovsky är sådana händelser som skilsmässa, en familjemedlems död eller avsked från arbetet. Om följderna av en sådan händelse kommer att vara skadliga, hälsobringande eller neutrala beror på hur starkt individens KASAM är. Den tredje och sista stressorn, dagsakuta förtretligheter, är händelser som t ex en förolämpning eller ett misslyckande på ett prov. Denna stressorn anser författaren har inget eller mycket liten inverkan på en persons KASAM-nivå då han anser att det är endast större problem som påverkar en individs värderingar. Dessa tre stressorer kan i många fall flyta in i varandra.

Stressorer kan vara sjukdomsframkallande och bör därför begränsas, motverkas eller mötas med en buffert. Men likväl kan det vara av positivt slag som t ex när en kvinna får barn eller en person får en befordran på arbetet. Individer har Generella MotståndResurser (GMR) till sitt förfogande för att handskas med stressorer av olika slag. GMR, som t ex socialt stöd och stark jag-identitet, är viktiga för utvecklingen och upprätthållande av en stark KASAM medan GMB, Generella MotståndBrister, är erfarenheter som bryter ner en individs KASAM. Vi tolkar det som om GMR hjälper till att motverka stressorernas negativa inverkan medan GMB innebär att individen inte har samma positiva förutsättningar att handskas med stressorer som de personer som har gott om GMR.

Grunden till en stark KASAM kan uppstå redan under barndomsåren men det är väldigt vanligt att den ödeläggs eller försvagas under identitetssökandet som sker i ungdomsåren. Därav kan endast en provisorisk KASAM finnas hos individen innan den uppnått vuxen ålder. Antonovsky (1993) förklarar det på följande sätt:

Det är genom inträdet i vuxenlivet med dess långsiktiga engagemang i personer, sociala roller och arbete som barndomens och adolescensens erfarenheter förstärks eller försvagas. (s 136)

Han menar även att graden av KASAM fastställs i det tidiga vuxenlivet och förblir i princip definitivt resten av livet. En ond cirkel kan uppstå hos individer som i tidig vuxenålder har ett svagt KASAM, då den ena stressorn efter den andra försvagar densamma. Dock kan olika händelser så som ett möte, en förändring eller ett beslut förändra en individs KASAM-nivå fast särskilt troligt menar Antonovsky att det inte är, eftersom vi hanterar de situationer vi ställs inför utifrån vår KASAM-nivå. Personer med en stark KASAM tenderar därför att ta hjälp av tidigare erfarenheter för att motverka den stressor som uppstått. Våra sociala grupperingar så som t ex hudfärg, samhällsklass och könstillhörighet påverkar våra livserfarenheter och utövar därmed ett avgörande inflytande på en individs KASAM-nivå. Likväl bör påpekas att människor reagerar olika på samma sorts stimuli.

För att uppnå en hög känsla av meningsfullhet skriver Antonovsky (1993) att det bland annat är viktigt att individen upplever sig som medbestämmande i en verksamhet som har ett socialt värde i den kultur individen tillhör. Hur samhället värderar verksamheten uttrycks genom resurser som t ex makt, belöningar och prestige. Upplever individen att dess arbete får den sociala värderingen som stämmer överens med dess egen uppfattning är det större chans att denne upplever sitt arbete som mer tillfredsställande. Han fortsätter:

Det avgörande är att människor accepterar de uppgifter de ställs inför, att de har ett betydande ansvar för sitt handlande och att vad de gör eller inte gör påverkar utfallet (a.a. s 120).

Men för att uppleva en meningsfullhet i arbetet behövs frihet att själva bestämma över sin situation samt stolthet och glädje i arbetet. Antonovsky (1993) beskriver det så här:

I studiet av arbetsbetingad stress brukar bestämmanderätt oftast syfta på utrymmet för den enskilde arbetarens beslutsfattande. Och den arbetare som känner att han har möjlighet att välja uppgifterna, arbetsordningen och arbetstakten upplever sannolikt också arbetet som meningsfullt. Att ha inflytande över vad man gör får en att vilja investera energi i det. (s 141)

För att uppnå känslan av hanterbarhet är det viktigt att arbetsbelastningen anses som korrekt. Antonovsky menar att överbelastning i arbetet är en fråga om upplevda resurser som i detta avseende syftar på färdigheter, kunskaper, utrustning och materiel som står till ens förfogande. Anser arbetaren att miljön och utrustningen är den rätta för att kunna utföra sina arbetsuppgifter på bästa sätt är det ett gott incitament för upplevelsen av hanterbarhet. Det är även väsentligt att de som denne är beroende av t ex de som har organiserat arbetet sköter sitt arbete på ett föredömligt sätt.

Akut överbelastning som är kronisk eller ofta återkommande med små möjligheter till återhämtning och vila är negativt för känslan av hanterbarhet. Kvinnor som arbetar och även har stort ansvar för hemmets skötsel, skiftarbetare, och personer som extraknacker borde enligt Antonovsky vara individer som i större utsträckning riskerar att drabbas av överbelastning vilket i sin tur medför en lägre känsla av hanterbarhet. Författaren sammanfattar det så här:

...återkommande arbetserfarenheter som är avpassade efter arbetarens förmåga, som ställer adekvat materiel, sociala och organisatoriska resurser till hans eller hennes förfogande, och som skapar både tillfällig överbelastning och tillfälliga möjligheter att dra tillbaka och lagra energi, kommer att stärka känslan av hanterbarhet. (Antonovsky, 1993 s 143)

Får individen aldrig utnyttja sin kapacitet eller förmågor skapas ett problem av underbelastning vilket påverkar känslan av hanterbarhet negativt.

För att övergå till komponenten begriplighet i arbetssituationer kan nämnas att kunskaper om andras roller, de övergripande målen för verksamheten, alternativa lösningar på problem samt trygghet i arbetet stärker känslan av begriplighet.

Är de sociala relationerna på arbetet tillfredsställande och det finns gemensamma värderingar och en känsla av gruppstillhörighet bland de anställda, resulterar detta i kontinuerlig feedback samt en stämning av förutsägbarhet.

Arbetet är ett viktigt område i våra liv vilket innebär att det även påverkar andra områden och hur vi beter oss inom dessa och vice versa. Vissa personer ser emellertid enbart arbete som ett sätt att skaffa sig de resurser som behövs för att göra andra saker.

Antonovskys (1993) hypotes när det gäller problemhantering är att personer med en stark KASAM har en förmåga att förklara stimuli som icke-stressorer, även om det från början skulle förefalla tvärtom så inser personen i fråga snart att stimulus var oproblematiskt, och då uppstår aldrig spänningen som skulle kunna omvandlas till stress. Detta beror på att personer med en stark KASAM har en tillförsikt att saker och ting kommer att ordna sig till det bästa, vilket i sig kan ses som en resurs. Generellt sett uppfattar dessa personer stimuli i högre grad som positiva, som utmaningar. Antonovsky (1993) skriver följande:

Vad personer med stark KASAM gör är att välja just den copingstrategi som verkar mest lämpad för att handskas med den stressor som han eller hon ställts inför. (s 171)

Personer med en svag KASAM ser stressorn, vare sig den är positiv eller negativ, uteslutande från den negativa sidan. De har en förmåga att på förhand ge upp och i stället hänge sig åt hur de ska handskas med den känslomässiga sidan av problemet. Personer med stark KASAM däremot går in i fler okända situationer eftersom de inte upplever dessa som spänningsframkallande. De har en förmåga att skapa klarhet i förvirrade situationer och återställa ordning ur kaos och är mer flexibla i sina val av strategier för att lösa problemet. Vare sig individer har en svag eller stark KASAM så hanteras alltid stressorer utifrån dennes kulturella kontext.

...ytterst få av oss har en riktigt stark, autentisk KASAM men frånsatt detta är många av livets problem omöjliga att lösa och inte heller ämnade för någon fullständig lösning. Vad jag hävdar är att människor med en stark KASAM kommer att kunna hantera sina problem på ett bättre sätt än de med en svag KASAM och att de, när ett problem inte går att lösa, kommer att kunna fortsätta leva med det på ett bättre och mindre smärtsamt sätt. (Antonovsky, 1993 s 182)

6. Resultatredovisning

6.1. Presentation av undersökningsgruppen

Samtliga intervjuade är behöriga för sitt yrke och har genomgått den treåriga 120 poängs utbildningen till studie- och yrkesvägledare. Intervjupersonernas ålder varierar mellan 43 och 50 år.

Samtliga intervjuade är anställda på grundskolor i Tåstads kommun och antalet år de arbetat på sin nuvarande arbetsplats sträcker sig mellan 1 – 9 år. Elevantalet de ansvarar för på respektive skolor är skiftande, men varierar från cirka 250 till 640. Antalet tjänsteår inom yrket varierar mellan 2 – 19 år.

Personerna som deltagit i undersökningen är anonyma och har därför tilldelats fingerade namn. För att ytterligare skydda deras identitet har alla tilldelats kvinnonamn, oavsett personernas kön. Även skolorna de arbetar på har tilldelats fiktiva namn och om det i något fall förekommer skolor i andra städer med identiska namn så har dessa ingenting med undersökningen att göra. Nedan följer en individuell presentation av de sex studie- och yrkesvägledare som deltagit i studien.

Sara, har arbetat som studie- och yrkesvägledare i drygt två år. Hon har varit på Brogårdsskolan i cirka ett år och sex månader och har en 75% tjänst. Skolan har 560 högstadieelever varav ett tiotal är elever med särskilda behov. Endast ett fåtal av skolans elever har invandrarbakgrund. Prao har eleverna endast i år 8. Sedan en tid tillbaka arbetar hon även en dag i veckan (12,5%) som vägledare på Molinaskolan, som ej kan beskrivas närmare på grund av risk för att avslöja informantens identitet.

Maria, har arbetat inom yrket i sju år varav de senaste sex åren på Liljeholmens skola. Hon har en heltidsanställning på skolan som har ca 400 elever på högstadiet. Skolan har en hög andel elever med invandrarbakgrund. Eleverna har praο i både år 8 och 9.

Jessica, har åtta års yrkeserfarenhet. De senaste fem åren har hon arbetat på de två skolor hon arbetar idag, Solbackaskolan och Barkestorpskolan. Tjänstefördelningen är 50% på vardera skolan. Solbackaskolan har ca 60-70% elever med invandrarbakgrund. På Barkestorpskolan har ett tiotal elever särskilda behov samt att andelen med invandrarbakgrund är högre än på Solbackaskolan. Eleverna på båda skolorna har praktik i år 8 och totalt ansvarar hon för ca 525 elever.

Josefine, har arbetat som studie- och yrkesvägledare i fyra år. På Klarabergsskolan har hon varit anställd i tre år och har en heltidstjänst. Hon ansvarar för 250-300 elever och en hög andel av dessa har invandrarbakgrund. Eleverna har praο både i år 8 och 9.

Ann-Sofie, har fyra års yrkeserfarenhet inom studie- och yrkesvägledning, varav tre år är på Ringfingerskolan. Hon arbetar 75% och skolan har 350 elever i år 7-9. Cirka 15% av högstadieeleverna har invandrarbakgrund. Praο har eleverna både i år 8 och 9.

Carina, har arbetat nio år på Skansborgs skola, som har 451 elever, där hon har en 75 % tjänst. De övriga 25% arbetar hon på Tempelriddarskolan som har cirka 190 högstadieelever, varav ett 100 tal av dessa är elever som lever under svåra sociala förhållanden.

Båda skolorna har en låg andel invandrarelever. Totalt har hon arbetat 19 år som vägledare. Skansborgsskola har två veckors praon både i år 8 och 9 medan Tempelriddarskolan endast har två veckor i årskurs 8.

6.2. Intervjuredovisning

6.2.1. Yrkesrollen

För att få en inblick i hur studie- och yrkesvägledarnas vardag ser ut och för att eventuellt kunna se skillnader i arbetsuppgifterna som kan påverka upplevelsen av stress har vi valt att redovisa hur de beskrivit sin yrkesroll. Vi har intresserat oss för vilka arbetsuppgifter de utför, vilka riktlinjer som finns för verksamheten, hur samarbetet med övrig personal fungerar samt hur det ”nya” informationssamhället påverkar arbetet.

Praon

En av de mest tidskrävande arbetsuppgifterna som upplevs som svår att påverka är praktikförberedelser. Dessa innefattar bland annat kontakter med arbetsgivare, klassinformationer och administrativa göromål. Maria berättar att hon även är med på uppföljningen tillsammans med läraren efter avslutad praktikperiod. Antalet praktikveckor och hur dessa är förlagda varierar mellan de olika skolorna beroende på vilken stadsdel de ligger i. Fyra av de sex intervjuade är ansvariga för ackvireringen av praktikplatser, de övriga två, Sara och Jessica, endast för ett fåtal elever med särskilda behov. Det är inte bara ”ordinarie” praktikplatser som ska ordnas, utan även platser till de elever som har anpassad studiegång, dvs de elever som av olika skäl kombinerar studier med praktik.

Henrysson (1994) skriver i sin avhandling att arbetsförmedlingen ackvirerar praktikplatser men det är en uppgift som inte längre är korrekt. När arbetsförmedlingen slutade ackvirera praktikplatser inrättades en central enhet som ombesörjde anskaffningen av praktikplatser för alla Tåstads grundskolor men den är i dagsläget avvecklad och varje skola sköter själv ackvireringen av platser. Våra informanter uttrycker ett stort önskemål om att denna enhet ska återinrättas för att de ska få mer tid till vägledning och fullt ut kunna använda den kompetens de besitter. Josefine beskriver det på följande sätt:

Josefine: ...inte riktigt det man har utbildat sig till. Sitta och ringa praktikplatser kan ju vem som helst sköta. Det behöver man inte ha en studie- och yrkesvägledare till. Det är lite bortkastad tid, det kunde man ha en vanlig kontorist till. De flesta studie- och yrkesvägledarna i stan tycker att det ska vara en central enhet som bokar praoplatserna för det har vi haft uppe påkonferenser.

Utifrån ovanstående kan vi dra slutsatsen att arbetsbelastningen inför praon (praktisk arbetslivsorientering) borde vara skiftande bland våra informanter beroende på tjänstgöringsgrad, antalet elever, ackvirering av praktikplatser samt om eleverna har en eller två praoperioder i högstadiet.

Vägledning

Vägledning av elever i år 9 inför valet till gymnasiet är även det en uppgift som tar mycket tid. I motsats till praon är detta en uppgift som de intervjuade vill ägna mer tid åt. Maria och Jessica berättar att de har obligatoriska samtal med *alla* elever i år 9, eftersom denna informationen inte kom i samband med en fråga vet vi inte om den gäller samtliga intervjuade.

I *Syo-kulturer i skolan* (Henrysson, 1994) framkommer att studiens informanter upplever att tiden inte räcker till för längre vägledningssamtal med alla elever och prioriteringar måste göras. De elever som prioriteras, enligt ovan nämnda studie, är de som bedöms som svaga, osäkra och villrådiga samt elever med handikapp, invandrarbakgrund eller sociala problem.

I samband med gymnasievalet har samtliga vägledare, som deltagit i vår studie, klassinformationer och föräldramöten. Jessica berättar:

Jessica: ...har man mycket invandrarföräldrar, som det är här, så måste man informera dem ännu mer för de vet inte så mycket om hur det svenska skolsystemet fungerar.

Hennes uppfattning att det är mer tidskrävande ju fler elever med invandrarbakgrund som går på skolan bekräftas även i Henryssons undersökning (1994) där en av de intervjuade skolledarna uttrycker att extra syresurser krävs till skolor med många invandrarelever. Jessica upplever det även som om hennes arbetsbörda har ökat sedan det nya betygssystemet infördes 1995. Den tidigare femgradiga skalan innebar att eleverna åtminstone fick ett betyg och hade möjlighet att komma in på gymnasiet. Idag menar hon att fler slås ut eftersom inte alla når upp till nivån för ett godkänt betyg. Konsekvenserna blir att fler elever är obehöriga till gymnasiet och dessa elever måste hon ha många upprepade samtal med.

Eleverna i år 7 är det endast Josefine som verkar ha tid med, fast flera uttrycker en önskan om att börja med information och vägledning redan på detta stadiet, om tid hade funnits. Vi uppfattar det så att de övriga måste lägga den tid de har till förhoppande på framförallt vägledning av niorna, då tiden inte räcker till för eleverna i de lägre skolåren. Vad detta får för konsekvenser för eleverna är svårt att sätta om, och det är inte heller vår avsikt att undersöka i detta arbete. På skolverkets hemsida finns dock en artikel som pekar på vikten av att information och vägledning inför gymnasievalet bör starta tidigare och vara återkommande under hela högstadietiden eftersom valet av studieväg är en process som tar tid. (<http://www.skolverket.se/lokalt/goteborg/pdf/bryggan/pdf>)

Mycket av studie- och yrkesvägledarnas tid går alltså åt till praoförberedelser och vägledning inför gymnasievalet. Andra arbetsuppgifter som tar mycket tid är informationsspridning, planering, möten, kontakter med bland annat lärare och elevvårdspersonal, administrativt arbete samt att hålla sig à jour eftersom det är ett yrke där många förändringar ständigt sker. Jessica, som arbetar på två skolor, berättar att det är väldigt tidskrävande, men nödvändigt, att hålla sig informerad om vad som har hänt på den ena skolan medan hon varit på den andra.

Samtliga intervjupersoner upplever att de i stor utsträckning kan påverka sin egen arbetssituation och alla säger att det inte finns några arbetsbeskrivningar att arbeta efter. En del informanter gör dock en egen planering. I undersökningsrapporten *Syokonsulenters arbetsvillkor* (Paulsson, 1994) finns på sidan 27 en tabell som visar hur de som deltagit i enkätundersökningen besvarat en liknande fråga "Finns på Din skola/Dina skolor en arbetsbeskrivning för SYO-konsulentens/SSA-sekreterarens verksamhet som är utarbetad...?" Av de 235, varav fem var SSA-sekreterare, som ingick i undersökningen är bortfallet på frågan 1/3 .

- 25% har utarbetat en arbetsbeskrivning i samverkan med enbart skollledning
- 13% har utarbetat en arbetsbeskrivning i samverkan med all personal
- 29% har utarbetat en arbetsbeskrivning ensam
- 33% svarar att ingen arbetsbeskrivning finns

Efter en jämförelse mellan våra egna resultat och ovan redovisade resultat från Arbetsmiljöinstitutets undersökning kan vi konstatera att det inte har hänt mycket inom detta området de senaste tio åren. I *Syo vardag - ett studiematerial om syofunktionärernas arbetsmiljö* (Jakobsson, 1989) står:

Syofunktionären i ungdomsskolan har ofta en väldig frihet att utforma arbetet efter eget huvud. ... Stressforskare världen över är överens om att vi, för att må bra efter en arbetsdag, måste ha mätbara mål i jobbet. Vi måste kunna se om vi uppnått de mål vi haft. Visst finns det mål för syo.... Stora mål.... Men samhällets övergripande mål stämmer som bekant inte alltid med den verklighet vi lever i. När resurserna inte räcker till blir den konflikten en påfrestning i jobbet. Och hur ska vi veta om vi uppfyllt dem när vi går hem från jobbet – så länge de inte finns nedbrutna i smådelar. (s 15)

Samarbete

Samtliga informanter uttrycker att samarbetet och relationerna med övriga anställda på skolan fungerar bra. Ann-Sofie, Carina och Maria berättar att skolledningen har mycket att göra så dem ser de inte så ofta. Ann-Sofie och Maria påpekar också att det är mycket upp till dem själva vad de bygger upp för relationer. På Brogårdsskolan där Sara arbetar berättar hon att hon ses som en tillgång, som en resurs. I *Syo-kulturer i skolan* (1994) skriver Henrysson att rektorns inställning till syoverksamheten är helt avgörande för vilken syo-kultur som råder på skolan. Men även ett bra samarbete med övrig personal på skolan är nödvändigt för en väl fungerande syoverksamhet. Enligt samma avhandling är det vanligt att lärarna upplever att syokonsulenterna ”stjäl” deras lektionstid för att informera eleverna, vilket är en uppfattning som inte verkar delas av våra informanter.

Trots att alla intervjupersonerna verkade vara nöjda med samarbetet i sin helhet så framkom det önskemål om vad som skulle kunna bli bättre. På frågan om vilket stöd och samarbete de skulle önska, uttryckte både Josefine och Ann-Sofie önskemål om att ha en vägledarkollega. Carina och Josefine skulle vilja ha hjälp med att ackvirera praoplatser, Sara önskade ett bättre samarbete med kuratorn medan Jessica som tjänstgör på två skolor, önskar att en heltidstjänst inrättas på respektive skola för att hon ska få mer tid.

Informationsmiljön

De senaste årens stora samhällsförändringar har bland annat inneburit att informationskanalerna blivit fler och nya yrken har uppkommit. Vi frågade våra informanter hur denna förändring påverkat deras yrkesutövande. Samtliga, utom Ann-Sofie, uppfattar det som både en negativ och positiv förändring, fast mest positiv. Ann-Sofie menar att det är för mycket information och mycket är av dålig kvalitet. Även Maria uttrycker att det stundtals blir lite för mycket information och hon är den enda som påpekar att samhällsförändringarna även inverkar på elevernas intresse för olika utbildningar. Sara och Jessica anser att det är en nackdel med hemsidor på Internet som inte är uppdaterade. Flera påpekar att informationen har blivit mer lättillgänglig, men på grund av den stora mängden är det lätt att missa relevanta saker.

Maria uttrycker en rädsla att det ”nya” informationsmiljön kan påverka det mänskliga mötet negativt och hon är den enda av de intervjuade som inte använder sig av e-post. Även Sara uttrycker en viss oro för att tekniken ska ta överhand:

Sara: Sen kan man vara rädd att man blir överflödig för det finns ju en maskin som kan svara på allting, men så tror jag inte att det blir.

I *Vägledaren i fokus* (Gåste, 1996) står att den nya tekniken borde ses som ett hjälpmedel i arbetet men trots allt är det flera som ser den som ett rationaliseringsverktyg som bidrar till ett minskat behov av oss människor. Det finns flera anledningar till varför det är av största vikt att vägledarna har kunskap om informationstekniken, bl a för att kunna förbättra och underlätta kvalitén i arbetet. Men även för att på ett bra sätt kunna kommunicera med de unga vägledningssökande som redan är kunniga inom området. 1996 ansågs det finnas många vägledare som hade en bristande datormognad och en konsult går så långt att han menar att:

...utan kunskap om ny informationsteknik kan vägledarna packa ihop och gå hem... (a.a. s 59)

6.2.2. Resurser för vägledning

Som tidigare nämnts har nedskärningarna inom skolan drabbat studie- och yrkesvägledarverksamheten. För att få en uppfattning om vilka resurser som tilldelas verksamheten bad vi bland annat informanterna berätta för oss vilka möjligheter de har till kompetensutveckling samt vilka riktlinjer som finns för hur många elever studie- och yrkesvägledaren ska ansvara för.

Riktlinjer

Riktlinjerna för hur studie- och yrkesvägledarverksamheten ska utformas är mycket diffusa och det finns ingen gräns för hur många elever vägledarna ska ansvara för. Carina uttrycker det som beklagligt att det inte finns några riktlinjer och påpekar att skillnaden mellan de olika stadsdelarna är väldigt stor i fråga om antalet elever per studie- och yrkesvägledartjänst. Flera av våra informanter anser emellertid att det inte vore rättvist med fastställda riktlinjer utifrån elevantalet på grund av att elevunderlaget skiljer sig åt från skola till skola och en helhetsbedömning måste få råda. I Henryssons *Syokulturer i skolan* står att läsa att ett elevunderlag på 750 elever från å 6-9 berättigar till en heltidsanställd syofunktionär. Avhandlingen är från 1994 och flera av våra informanter bekräftar att det har funnits riktlinjer för detta tidigare.

Maria, Jessica, och Josefine arbetar på skolor där en stor andel av eleverna har invandrarbakgrund. Jämför vi till exempel Josefine, som har en heltidstjänst på Klarabergsskolan, och Jessica, som har en heltid uppdelad på Solbackaskolan och Barkestorpsskolan, är differensen dem emellan ca 275 elever, och båda arbetar i skolor som anses ha ett tungt elevunderlag.

På Solbackaskolan, där Jessica tjänstgör, har studie- och yrkesvägledarverksamheten en egen budget på 15000 kronor, vilket även Maria på Liljeholmens skola har. Pengarna används i huvudsak till att bekosta elevernas resor i samband med praktik. I övrigt kan vi konstatera att flera av våra informanter inte är insatta i skolans budgetplanering men menar att pengarna fördelas efter behov. Samtliga anser sig få pengar till både fortbildning och material om de önskar eller behöver det.

Kompetensutveckling

Carina och Jessica tycker inte att det finns så mycket kompetensutveckling för studie- och yrkesvägledare. Carina skulle gärna vilja fräscha upp sina kunskaper och lära sig mer om nya teorier som kommit efter att hon avslutat sin utbildning. Information om olika branscher och högskolor är det gott om men just utbudet av kompetensutveckling inom yrket tycker hon är undermåligt.

66 personer som deltagit i LR:s undersökning är emellertid nöjda med utbudet av kompetensutveckling och endast 29 personer utav de 95 som besvarat frågan är missnöjda med densamma (Undersökning av studie- och yrkesvägledarnas arbetssituation, 2000).

I LR:s enkätundersökning där 97 personer deltagit har 29 personer svarat att de har en egen kompetensutvecklingsbudget medan 63 inte har det. Bortfallet på frågan var 5 personer (a.a).

De som bearbetat enkäten inom LR anser att den kompetensutveckling som finns inom området idag mest är av kompetensbevarande art och efterlyser vidareutbildning som höjer kompetensen hos de yrkesverksamma vägledarna (a.a).

6.2.3. Gränssättning

Yrkesrollen som studie- och yrkesvägledare kan upplevas som diffus vilket innebär en risk för att vägledarna blir pålagda fler och nya arbetsuppgifter. Därför anser vi att det borde vara av betydelse för vägledarna att kunna sätta gränser. Nedan följer en beskrivning av intervju-personernas uppfattning om sin egen förmåga att dra gränser.

Ansvarsområde

Samtliga informanter anser att deras ansvar är att se till att eleverna får så mycket information och vägledning att de kan göra ett klokt val. Sara har tre alternativa åsikter då hon anser att hon först och främst är vuxen på skolan och i och med det ansvarig för att säga till elever som betar sig på ett icke önskvärt sätt. Hon arbetar på en skola där studiemotivationen är hög och anser det även vara hennes uppgift att se till att eleverna inte pressar sig så hårt att deras hälsa blir lidande. Hon menar även att det är hennes uppgift att vara ”medlare” mellan elev och förälder när de har olika uppfattningar om elevens framtida yrkesval. Hon uttrycker det så här:

Sara: ...får hjälpa dem när deras föräldrar tycker att de ska bli läkare och de vill bli dansare. Det är bättre att ha en glad dansare än en ledsen läkare.

Ann-Sofie och Carina anser att de utför administrativa uppgifter som inte hör till deras arbetsområde men förmodar att det har ekonomiska orsaker, d v s att det inte finns tillräckligt med pengar för att anställa en kanslist. Som även nämnts tidigare anser flera av de fyra som ackvirerar praoplatser att de är överkvalificerade för uppgiften och att detta borde skötas centralt genom Tåstads kommun eller av en kanslist. Josefine och Sara berättar att de ibland rycker in som lärarvikarie men Sara poängterar att hon inte håller lektioner i det ämne som är schemalagt utan ”går in och tar hand om klassen och gör något annat med dem”. Hon hjälper även till i biblioteket när bibliotekarien behöver rast, följer med på klassresor samt utför vissa uppgifter som kanske egentligen är kurators. Maria är rastvakt och säger att detta är en frivillig syssla samt tillägger att om hon gör något som ligger utanför hennes arbetsområde så har hon valt det själv. Endast Jessica hävdar att hon inte utför arbetsuppgifter som ligger utanför hennes område, för det finns det inte tid till.

Krav och förväntningar

Studie- och yrkesvägledarna utsätts för både uttalade och outtalade krav och förväntningar av samhället, skolledning, lärare, elever och föräldrar. Samtliga informanter berättar att de upplever det som ett krav att de ska ge rätt information och vägleda eleverna. Ann-Sofie och Maria upplever dessutom krav från skolledningen att de ska se till att alla elever kommer ut på prao.

Sara och Maria berättar att skolledningen förväntar sig att de sköter sitt arbete och litar på att allt fungerar. Jessica, Ann-Sofie, Carina, Maria och Sara tycker även att eleverna förväntar sig att de ska besitta kunskaper om allt inom studie- och yrkesområdet både i Sverige och utomlands samt studieekonomi. Flera av informanterna nämner också att eleverna förväntar sig att de ska tala om för dem vad de ska bli och vilket program de ska välja. Carina och Jessica som tjänstgör på två skolor, upplever att eleverna vill att de ständigt ska finnas tillgängliga för dem.

Josefine och Maria, som båda arbetar på väl digt invandrartäta skolor, tycker att engagemanget från föräldrarna är bristfälligt när det gäller barnens studiegång. Carina har liknande erfarenheter och berättar att föräldrarna har lagt över för mycket ansvar för barnens uppfostran på skolpersonalen, vilket även bekräftas i Henryssons avhandling (1994). Sara som däremot arbetar på en skola där många elever har höga ambitioner tycker att föräldrarnas intresse för barnens studier är stort. De vill att hon ska informera och ha kunskaper inte bara inom gymnasieskolan utan även om högskole- och utlandsstudier.

Ann-Sofie, Carina och Jessica berättar att vissa branscher, framförallt inom bristyrken, förväntar sig att de som studie- och yrkesvägledare ska ”styra dit rätt” elever för att de på så sätt ska försöka minska bristen på personal. Både Carina och Jessica nämner att motorbranschen nyligen genomfört ett informationsprojekt, riktat till elever i år 8 och 9 samt studie- och yrkesvägledare, för att få flera ungdomar att lockas dit. Vi uppfattar det som om Carina och Jessica inte uppskattar denna typen av påtryckningar. Carina berättar följande:

Carina: ...det var någon arbetsgivarorganisation när det gällde fordon eller bilverkstad som tycker att det är vår skyldighet att se till att det var ’rätt’ sorts ungdomar som valde fordonsprogrammet. ’De som gick där nu de var si och de var så och det borde vi fatta att de eleverna kunde de ju inte utbilda’. Men det är ju inte vi som väljer å eleverna.

I Arbetsmiljöinstitutets undersökning ställs en snarlik fråga; om syofunktionärerna / SSA-sekreterarna möter orealistiska förväntningar på sitt arbete från skolledning, lärare, elever, föräldrar, skolpolitiker, intagningsnämnd och/eller näringsliv. Vad som menas med orealistiska förväntningar ges ingen förklaring till i rapporten, men troligtvis är det informanternas subjektiva bedömning som fått råda när frågan besvarats. Resultatet var att den högsta andelen orealistiska förväntningar i första hand kommer från intagningsnämnd, elever och näringsliv (Paulsson, 1994). Vi anser att krav och förväntningar från de många intressenterna, som t ex eleverna, näringslivet och ledning, många gånger kan vara oförenliga och därför ogenomförbara.

Gränsdragning

Tre av våra informanter anser sig bra eller ganska bra på att sätta gränser, vilket innebär att säga nej till fler arbetsuppgifter än vad de mäktar med. Ann-Sofie anser sig till exempel bra på att dra gränser mellan kurativt arbete och vägledning medan Sara upplever det som en svårighet.

6.2.4. Meningsfullhet

Att känna att det arbete man utför har betydelse ger en känslomässig tillfredsställelse och ökar motivationen för arbetet. Stöd och uppskattning från ledning och kollegor kan bidra till känsla av meningsfullhet i yrkesutövandet och är därför viktigt.

Stöd, uppskattning och meningsfullhet

Samtliga intervjuade studie- och yrkesvägledare, utom Josefine, anser att det är kontakten och mötet med eleverna som gör yrket meningsfullt och glädjerikt. Josefine uttrycker det på ett annat sätt när hon säger att yrket är meningsfullt när ungdomarna som hon väglett hamnar ”rätt”.

Den uppskattning informanterna får för det arbete de utför får de mest i muntlig form. Maria berättar att det har hänt att hon har fått blommor, fast det är inte så ofta. Däremot uttrycker flera att det är vanligt att både gamla elever som slutat på skolan och elever som för tillfället går på skolan tar kontakt om de ses utanför skolområdet. Informanterna poängterar att de tycker det är kul att träffa gamla elever och höra vad de gör nu och att det har gått bra för dem. Ann-Sofie har en alternativ uppfattning då hon säger att det borde vara ett tecken på att eleverna uppskattar henne eftersom de överhuvudtaget söker upp henne. Endast Sara uttrycker att hon känner sig otroligt uppskattad av all personal på skolan samt av elever och deras föräldrar. Annars tolkar vi det så att de flesta känner sig mest uppskattade av eleverna. Maria upplever det som om skolledningen har förtroende för henne men tycker responsen är dålig. Även Jessica, Josefine och Carina upplever responsen från ledningen som bristfällig. Ann-Sofie uttrycker sig något oklart i frågan men vi uppfattar det ändå som om hon är nöjd med den uppskattning hon får från ledningshåll.

I *undersökningen av studie- och yrkesvägledarnas arbetsituation* (2000) som är gjord av LR i samband med vägledarutredningen finns en liknande fråga; Känner du stöd och uppskattning på arbetsplatsen? Svaren fördelades enligt nedan:

Från skolledningen:	Från elever/studerande?
Ja, mycket: 42 st	Ja, mycket: 53 st
Ja, ganska: 38 st	Ja, ganska: 36 st
Nej, inte speciellt: 14 st	Nej, inte speciellt: 5 st
Inte alls: 3 st	Inte alls: 0 st
	Ej svarat: 3 st

När vi drar paralleller till ovanstående enkätundersökningen som LR genomfört och vår egen undersökning, kan vi utläsa att LR:s informanter verkar känna ett större stöd och mer uppskattning från ledningen än vad vi tolkat att våra intervjupersoner uttryckt. Dock visar båda undersökningarna att mest uppskattning upplever samtliga informanter att de får från eleverna.

I LR:s medlemstidning, *Skolvärlden* (Edling, 2001) finns en artikel om en undersökning som Arbetsmiljöverket genomfört bland lärare. En yrkeskår som har samma arbetsplats, är kollegor med studie- och yrkesvägledarna och vanligtvis har samma chef som vår undersökningsgrupp. Det framkommer att lärarna upplever stödet från cheferna svagt och vidare skrivs det:

Stödet från arbetskamrater och chefer har avgörande betydelse för hur man klarar av ett stressigt arbete.... Sedan finns det förstås en gräns för vad som kan kompenseras genom stöd säger Kurt Banerud (psykolog vid Arbetsmiljöverket, vår anmärkning). Har man hela tiden alldeles för mycket att göra, räcker det inte med andra positiva faktorer. (Edling, 2001, s 8)

6.2.5. Upplevelse av stress

Vi kan konstatera att graden av stress hos våra informanter varierar. För att på bästa sätt kunna redogöra för deras upplevelse av stress i arbetet kommer vi nedan att redovisa deras berättelser individuellt. Att längden på informanternas berättelser varierar beror på att vissa har givit mer utförliga svar än andra.

Individuella upplevelser av stress

Sara: Har tidigare upplevt stress på grund av en konflikt på en tidigare arbetsplats men på sitt nuvarande arbete upplever hon ingen stress, endast lite tidsbrist inför valet till gymnasiet och då är det en positiv stress. Hon uttrycker det så här:

Sara: Det är så lite upp och ner men jag upplever det inte som stress utan snarare som mycket att göra. En tillfällig positiv stress egentligen för att börjar du i tid, det handlar mycket om egen planering också..

Tjänstgöringen på två arbetsplatser upplever hon inte som något problem då hon endast är på Molinaskolan en dag i veckan. Hon upplever sig som stresstålig och tror att den allmänna trivselen, god kontakt med kollegorna, uppskattningen och friheten i yrket är faktorer som bidrar till att hon inte känner sig stressad. Hon berättar att inför gymnasievalet när hon har lite mer att göra är det de "akuta fallen", de elever som inte har bokat tid hos henne, som drabbas. Dem har hon ingen tid att prata med just då och tycker att det är synd, för det de behöver prata om är viktigt för just dem.

Maria: Upplever att hon har det stressigt periodvis och då framförallt inför praoen och valet till gymnasiet. Har hon problem att få ihop tillräckligt många praktikplatser känner hon sig väldigt stressad, likaså om det kommer klagomål från arbetsplatserna om eleverna. Hon berättar:

Maria: ...ingenting fungerar och du tänker 'vad ska det bli av dem', det kan också vara lite stressande på något sätt, men det är en inre stress på något sätt, en ansvarskänsla som blir stress eller press det kan jag känna i varje fall.

Men hon tycker även allmänt att skolan är en stressig arbetsmiljö, både för personal och elever. Hon berättar även att det kan vara stressigt att ha många elever som har anpassad studiegång, som hon ska hitta en praktikplats till och sedan besöka. Hon tycker att skolan hon arbetar på har ett tungt elevunderlag och har mycket kontakter med de sociala myndigheterna, kuratorer och resursteam vilket gjort att hon känt sig stressad då hon anser att det inte riktigt är hennes område. Hon tycker trots allt att hon har ganska bra kontroll över sitt arbete och gör mycket anteckningar de perioder då det är väldigt hög arbetsbelastning eftersom hon inte kan arbeta utan känslan av kontroll.

Maria tror att vägledarens inställning och motivation för arbetet är en viktig faktor för upplevelsen av stress i arbetet. Hon tror att om hon engagerade sig mindre skulle hon inte heller känna sig så stressad. Maria menar, liksom Sara, att det är eleverna som ytterst blir drabbade när hon har mycket att göra.

Hon menar att de kan bli långa väntetider utanför hennes dörr för de som vill träffa henne. En stressig arbetssituation tycker hon även påverkar vägledningssamtalen med eleverna negativt. Arbetet blir rörigt, vilket bland annat innebär att hon lätt blandar ihop eleverna. Under dessa perioder får hon psykosomatiska symtom i form av huvudvärk och trötthet samt att hon blir okoncentrerad och har svårt att varva ner. För att arbetssituationen ska bli lite bättre tror Maria att det vore nödvändigt att flytta till ett arbetsrum som låg i en lugnare del av byggnaden.

Jessica: Är den enda av studie- och yrkesvägledarna som vi intervjuat som upplever sitt arbete som konstant stressigt. Hon försöker dock delegera ut en del uppgifter till lärarna och nämner som exempel att de har fått prata med eleverna om flickor och teknik, som hon annars själv informerar om. Hon tycker att en stor stressfaktor i hennes arbete är tjänstgöringen på två skolor fast även det faktum att hon arbetar med människor. Hon förklarar det så här:

Jessica: ...det är många förväntningar och sina egna förväntningar, samhällsförväntningar, allas, jag tror det är mycket det. Man vill vara alla till lags...

Den privata livssituationen tycker hon också påverkar arbetet och säger att man får försöka trycka undan det privata medan man är på arbetet. Stressen gör att saker och ting tar längre tid, att hon blir glömsk och lätt blandar ihop ord eller inte hittar dem alls. Men hon har även psykosomatiska symtom i form av trötthet, magkatarr, ryggproblem, förkylningar. Jessica tycker mest att det är hon som påverkas av den stressiga arbetssituationen genom att det vissa perioder, inför valet och praon, är så stressigt att hon knappt hinner äta eller gå på toaletten. Hon blir även tvingad att utföra arbetsuppgifterna på ett annat sätt eller helt enkelt lägga vissa åt sidan. Hon inser att även eleverna kan bli påverkade, till exempel om hon skulle bli sjukskriven strax innan deras praon så kan det bli problem. Hon anser sig ha kontroll över sitt arbete men skulle önska att en heltidstjänst inrättas på vardera skolan både för elevernas och hennes egen skull.

Carina: Upplever sitt arbete som stressigt periodvis och då framförallt, liksom övriga informanter, vid valet till gymnasiet och inför praon. Vid dessa perioder berättar hon att hon tänker:

Carina: ...hur ska jag klara det, måste jag inte bli sjuk, måste inte barnen bli sjuka.

Vad som orsakar upplevelsen av stress tror hon helt enkelt är att det är för mycket att göra, för många arbetsuppgifter. Under de perioder hon känner sig stressad kan hon få sömnproblem, men även eleverna blir lidande då hon förmodar att hon inte är lika trevlig, inte har tid med dem samt att vägledningssamtalen inte blir lika bra. Eftersom hon har arbetat på Skansborgsskolan i nio år tycker hon att hon har kontroll över sitt arbete och vet av erfarenhet att även om det är mycket att göra så har det fungerat de tidigare åren så då måste det göra det även i år.

Carina har precis som Jessica och Sara en delad tjänst men upplever inte detta som något större problem. Tempelriddarskolan kan bli lite lidande eftersom hon har allt material på Skansborg där hon tillbringar det mesta av sin tid, eftersom elevantalet där är större. Hon tycker, precis som Jessica, att det är negativt att vara anställd på två skolor i det avseendet att hon lätt missar information om vad som hänt medan hon tjänstgjort på den andra skolan. Hon tror att hon hade kunnat få en heltidstjänst på Skansborg om hon hade velat, men vi uppfattar det som så att hon bland annat uppskattar blandningen av elevunderlagen så mycket att det inte är intressant.

Hon, liksom flera av våra informanter, skulle uppskatta att ha en studie- och yrkesvägledarkollega på skolan, men inser att det inte är så troligt att hennes önskan går i uppfyllelse då det saknas resurser.

Josefine: Upplever stress periodvis och då framförallt inför praon och valet till gymnasiet. Hon uttrycker det så här:

Josefine: Att uppleva stress kan jag göra när det är mycket att göra och allt går emot en.

Hon tycker att erfarenheten i yrket har gjort henne tryggare och hon anser sig vara ganska lugn men har trots allt gränser för hur mycket hon klarar av. Hon upplever sig ha kontroll över sina arbetsuppgifter men skulle vilja slippa ackvireringen av praoplatser. Hon tycker det vore kul med en vägledarkollega på skolan men inser att hon har det ganska bra i jämförelse men många andra kollegor på Tåstads grundskolor som har fler elever och kanske arbetar deltid.

Ann-Sofie: Svarar först nej när vi frågar henne om hon tycker att yrket som studie- och yrkesvägledare är stressigt, men ändrar sig sedan till att det är stressigt periodvis. Fast det tycker hon att det är i alla yrken. Hon upplever det som stressigt när hon måste be lärarna att få komma in på deras lektioner för att informera eleverna samt att leva upp till andras förväntningar. Att hon inte känner sig speciellt stressad tror hon, precis som Josefine, beror på att hon är erfaren och kompetent. Så här beskriver hon det:

Ann-Sofie: ...jag vet vad jag pratar om, när jag vet att det här kan jag. Det här vet jag mest om... det här är min bit.... Där det inte stressigt tycker jag.

Eftersom hon vet vad som ska göras och när olika större arbetsuppgifter som praon och valet inträffar, upplever hon sig ha kontroll över sitt arbete. De perioder då hon känner sig stressad glömmer hon lätt bort saker och blir slarvig och tror även att hon kan uppfattas som rätt otrevlig. Hon tycker att all skolans personal borde få hjälp med de administrativa uppgifterna såsom kopiering, utskrifter och ackvirering av praoplatser.

Upplevelser av stress i yrkeskåren som helhet

I fråga om hur vanligt förekommande våra informanter tror att upplevelsen av stress är i yrkeskåren som helhet, finns det vissa gradskillnader i svaren. Ett svar har fallit bort på grund av fel på bandspelaren. Jessica och Carina tror att det är mycket vanligt, Sara tror att det är vanligt förekommande och Josefine tror att de flesta vägledarkollegor upplever stress periodvis precis som hon själv. Maria och Sara tror det är vanligt bland dem som tjänstgör på flera skolor samt att de som arbetar på hårt socialt belastade skolor är mer utsatta. Jessica tror att det är vanligt eftersom studie- och yrkesvägledare är en yrkeskår som arbetar med människor och Maria är lite inne på samma spår när hon säger att på alla arbetsplatser där man har samtal och inte får så mycket återkoppling, är risken stor att personalen känner sig stressade.

Jessicas uppfattning att studie- och yrkesvägledare skulle vara en yrkeskår som upplever stress därför att de arbetar med människor bekräftas i boken *Bränn inte ut dig*. Bronsberg nämner inte uttryckligen studie- och yrkesvägledare i boken men skriver att yrkesgrupper som ligger i riskzonen för utbrändhet är de som har direktkontakt med många människor, sällan får någon uppskattning och där resultaten av verksamheten är svårmätta (Bronsberg & Vestlund, 1987).

Nedan följer tre olika citat ur LR:s undersökning (Scheffer m fl, 2000) om hur vägledarna som besvarat deras enkät upplever stressen i sitt arbete:

Vägledare: Jag känner ofta att jag inte hinner med alla mina arbetsuppgifter och blir ständigt pålagd nya. Jag blir inte tillfredsställd av mitt arbete när jag känner att jag måste sänka kvalitén för att hinna med. Jag trivs ändå väldigt bra med mitt arbete och tänker positivt för att inte knäckas av stress och för mycket att göra. (s 20-21)

Vägledare: Trivs bra med mitt arbete men min arbetssituation är otroligt stressad. Det händer att jag inte kommit ut från mitt rum på hela dagen, d v s jag har varken ätit eller druckit något på hela dagen. (s 23)

Vägledare: Alltför mycket stress, för mycket administration, hela tiden nya förändringar. Alla påverkas av detta, elever, syv, lärare, rektorer m m. Ingen arbetsro! (s 25)

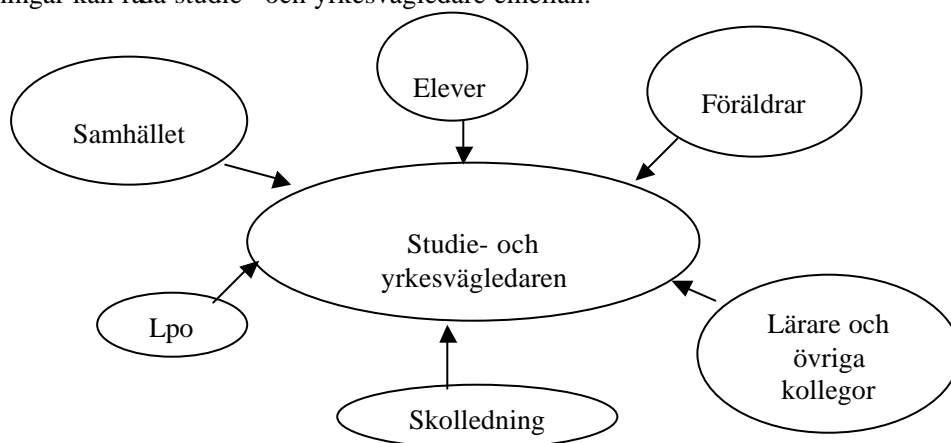
Totalt upplever 47% av vägledarna som deltog i LR:s studie att arbetstiden ej räcker till (a.a.).

7. Analys och slutdiskussion

Vi har i detta arbete intervjuat sex studie- och yrkesvägledare på lika många grundskolor i Tåstads kommun. Vi har även bedrivit litteraturstudier om studie- och yrkesvägledarnas arbetssituation samt stress som fenomen för att försöka påvisa om yrket upplevs som stressigt. Om så skulle vara fallet var vår avsikt även att undersöka orsakerna till detta. Nedan följer en sammanfattning och analys av vår studie.

Mycket av den litteratur vi funnit i ämnet stress har beskrivit fenomenet ur ett genusperspektiv och då framförallt med fokus på kvinnan. Vi har emellertid valt att inte lägga något genusperspektiv på vår undersökning men vi noterar att Antonovsky skriver att det är större risk för kvinnor att drabbas av överbelastning då de vanligtvis kombinerar ett reguljärt arbete med ansvar för hemmets skötsel, vilket är riskfyllt och vi konstaterar att studie- och yrkesvägledare är ett kvinnodominerat yrke (Antonovsky, 1993).

Studie- och yrkesvägledare är en yrkeskår med många krav från olika intressenter, vilket kan bidra till konflikt eftersom möjligheterna att tillgodose alla önskemål är begränsade. Vi anser att läroplanens diffusa mål och riktlinjer för verksamheten borde tydliggöras för att på så vis försöka minska orealistiska och motsägelsefulla krav. Nedan har vi modifierat en figur ur Henryssons *Syo-kulturer i skolan* (1994) som visar vilka de olika intressenterna är. Modellen säger ingenting om vilken av nedanstående grupper som upplevs mest krävande, eftersom vi bedömer att detta kan variera från skola till skola, kommun till kommun samt att olika uppfattningar kan råda studie- och yrkesvägledare emellan.



Figur 3. Intressentmodell för studie- och yrkesvägledare, modifierad enligt Henrysson (1994).

Intervjudelen av vår studie har visat att graden av stress varierar bland våra informanter. Vi uppfattar det som att Jessica upplever mest stress och därefter kommer Maria, Carina, Ann-Sofie och Josefine som upplever stress periodvis, även om de två sistnämnda verkar göra det i mycket liten omfattning. Vi tolkar det som att Sara är den personen som känner sig minst stressad. Dessa resultat är värda att notera då vi efter en analys av deras arbetsuppgifter konstaterar att dessa inte verkar skilja sig åt så mycket. Däremot varierar antalet praktikperioder, elevantal, tjänstgöringsgrad, tjänstgöring på en eller flera skolor, elevunderlag och antal elever med anpassad studiegång, faktorer som vi anser borde ha betydelse för hur hög arbetsbelastning vägledaren utsätts för.

I en jämförelse mellan Josefine och Maria, som är de två som har heltidstjänster på en skola, finner vi många likheter. De har ett förhållandevis lågt elevantal, ca 275 respektive 400, och många elever med invandrarbakgrund. Skolorna har prao både i årskurs 8 och 9 samt att Josefine och Maria är ansvariga för ackvireringen av praktikplatser. Både Maria och Josefine tycker att arbetet periodvis är stressigt, även om vi uppfattar det som om Josefine mer sällan känner sig stressad.

Ann-Sofie och Sara är de av våra informanter som vi tolkar upplever minst stress. Elevantalet på deras skolor skiljer sig emellertid åt med 210, elever trots att de båda har 75% tjänster. Deras skolor har ett fåtal invandrarelever. Brogårdsskolan, där Sara arbetar, har endast prao i åttan och hon ansvarar ej för ackvireringen av dessa platser medan på Ringfingerskolan, där Ann-Sofie arbetar har eleverna prao både i åttan och nian samt att hon ackvirerar dessa platser. Den enda gemensamma nämnaren som vi anser skulle kunna förknippas med upplevelsen av stress är att deras skolor har en låg andel invandrarelever. Vi har svårt att tänka oss att detta faktum skulle påverka i så hög grad även om det framkommit under studiens gång att elever med invandrarbakgrund samt deras föräldrar kräver mer tid av studie- och yrkesvägledarna i form av informationsgivning. Vi frågar oss däremot om antalet år i yrket påverkar upplevelsen av stress eftersom både Sara, Ann-Sofie och Josefine är de som har minst erfarenhet inom yrket dvs 2-4 år, och vi tolkar det som att det är dessa tre personer som upplever sin arbetssituation som minst stressig. Vi hade annars kunnat föreställa oss att det omvända förhållandet skulle råda, dvs att fler verksamma år inom yrket skulle skapa en trygghet och erfarenhet som mildrade upplevelser av stress.

Något som bekräftats både av intervjupersonerna och andra undersökningar vi tagit del av är att tjänstgöring på flera skolor ökar graden av stress. Vi fann emellertid att av tre informanter som tjänstgör på mer än en skola var det bara en som upplevde det som stressigt och det var Jessica som har en 50/50 tjänst. Tjänstefördelningen mellan de två andra ser lite annorlunda ut då Sara har en 75/12,5 tjänst och förhållandena för Carina är 75/25. Vi anser att detta resultat, liksom övriga, bygger på ett för litet underlag för att dra några generella slutsatser men i vår undersökning tycker vi oss kunna utläsa att tjänstefördelningen har betydelse för upplevelsen av stress. Givetvis kan elevunderlaget på Jessicas skola, som består av betydligt fler ungdomar med invandrarbakgrund än för de övriga två, spela in.

Två av de intervjuade påtar emellertid att de tror att stress är vanligt bland de vägledare som tjänstgör på flera skolor. I arbetsmiljöinstitutets undersökning, *Syokonsulenters arbetsvillkor* (1994), angav 17% av de svarande att de arbetade på flera skolor och samtliga dessa arbetade på högstadiet. Att tjänstgöra på mer än en skola innebär mycket dubbelarbete, t ex i form av möten och administrativa uppgifter men mycket tid går även åt till att hålla sig uppdaterad om vad som hänt på den ena skolan medan vägledaren tjänstgjort på den andra. Kontakten med kollegor blir inte lika etablerad vid tjänstgöring på flera skolor vilket kan påverka samarbetet negativt. Vi anser att tjänstgöring på mer än en skola generellt sett borde bidra till en ökad arbetsbelastning och därmed påverka upplevelsen av stress negativt.

Vi uppfattar det som att samtliga intervjuade studie- och yrkesvägledare upplever sitt arbete som meningsfullt. Meningsfullhet är en av de tre komponenterna i KASAM som bidrar till att skapa motivation och glädje för arbetet och på så sätt även motverkar upplevelse av stress.

Informanterna berättar att det är mötet med eleverna och tillfredsställelsen när dessa lyckas göra ett realistiskt och väl genomtänkt val efter ett eller flera vägledningssamtal, som upplevs meningsfullt. Vi tolkar detta som att elevens val är en form av bevis på vägledarens kompetens då vägledare arbetar inom en verksamhet där resultaten är mycket svårämätta.

Vi uppfattar det som om yrket upplevs som stressigt periodvis, vilket även bekräftas i *Den ovissa framtiden* (Lovén, 1991), där vägledarna upplever den ojämna arbetsbelastningen som ett problem. Två perioder på året nämns av informanterna som särskilt stressiga. Det är dels inför elevernas prao samt inför gymnasievalet och därför har vi valt att analysera och belysa dessa arbetsuppgifter mer än de övriga. Jämför vi dessa perioder i studie- och yrkesvägledarens yrkesutövning, så finns det både likheter och skillnader. Båda perioderna anses som viktiga av informanterna men präglas av bristande resurser då det inte finns tid för att uträtta det man egentligen vill åstadkomma. Informanterna intar dock en avsevärt mer negativ hållning visavi att ackvirera praoplatser jämfört med vägledningsarbetet. Detta kan ha sin orsak i att ackvireringen av praoplatser saknar den meningsfullhet som finns i arbetet med vägledning inför gymnasievalet.

Ackvireringen av praoplatser lyfts fram av de informanter som utför detta som ett arbetsmoment som de gärna skulle vilja slippa. Arbetet innebär bl a att vägledaren kontaktar arbetsgivare för att få dem att tillhandahålla en praoplatser. Vid ackvireringen bör inte arbetsgivare utanför den egna stadsdelen kontaktas, vilket kan medföra problem för vissa vägledare som tjänstgör i områden med ett litet antal arbetsplatser, att frambringa tillräckligt antal platser. Informanterna anger att dessa arbetsuppgifter tar mycket tid i anspråk och att det inte utnyttjar den kompetens som de besitter. Om vi belyser ackvireringen ur Kravkontrollmodellens perspektiv, som presenterades i avsnitt 5.2, så gör vi följande analys:

- *Kontroll*; Möjligheten att påverka ackvireringen av praoplatser är liten då ett bestämt antal platser beroende på elevantal ska ordnas till en bestämd tidpunkt. Möjligheten att tillvarata eller utveckla ny kompetens inom vägledarområdet är ganska begränsad då arbetet har en monoton och repetitiv karaktär. Det lyfts också särskilt fram att någon annan borde kunna sköta just ackvireringsbiten inom prao verksamheten. Därför, anser vi, att ackvireringen av praoplatser ger dålig kontrollmöjlighet.
- *Krav*; Modellens krav delas in i ett kvantitativt och ett kvalitativt mått. Den kvantitativa delen är att ett bestämt antal platser ska ackvireras. Det är svårt för oss att bedöma om detta ställer höga eller låga krav men informanterna har nämnt att det kan vara svårt att få ihop tillräckligt många platser. Ur kvalitativ synpunkt ställer ackvireringen låga krav då det inte kan betraktas som en kvalificerad uppgift och informanterna säger att ackvireringen borde skötas av en kontorist eller av en central enhet för alla Tästads skolor.
- *Stöd*; Informanterna anger att det tidigare fanns en central ackvireringsenhet men att den avskaffats. Informanterna säger att de föreslagit en återgång till den gamla ordningen på nätverksträffar och konferenser men att ingen förändring har skett. Här tycker vi oss skönja ett bristande organisatoriskt stöd ur två aspekter. Dels är det den kommunala organisationen som avskaffat den centrala ackvireringsenheten trots medarbetarnas motstånd och en informant anger att enheten försvann av besparingsskäl.

- Dels är det den lokala skolledningen som påfört ackvireringen till studie- och yrkesvägledarens arbetsuppgifter. Lpo94 anger att grundskolan ska samverka med gymnasieskolan, arbetslivet och närsamhället i övrigt. Alltså finns det uttalat stöd i styrdokumentet för just praon, anser vi. Men praon är avreglerad så det är upp till skolorna själva att bestämma omfattningen av densamma.

Vår analys enligt Krav-kontrollmodellen ger inte ett entydigt svar på vilket av tillstånden som råder. Men vi bedömer att ackvireringen hamnar i kvadrant 1; Spänt tillstånd (dålig kontroll – höga krav) eller kvadrant 4; Passivt (dålig kontroll – låga krav). Gemensamt för dessa kombinationsmöjligheter är att de kan ge förslitningar och medföra hälsorisker. Flera av informanterna nämner att de får sömnproblem under de mest stressade perioderna vilket är utmärkande för ett passivt tillstånd enligt Krav-kontrollmodellen. Jessica som är den av informanterna som beskriver flest fysiska problem, tar som ett exempel upp hur det skulle påverka eleverna om hon skulle bli sjukskriven strax innan praoperioden. Detta exempel, anser vi, kan vara ett tecken på att denna period är den som mest associeras med negativ stresspåverkan. Enligt Antonovsky borde dock den ojämna arbetsbelastningen snarare ses som en fördel eftersom tillfälliga arbetstoppar ej är skadligt om de senare följs av lugnare perioder då tid finns för återhämtning. Inte heller er påverkas känslan av hanterbarhet i någon större bemärkelse av tillfälliga arbetstoppar. Men Antonovsky anger även att underbelastning kan uppstå när individen inte får utnyttja sin kapacitet eller sina förmågor vilket gör att vi ändå tror att vägledarnas känsla av hanterbarhet kan påverkas negativt i samband med ackvireringen av praoplatser.

Som vi nämnt tidigare är även gymnasievalet i år 9 en uppgift som tar mycket tid i anspråk. Arbetsuppgifterna i samband med gymnasievalet innefattar bl a klassinformation, föräldramöten och enskild vägledning. Generellt sett uppfattas den individuella vägledningen som den viktigaste och mest stimulerande uppgiften, en åsikt som även bekräftas i Henryssons studie (1994). Flera av informanterna uttrycker en önskan om att starta tidigare med vägledningen men påpekar att tiden inte räcker till. I en debattartikel i Svenska Dagbladet 001207, *Elever får inte hjälp att välja* (<http://www.skolverket.se/publicerat/debatt/syv.html>) står att läsa:

”Studie- och yrkesvägledningen har blivit en allt otydligare process som visat sig vara kvantitativt och kvalitativt otillräcklig för syftet att eleverna skall ha så mycket kunskap inför sitt utbildningsval att de kan göra ett självständigt ställningstagande”

Vi anser att det finns ett klart uttalat stöd i Lpo94 för vägledning i samband med gymnasievalet, men förståelsen hos de lokala skolledningarna för att det är en process, tror vi, i viss mån saknas. Information och vägledning utförs under en period i skolår 9 som är relativt kort i jämförelse med att eleverna totalt tillbringar nio år i grundskolan. Vi uppfattar det som om endast en av informanterna inleder vägledningsprocessen med eleverna innan skolår 9. Följden av detta, såsom det beskrivs av informanterna, är att perioden i samband med gymnasievalet blir mycket intensiv.

Men är den stressig? Och är det i såfall positiv eller negativ stress? Wadebeck (2000) anger att inverkan av stress inte bestäms av hur mycket stress vi utsätts för utan hur vi reagerar på den. Att reaktionen på stress är individuell framhålls också som tidigare nämnts av Antonovsky (1993) i KASAM-modellen. En person med starkt KASAM reagerar annorlunda än en person med svagt KASAM. Enligt Antonovsky kan personer med svag KASAM se stressorer uteslutande från den negativa sidan varför de vägledare som tillhör denna nivå i modellen kan uppfatta den här perioden som mycket stressig.

Ser vi till de psykologiska kraven enligt Krav-kontrollmodellen, så är de höga under en period strax innan gymnasievalet. Vägledaren måste engagera sig och använda sin kompetens för att bistå de enskilda eleverna. Under den här perioden så arbetar studie- och yrkesvägledaren med det som de är tränade och utbildade för.

Kontrollmöjligheterna enligt modellen har förutsättningar för att vara bra. Möjligheten att påverka innehållet i arbetet är stort och det ger möjlighet till stimulans t ex genom att utveckla ny kompetens. Således finns här förutsättningar för aktivt tillstånd (bra kontroll – höga krav) enligt Krav-kontrollmodellen. Men det stämmer inte med den bild som några av informanterna ger. De upplever perioden som stressig i negativ mening. Att de upplever detta kan bero på volymkravet, de flesta elever ska göra ett gymnasieval under en begränsad tidsperiod, vilket krymper studie- och yrkesvägledarens beslutsutrymme (kontrollmöjlighet). Det finns inte tid att utforma arbetet på ett sätt som är tillfredsställande och det finns inte utrymme för att ägna mer tid åt elever som har behov av det. Flera av informanterna påpekar att vägledningssamtalen påverkas i negativ bemärkelse när de känner sig stressade, vilket drabbar den enskilde eleven. Även glömska och humörsvägningar som en del informanter uttrycker kan uppstå vid stressade tillfällen, kan vara en nackdel för eleverna. Med krympande kontrollmöjligheter går det aktiva tillståndet mot ett passivt tillstånd (dålig kontroll – höga krav). En konsekvens som beskrivs för det spända tillståndet i Krav-kontrollmodellen är att man kan bli låst och känna sig pressad, vilket vi anser stämmer ganska väl med det som informanterna berättat om den här perioden.

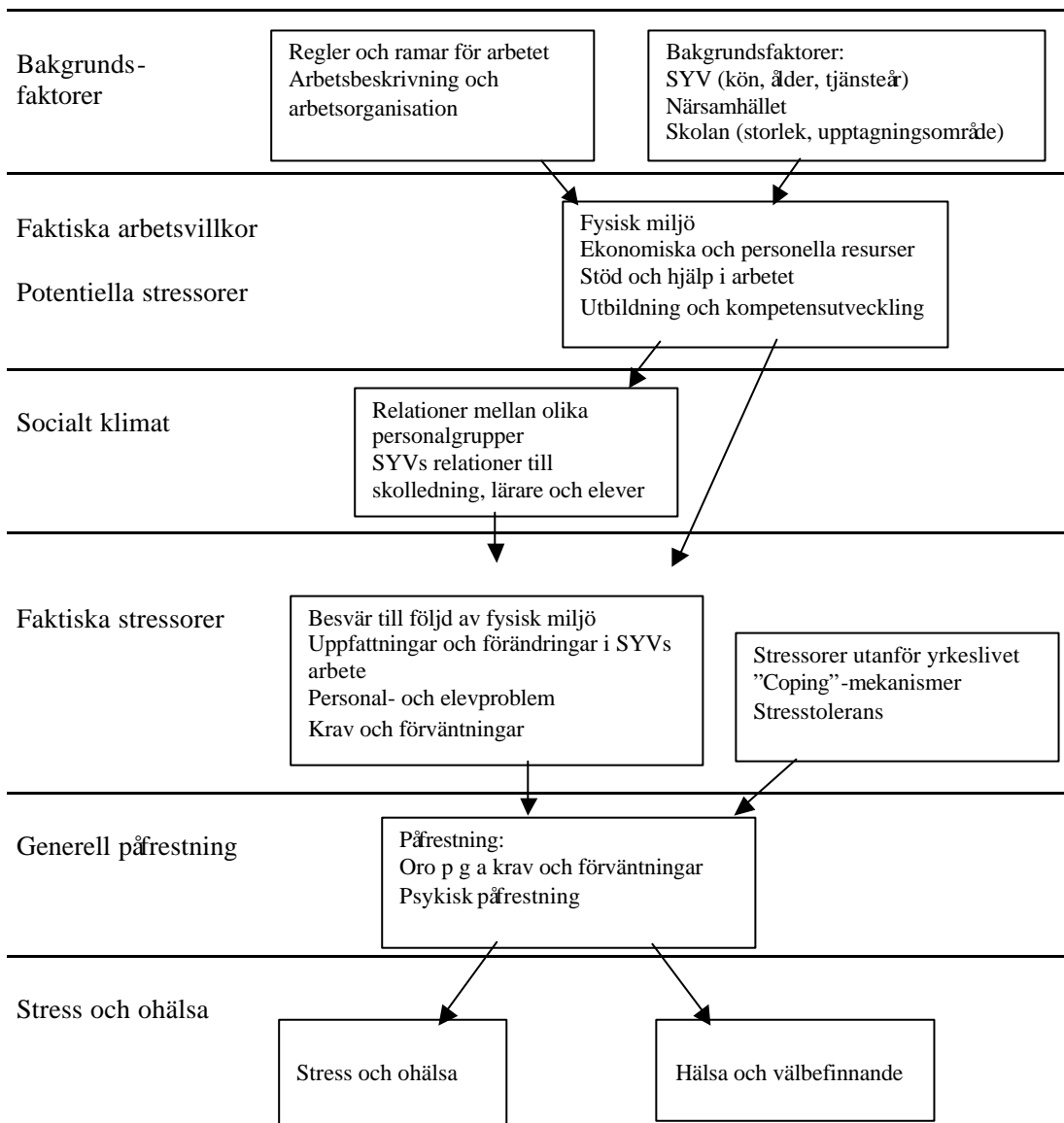
Det visade sig vara svårt att hitta några generella, konkreta förklaringar till upplevelser eller inte upplevelser av stress när vi jämförde informanternas berättelser. Den bästa förklaringen vi kan finna av deras olika upplevelser är att de befinner sig på olika KASAM-nivåer. Alla våra informanter, utom eventuellt Carina, borde redan ha utvecklat sin KASAM när de började arbeta som vägledare eftersom Antonovsky menar att den fastställs i de tidiga vuxenåren. Det är andra arbeten och olika privata livssituationer som format deras KASAM. Eftersom de tre komponenterna begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet kan variera från situation till situation, så upplever vi att alla våra informanter till största del tycker att deras arbete innefattar dessa tre beståndsdelar. Trots att alla våra informanter verkar uppleva sitt yrke som både begripligt, hanterbart och meningsfullt så tror vi det är här svaret på skillnaden dem emellan ligger. Vår avsikt är inte att analysera var och ens KASAM-nivå då vi anser oss ha alldeles för lite kännedom om deras tidigare livsupplevelser och privata livssituation och en annan intervjuguide borde utarbetats om detta varit syftet. Sara är den som skiljer sig mest från de övriga intervjuade, eftersom hon säger sig bara ha upplevt stress en gång i samband med en arbetsplatskonflikt. Det är intressant att notera att hon under intervjun säger att hon haft ett behagligt liv och vi antar därav att hon har gott om GMR, generella motståndsresurser (Antonovsky, 1993).

Arbetet har betydelse för människor genom att det förutom ekonomisk ersättning ger identitet, samhörighet och engagemang vilket vi uppfattar att intervjupersonerna upplever (Agervold, 2001). Våra informanter har relativt stor frihet när det gäller att utforma sitt arbete. Ett par av våra informanter säger till exempel att så länge de inte får några reaktioner från ledningen utgår de ifrån att de är nöjda med hur verksamheten bedrivs. Denna frihet, att själv utforma och ta ansvar för sitt arbete, kombinerat med det stöd som våra informanter uppger sig få av sina lärarkolleger, kan vara en av anledningarna till varför en del av våra informanter inte känner sig nämnvärt stressade. Vi kan ändå, som nämnts tidigare, skönja en brist på stöd från skolledningen.

Vad detta beror på vet vi ej men en möjlig anledning kan vara att skolledningen inte är helt insatt i studie- och yrkesvägledningsprocessen. Enligt Henrysson (1994) är det rektorns inställning till verksamheten som är avgörande för vilken sykkultur som råder på skolan.

Vägledningsarbetet ger inga direkt mätbara resultat. Därför får kanske vägledaren bara erkännande från kollegor för kvantiteten på sin insats och inte kvaliteten. Den muntliga feedback våra informanter får kommer mestadels från elever och då framförallt från de som slutfört sin utbildning på skolan. Ann-Sofie ser det som feedback att eleverna söker upp henne, men om de inte uppskattat henne hade de överhuvudtaget inte kontaktat henne utan vänt sig till någon annan instans som tillhandahåller vägledning och information. Överlag anser våra informanter att de har ett gott samarbete med kollegorna på skolan. Vi frågar oss om våra informanter är specifika i det avseendet. Andra källor vi tagit del av (Henrysson, 1994) pekar nämligen på att det motsatta förhållandet råder, d v s att det är vanligt förekommande med samarbetsproblem mellan vägledare och lärare. Vi tror att oavsett vilket förhållande studie- och yrkesvägledarna har till övriga kollegor på skolan så kan de ibland känna sig ensamma i sin yrkesroll, vilket även bekräftas i Lovéns *Den ovissa framtiden* (1993). Något som tyder på detta, anser vi, är att flera av informanterna uttrycker önskemål om en vägledarkollega på arbetsplatsen. Genom en kollega så skulle de få stöd och någon att utbyta tankar med, men även någon som kan visa uppskattning för kvaliteten på det arbete som vägledaren utför.

I *Skolledares arbetsmiljö* (Löfgren m fl, 1989) presenteras en teoretisk orsakmodell för skolledarstress. Vi anser att den även har stor relevans för den stress som studie- och yrkesvägledare upplever, varför vi valt att modifiera den för våra syften enligt nedanstående figur:



Figur 4. Teoretisk orsakmodell för stress hos vägledare, modifierad efter Löfgren m fl (1989).

Modellen anger hur olika bakgrundsfaktorer såsom individen och dennes omgivning gör att potentiella stressorer kan identifieras utifrån de faktiska arbetsvillkoren. Ur de potentiella stressorerna utvecklas faktiska stressor antingen direkt eller genom att de får en dämpad eller förstärkt effekt av det sociala klimatet på arbetsplatsen. De faktiska stressorerna i yrkeslivet kopplas sedan samman med dem i privatlivet. Vi har i detta avseende avgränsat oss genom att vi enbart undersökt yrkeslivet och därför inte studerat sambandet mellan stress i yrkeslivet och informanternas privatliv. Vi vill ändå lyfta fram denna aspekt i den här modellen då vi anser att det kan ha stor betydelse för den stress som studie- och yrkesvägledare upplever.

Dessa faktiska stressorer (enligt figuren ovan), från yrkes- och privatliv, leder till påfrestningar för individen. Men som både Agervold (2001) och Antonovsky (1993) framhåller är reaktionen individuell. En situation som leder till stress och ohälsa för en person behöver inte ha samma effekt för en annan person utan denne kan fortsatt uppleva hälsa och välbefinnande.

En eventuell orsaksfaktor till upplevelsen av stress som vi inte undersökt närmare är en generell brist på resurser. Vi har tidigare behandlat hur vissa perioder kan vara intensiva och att det då vid dessa sysselsättningstoppar saknas resurser för att möta efterfrågan på studie- och yrkesvägledning. Detta kan vara en följd av att det inte finns tid för att påbörja vägledningen tidigare utan hela processen koncentreras till en begränsad tidsperiod. En allmän resursbrist skulle innebära att underskottet av tid är konstant. Det finns heller inte tid för andhämtning, kreativitet och reflektion vilket är av största vikt för att vägledaren ska kunna utvecklas i sin yrkesroll. Som det påpekas från flera håll (Assadi & Skansén, 2000; Hertting, 1999) behöver en rationalisering inte medföra en effektivitetsvinst utan utfallet kan bli precis det motsatta med en effektivitetsförsämring som följd. Neddragningar av studie- och yrkesvägledartjänster medför förutom ohälsa även risk för felval och outnyttjat humankapital vilket i slutändan kan innebära en kostnad för samhället. Vi vill dock understryka att vi inte undersökt denna aspekt närmare och att problemen kring resurstilldelning kan belysas ur olika perspektiv.

Införandet och utvecklingen av informationsteknologin (IT) har också inneburit förändringar i vägledarnas arbetssituation. Det är av största vikt att vägledarna behärskar den nya tekniken och arbetsgivarna måste inse att det inte bara handlar om kostnader i form av investeringar utan även kostnader för kompetensutveckling inom IT för att underlätta och utveckla verksamheten. Den snabba utvecklingen och bristen på utbildning inom IT tror vi kan bidra till upplevelsen av stress inom yrkeskåren. Flera av våra informanter uttrycker även en nackdel med det stora informationsutbudet som finns i dag och vi tolkar det som att de i detta avseende upplever en viss informationsstress.

Studie- och yrkesvägledare är en liten yrkeskår och vi tror därför att deras situation inte uppmärksammas i den omfattningen som skulle vara önskvärt. Dagens komplexa utbildningssystem och den stora tillgången på information tror vi kräver ökade resurser inom studie- och yrkesvägledning. Vi föreslår därför att vidare forskning borde ske för att belysa hur yrkeskåren och klienterna drabbats av nedskärningar och omstruktureringar och hur det i sin tur påverkar vägledarnas hälsa. Eventuellt skulle den nya metoden, *Diagno stressförsvarsanalys* kunna användas för att påvisa stressnivån hos vägledarna. Metoden baseras på ett flerårigt forskningsprojekt som bedrivits på Sahlgrenska sjukhuset och innebär att ett salivprov tas för analys. Testet kan ge signaler på skadliga verkningar av stress flera år innan en eventuell sjukdom bryter ut (<http://www.diagno.se>).

Att förutsättningslöst gå in i studien har varit en omöjlighet eftersom vi har en förförståelse för yrket genom personliga kontakter och tidigare praktikperioder, vilket vi inte tror, men dock inte kan bortse ifrån kan ha påverkat resultatet av studien. Vi anser att vår kvalitativa metod har varit ändamålsenlig. Ändock har vissa funderingar uppstått i fråga om de riktlinjer som finns för verksamheten. Vägledarna hävdar att inga riktlinjer finns och vi ställer oss därför frågande vad Lpo94:s direktiv anses vara.

Resurser var ett område som vi hade intentionen att undersöka närmare eftersom vi anser att det kan ha stor betydelse för hur stor arbetsbörda vägledarna har. Dessvärre visade det sig svårare än beräknat att finna information eftersom det i Tåstad inte finns någon gemensam förvaltning för grundskolan, såsom den gymnasieskolan har, utan respektive stadsdelsförvaltning ansvarar för grundskolorna i dess område. Därav kan resultatet av vägledarnas resurser tyckas något tunt. Vi inser att det finns andra metoder för att påvisa upplevelser av stress hos studie- och yrkesvägledare. En enkätundersökning hade givit ett större underlag och i en kvantitativ studie hade dessutom frekvensen av sjukskrivningar inom yrkeskåren kunnat undersökas. Vi har i analysen tolkat de fakta vi fått fram genom våra intervjupersoner och litteraturstudier men inser att det kan finnas faktorer som påverkar upp levelsen av stress som vi inte har kännedom om.

8. Sammanfattning

Stress är inget modernt fenomen utan har funnits i alla tider och en lagom nivå av stress kan vara positivt. Fenomenet har emellertid fått allt större uppmärksamhet de senaste åren då rationaliseringar och ökade krav medfört en negativ inverkan på människors hälsa. Vårt huvudsyfte med uppsatsen har därför varit att påvisa om studie- och yrkesvägledare upplever sin arbetsmiljö som stressig. Om så vore fallet var vår intention även att undersöka och försöka förklara orsakerna till upplevelsen av stress. Undersökningen består av en litteraturstudie samt en kvalitativ intervjuundersökning. Urvalet av intervjupersoner gjordes utifrån Tåstads tio stadsdelsförvaltningar, för att på så sätt få en geografisk spridning men även för att finna skolor med olika elevunderlag. Vår undersökning har visat att flertalet informanter upplever stress periodvis och då framförallt inför prövningarna och valet till gymnasiet. Orsakerna till detta är flera bl a bristande resurser, krav och förväntningar från många olika intressenter, tjänstgöring på flera skolor och bristande stöd men även vägledarens KASAM-nivå har betydelse för påverkan av stressorer. Aron Antonovsky (1993) har myntat begreppet KASAM vilket är en förkortning av Känsla Av SAMmanhang. Modellen består av tre komponenter; hanterbarhet, begriplighet och meningsfullhet vilka alla är viktiga för hur vi upplever stressorer. En person med stark KASAM har en god förmåga att tolka problem som uppstår som en utmaning och trots att stimuli kanske inte är önskvärda kan hantera dem på ett föredömlig sätt. Vi har även analyserat våra resultat utifrån den tvådimensionella Krav - kontrollmodellen (Theorell, 1993). Modellens idé bygger på att högt ställda krav är farligare för en individ om denne inte kan påverka sin situation jämfört med om denne har goda kontrollmöjligheter i sitt arbete. Graden av stress bland intervjupersonerna varierar men vi tolkar det som om de flesta inte upplever stressen i yrket som något större problem. Detta anser vi beror på de stora möjligheterna att utforma arbetet efter egna önskemål samt känslan av att ha ett meningsfullt arbete. Det finns också perioder för återhämtning emellanåt vilket Antonovsky (1993) menar är en förutsättning för känslan av hanterbarhet.

9. Referenser

Agervold, M. (2001). *Arbete och stress. En introduktion till arbetsmiljöpsykologi*. Lund: Studentlitteratur. (manuskript)

Antonovsky, A. (1993). *Hälsans mysterium*. Köping: Bokförlaget Natur och Kultur.

Arbetskyddstyrelsen. (1997). *Negativ stress i arbetet*. Information om utbildning och arbetsmarknad 1400-3996 ; 2001:2.

Assadi, A. & Skansén, J. (2000). *Stresshandboken*. Lund: Studentlitteratur.

Bronsberg, B. & Vestlund N. (1987). *Bränn inte ut dig*. Helsingborg: Forum.

Edling, M. (2001). Skolans chefer är dåliga på att stötta. *Skolvärlden*, nr 9

Frankenheuser, M. (1997). *Kvinnligt, manligt, stressigt*. Brombergs Bokförlag AB.

Frankenheuser, M. (red), (1987). *Stress, hälsa, arbetsglädje*. Arbetsmiljöfonden.

Gåste, M. (red), (1996). *Vägledaren i fokus*. Västervik: Trinom förlag AB.

Halvorsen, K. (1992). *Samhällsvetenskaplig metod*. Lund: Studentlitteratur.

Henrysson, L. (1994). *Syo-kulturer i skolan*. Malmö: Almqvist & Wiksell International.

Hertting, A. (red), (1999). *Stressens olika ansikten. Kunskap – insikt – handling*. Folkhälsoinstitutet 1999:1.

Jakobsson, B. (1989). *Syo vardag, ett studiematerial om syofunktionärernas arbetsmiljö*. Lärarnas riksförbund, Tibatryck.

Levi, L. (1997) Stress i arbetslivet, igår, idag, imorgon. *Miljön på jobbet*, nr: 2, s. 11-17 Arbetskyddstyrelsen.

Lovén, A. (1993). *Den ovissa framtiden*. Höllviken

Löfgren, H., Hersvall, M. & Jönsson, A. (1989). *Skolledarnas arbetsmiljö*. Malmö: Lärarhögskolan. Institutionen för pedagogik och specialmetodik.

Markham, U. (1994). *Sluta stressa!*
Malmö: Liber Hermods.

Maslach, C. (2000). De utbrända brinner för sitt arbete. *Magasinet Kooperatören*: Nr 4, s 8-11.

Ohlsson, G. (1998). *Brinnande eldsjäl eller utbränd?*
Höganäs Kommunlitteratur/Företagslitteratur.

Paulsson, I. (1994). *Syokonsulenters arbetsvillkor* undersökningsrapport 1994:5
Solna: Arbetsmiljöinstitutet, Förlagstjänst.

Rosell, S. & Persson, A. (2001). Stressen i skolan. *Skolvärlden*, nr 5.

Scheffer, E. m fl. (2000) *Undersökning av studie- och yrkesvägledarnas arbetssituation*.
Lärarnas Riksförbund. (opublicerat material)

Svensson, L-E. (1999) *Stress i skolan*.
Malmö Högskola, Lärarutbildningen. Examensarbete.

Theorell, T. (1993). Krav-Kontroll-Stöd, ny modell i arbetsmiljöforskning. *Läkartidningen*:
Nr 42, s 3683-3686.

Utbildningsdepartementet (1994). *1994 års läroplan för det obligatoriska skolväsendet (Lpo94)*

Wadebeck, T. (2000). *Stress livets krydda & plåga*.
Johanneshov: KompetensFabriken AB.

Internet

http://www.ne.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=316959
Nationalencyklopedin 2001-03-27

http://www.ne.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=336997
Nationalencyklopedin 2001-03-27

<http://www.sou.gov.se/vagledning/direktiv.htm>
Statens offentliga utredningar. Dir. 1999:107

<http://www.skolverket.se/lokalt/goteborg/pdf/bryggan.pdf>
Skolverket 2001-05-04

<http://www.skolverket.se/publicerat/debatt/syv.html>
Berg A, Holmberg P, Åström L, *Elever får inte hjälp att välja*, Dagens Nyheter 00-12-07
Skolverket 2001-05-04

<http://www.diagno.se>
Diagno AB 2001-05-17

Intervjuguide

Bakgrundsinformation

- Hur länge har du arbetat som studie- och yrkesvägledare ?
- Hur länge har du arbetat på just denna skolan?
- Vilken utbildning har du?
- Anser du dig ha tillräckliga yrkeskunskaper för yrkets krav?
- Inom vilka områden anser du dig ha särskilt goda kunskaper respektive brister?

Yrkesrollen

- Berätta hur en arbetsdag kan se ut!
- Finns det någon arbetsbeskrivning (riktlinjer) att gå efter?
- Hur mycket kan du själv påverka din arbetsituation?
- Hur är arbetsbelastningen fördelad under året?
- Hur tycker du att relationerna och samarbetet med övriga anställda och ledningen fungerar?
- Vilket stöd och samarbete skulle du önska?
- Hur tror du det ”nya informationssamhället” påverkar ditt arbete?

Resurser

- Hur många elever ansvarar du för?
- Vilka riktlinjer finns för hur många elever syv ska ansvara för?
- Hur fördelas resurserna på skolan?
- Vilka tillgängliga resurser finns för din verksamhet?

Gränssättning

- Vad anser du är ditt ansvar som syv?
- Utför du arbetsuppgifter som *inte* hör till ditt arbetsområde? Vilka?
- Vilka uttalade och outtalade krav och förväntningar ställs på dig som syv av samhället, skolledningen, lärare, elever och föräldrar?
- Hur förmår du sätta gränser? Ge exempel på situationer där du lyckats respektive misslyckats med detta!

Meningsfullhet

- På vilket sätt upplever du ditt yrke glädjerikt och meningsfullt?
- Känner du att det arbete du utför uppskattas och belönas av t ex elever och ledning? På vilket sätt?

Stress

- Definiera vad stress betyder för dig!
- Upplever du ditt yrke som stressigt? När?
- Berätta om en stressig arbetssituation du varit med om!
- Hur reagerar du / vilka signaler får du när du känner dig stressad?
- Vilka faktorer tror du bidrar till att du upplever / inte upplever ditt arbete som stressigt?
- Hur påverkar stressen ditt arbete? Vilka påverkas?
- I vilken mån känner du att du har kontroll över din arbetsuppgifter?
- Finns det något som kan göras för att arbetssituationen ska bli bättre?
- Hur vanligt förekommande tror du att upplevelse av stress är i yrkeskåren som helhet?