



Handboken

Det viktigaste du behöver
veta som ny lärare.

Hej och välkommen till världens viktigaste yrke!

Sveriges Lärare vill ge dig bästa tänkbara start på ditt nya lärarliv.

En kraft att räkna med

Vi är lärarnas eget fackförbund med 300 000 medlemmar över hela landet. Med stor facklig styrka arbetar vi för bättre förutsättningar och villkor för hela lärarkåren – från förskola till högskola.

I den här handboken har vi samlat tips och råd inför din första tid på jobbet. Du ska veta dina rättigheter, hur du får stöd om något krånglar och ny energi när du behöver det.

På följande sidor använder vi svepande begreppet lärare. Men vi vill vara tydliga: Den här handboken vänder sig till dig som är ny i yrket, oavsett vilken skolform du arbetar inom. Vi hoppas att du som nybliven förskollärare, grundlärare, ämneslärare eller yrkeslärare ska få ut det viktigaste du behöver inför din första tid i yrket.

Trevlig läsning och lycka till!

GÅ MED IDAG!

Som medlem i Sveriges Lärare är du med och ger vår yrkeskår en ännu starkare röst. Du får också tillgång till en rad medlemsförmåner och ett prisvärt medlemskap.



Frågor och funderingar?
Hör av dig till sverigeslarare.se/kontakt
eller slå oss en pling på 010-400 40 40.



Innehållsförteckning:

Introduktionsperiod	6
Lön	8
Arbets tid	10
Arbetsmiljö	14
Att vara medlem	16

Rätt start som lärare

Som nyexaminerad lärare har du rätt till en bra introduktion i yrket. Du ska få vara ny i lärarprofessionen under ditt första år och ha en mentor som bollplank.

En bra början gör skillnad

Forskning visar att den som har fått en bra start trivs bättre som lärare och stannar kvar längre i yrket. Under din introduktionsperiod får du en egen mentor som du kan vända dig till och som delar med sig av sin yrkeskompetens. Bland annat får du stöd i att utveckla din förmåga att leda, bemöta elever och samverka med vårdnadshavare. Rätten till introduktionsperioden står i skollagen.

Vad är det bra för?

Syftet med introduktionsperioden är att du ska få:

- Stöd på arbetsplatsen – både yrkesmässigt, personligt och socialt.
- En trygg och utvecklande arbetsmiljö.
- Utvecklas professionellt.
- En förståelse för skolan, fritidshemmet eller förskolan som arbetsplatser och deras roll i samhället.

Rektor har ansvaret

Det är rektor som ska se till att introduktionsperioden genomförs så fort anställningen påbörjas. Rektor utser din mentor och tar även ansvar för att det finns en plan för er gemensamma introduktionsperiod.

Din mentor

Mentorn ska vara en legitimerad lärare med tillräcklig erfarenhet

och ska så långt det är möjligt ha samma behörighet som du. Mentorn är ditt bollplank i exempelvis följande situationer:

- Planera och genomföra undervisning.
- Hålla utvecklingssamtal.
- Bedöma.
- Dokumentera.

Omfattning

Introduktionsperioden ska omfatta minst ett läsår och får genomföras under en eller flera anställningar. Om du inte arbetar heltid eller har varit frånvarande stora delar av introduktionsperioden har du rätt att genomföra den under en längre period.

Avsatt tid för samtal

Hur mentorskapet ska rymmas inom ramen för er ordinarie arbetstid ska framgå i planen för introduktionsperioden. Både du och din mentor ska få tid avsatt för mentorskapet.

Vem har rätt till en introduktionsperiod?

Nyanställda behöriga förskollärare och lärare har rätt till en introduktionsperiod, om de inte har fått en sådan tidigare.

HAR DU INTE FÅTT EN
INTRODUKTIONSPERIOD?

Hör av dig till oss på
sverigeslarare.se/kontakt

Som lärare är du guld värd. Det ska synas på lönen.

Sveriges Lärare tipsar om vad du ska tänka på inför ditt lönesamtal.

Tips!

7 SAKER ATT TÄNKA PÅ INFÖR LÖNESAMTALET

- Beskriv ditt uppdrag, ansvar och insats.**
Ta utgångspunkt i ditt uppdrag, verksamhetens mål och lönekriterier. Beskriv på ett konkret sätt vad du vill göra eller har gjort för att bidra till verksamheten.
- Kolla lönestatistiken**
I Sveriges Lärares verktyg Min Lön finns den bästa lönestatistiken för lärare. Som medlem kan du se din löneutveckling och hur du ligger till jämfört med andra i samma yrkesgrupp.
- Formulera frågor, mål och förslag**
Skriv ner sådant som du vill samtala med din chef om kring lönen. Exempelvis vilken lönenivå du siktar på inom några år. Diskutera vad som konkret krävs från dig för att nå dit.
- Testa dina argument**
Gör ett genrep, gärna med någon du litar på. Som medlem kan du också få personlig lönecoachning.



Medlemsfrågan MIN LÖN

Jämför din lön med andra lärare utifrån kollektivavtal, lärarkategori, år, ålder och ort eller område. Du kan även se vad olika arbetsgivare betalar.



Medlemsfrågan LÖNECOACHNING

Få personlig coachning och rådgivning via telefon inför lönesamtalet.

- Lyssna, prata, sammanfatta och anteckna**
Din chef ska kunna motivera din lön och tala om hur du rent konkret kan höja lönen till den nivå du siktar på. I samtalet om din lön och dina förutsättningar är det lika viktigt att lyssna som att prata. Stäm av att ni pratat om det du ville ta upp i mötet.
- Följ upp**
Uppdrag, mål och förutsättningar behöver ni tillsammans följa upp och utvärdera under året. Funkar allt som förväntat? Behöver något ändras?
- Tänk långsiktigt**
Även om du är förberedd med goda argument möter du kanske en chef som inte kan tillgodose dina önskemål om lön vid första tillfället. Det ni pratar om har betydelse för nästa lönesamtal och din framtida löneutveckling. Om du är tydlig och konkret med vad du förväntar dig behöver din chef vara mer tydlig och konkret nästa gång.

Dygnet har bara 24 timmar. Det gäller även lärare.

Måste jag jobba över bara för att jag är ny på jobbet? Hur ser ett fungerande schema ut? Det är vanliga frågor från nya lärare. Här tipsar vi om det viktigaste du behöver tänka på gällande arbetstid.

Alla arbetsuppgifter ska hinnas med på din arbetstid

Du ska alltså inte behöva jobba över bara för att du är ny och att saker därför tar längre tid.

Du ska inte arbeta mer än fem timmar i sträck utan rast

Du har rätt till minst 30 minuters rast efter högst 5 timmars arbete. Rasten är obetald och under den ska du kunna lämna arbetsplatsen om du vill. Din rast ska inte blandas ihop med elevernas rast. Så kallad pedagogisk lunch som du äter tillsammans med barn eller elever, räknas inte som rast utan som arbetstid. Du har fortfarande rätt till rast.

Du har även rätt till kortare pauser

Pauser är kortare avbrott som sker under arbetstid för att till exempel ta en kopp kaffe. Arbetsgivaren ska organisera arbetet så att du kan ta de pauser som behövs utöver rasterna. Det finns inga regler om exakt hur många eller långa pauser du har rätt till, utan det beror på verksamheten och individuella behov. Både paus och rast är lagstadgade.

Ställtid

Det är viktigt att du har tillräckligt med ställtid mellan lek-

tioner, möten och annat. Med ställtid menar vi tid för att ställa fram, ställa undan, ställa om, förflytta sig. Du ska exempelvis kunna ta dig från en lektion till en annan utan att behöva småspringa. Det kan också handla om att du ska hinna med att öppna en förskola utan att behöva stressa.

Övertid ska ge ersättning

Du ska bara arbeta övertid om rektor beordrar dig till det och då ska du få avtalsenlig ersättning.

Så ser ett fungerande schema ut

Det är tydligt när din arbetsdag börjar, när du har rast och när arbetstiden slutar.

- Du ska hinna med alla arbetsuppgifter på ordinarie arbetstid.
- Du har utrymme för rast och paus under arbetsdagen.
- Du har tid att förflytta dig och ställa om till nya lektioner eller andra arbetsuppgifter.

Vad du kan göra om det inte funkar

Har du så mycket att göra så du inte kan ta rast? Saknas utrymme för paus och ställtid? Har du inte tillräcklig tid för att leva upp till skollagen och läroplanens krav? Be att få ett möte med rektor där ni diskuterar frågan. Diskutera vilka arbetsuppgifter som kan lyftas bort.

Du kan även:

- Prata med din mentor.
- Diskutera arbetstid med dina kollegor.
- Kontakta ditt ombud från Sveriges Lärare.
- Ringa Sveriges Lärare via Lärarlinjen 077-515 05 00.



Medlemsförmån SCHEMAKOLL

Med Schemakollen håller du koll på schema, övertid och raster – under hela året. Då kan du lättare se om sin arbetstid stämmer överens med ditt avtal.

Tips!

5 STEG TILL EN HÅLLBAR ARBETSTID

1. Lär känna ditt arbetstidsavtal.
2. Håll koll på din arbetstid och sätt tydliga gränser så att du inte jobbar för mycket.
3. Signalera och ta hjälp när du känner att tiden inte räcker till.
4. Använd Schemakollen för medlemmar, på sverigeslarare.se/schemakollen.
5. Djupdyk i ämnet arbetstid på våra kurser och utbildningar för nya lärare.

Arbetstidsregleringar

Semestertjänst

Semestertjänst är den vanligaste arbetstidsregleringen för lärare i förskola och fritidshem, studie- och yrkesvägledare samt chefer. Semestern är minst fem veckor och en heltidstjänst omfattar oftast 40 timmar per vecka.

Förtroendearbetstid för semesteranställda

Om du är semesteranställd har du förmodligen endast reglerad arbetstid, vilket innebär att alla dina arbetsuppgifter ska rymmas inom schemat. Om något annat gäller för dig ska det framgå av ett lokalt kollektivavtal eller ditt individuella anställningsavtal. Kolla om du är osäker.

Ferietjänst

Om du arbetar i terminsbunden verksamhet har du förmodligen ferietjänst. Det innebär att arbetstiden koncentreras till läsår och att du har ferie/semester under elevernas sommarlov. Vissa har ferie också på elevers jullov.

Om du har ferietjänst ska allt arbete arbetsgivaren styr över rymmas inom den så kallade reglerade arbetstiden. Hit räknas till exempel:

- Undervisning.
- Rättning av nationella prov.
- Föräldramöten.
- Kompetensutveckling som arbetsgivaren styr över.

Förtroendearbetstid för ferieanställda

Om du är ferieanställd har du också så kallad förtroendearbetstid. Det är arbetstid som arbetsgivaren inte styr över. Med andra ord tid som du själv avgör när, var och till vilka arbetsuppgifter den används. Enskilt för- och efterarbete är det huvudsakliga innehållet men spontana elev- och vårdnadshavarkontakter samt egen utveckling nämns i flera avtal. Kolla i ditt avtal vad som gäller för dig.

Som ferieanställd har du cirka 400 timmar förtroendearbetstid på ett år för en heltid. Det finns ingen siffra på hur många du ska använda per vecka.

HAR DU FÖR HÖGA KRAV PÅ DIG SJÄLV?

Fundera på om allt du gör på eget initiativ verkligen är nödvändigt. Kanske har du högre krav på dig själv än vad rektorn har? Diskutera detta med din rektor.



Arbetsmiljön är en viktig förutsättning

Som ny lärare är det mycket att tänka på. Men en sak är viktigare än allt annat – din arbetsmiljö. En god arbetsmiljö är en förutsättning för att du ska kunna göra ett bra jobb på sikt.

Vad handlar arbetsmiljö om?

Arbetsmiljö kan innebära många olika saker. Det kan exempelvis handla om stress och arbetsbelastning, men också om ventilation och ljudnivåerna i klassrummet eller i förskolelokalerna. På Sveriges Lärares webbplats kan du läsa mer om arbetsmiljö under menyrubriken "Råd och stöd". Där har vi samlat mängder av fakta kring vad som gäller i olika aspekter av ämnet.

Arbetsgivaren har ansvaret för arbetsmiljön

Det är arbetsgivaren som har huvudansvaret men även du själv som medarbetare har ett ansvar att medverka i arbetsmiljöarbetet. Det handlar om att följa rutiner, påtala fel och brister samt samarbeta i arbetsmiljöarbetet.

Du är inte ensam!

När man är ny på jobbet är det lätt att ha höga krav på sig själv. Vänd dig till dina kollegor och rektor för stöd och råd. Upplever du att din arbetsmiljö är ett problem och att chefen inte lyssnar är det en god idé att kontakta ditt skydds- eller arbetsplatsombud som kan vägleda dig vidare i vad som gäller och hur du ska agera.

Tips!

8 FRISKFAKTORER FÖR ARBETSPLATSER MED LÅG SJUKFRÅNVARO

1. Ett närvarande, tillitsfullt och engagerat ledarskap.
2. Delaktighet och möjlighet att påverka beslut.
3. En välutvecklad kommunikation och feedback.
4. Ett välfungerande systematiskt arbetsmiljöarbete.
5. Ett välfungerande rehabiliteringsarbete.
6. En rättvis och transparent organisation.
7. Kompetensutveckling och möjlighet till anpassning samt byte av arbetsuppgifter.
8. Prioritering av arbetsuppgifter vid hög arbetsbelastning.

Friskfaktorerna ovan bygger på forskning kring arbetsmiljö där man identifierat vad som kännetecknar arbetsplatser med låg sjukfrånvaro.



HUR KAN MAN FRÄMJA FRISKA ARBETSPLATSER?
Scanna QR-koden för att läsa mer.



VILKA FRISKFAKTORER ÄR MEST RELEVANTA FÖR DIN ARBETSPLATS?
Scanna QR-koden för att läsa mer och ladda ner ett smart arbetsverktyg.

Att vara medlem

Ny på jobbet. Men med 300 000 kollegor i ryggen!

Sveriges Lärare är landets största akademikerförbund. 300 000 lärare har gått samman för att gemensamt förhandla och påverka skolan som arbetsplats. Det är medlemmarna som är Sveriges Lärare.

Kollektivavtalet

Kollektivavtal är en överenskommelse om dina villkor och rättigheter på arbetsplatsen, ett avtal mellan din arbetsgivare och ditt fackförbund, Sveriges Lärare. Jobbar du på en arbetsplats med kollektivavtal så vet du att det finns bra villkor när det gäller lön, anställningsform, arbetstid, semester, uppsägningstid och mycket annat.

Det här får du

Tack vare kollektivavtalet har du och dina kollegor en bra grundtrygghet med bra anställningsvillkor som inte kan försämras hursomhelst. Som medlem får du bland annat:

- Rätt till årlig löneöversyn och saklig lönesättning.
- Rätt till övertidsersättning.
- Schyst tjänstepension.
- Försäkring om du blir sjuk eller skadad på jobbet.
- Rätt till information och inflytande.
- Möjlighet att ha ferietjänst.
- Ersättning för obekväm arbetstid.

Bra villkor är ingen självklarhet

Lagstiftningen ger dig en miniminivå för trygghet. Kollektivavtalen bygger på med bättre villkor. Många saker som ses som självklara på arbetsplatsen är faktiskt inga rättigheter utan kollektivavtalade villkor.

Ombud på arbetsplatsen

Våra arbetsplatsombud driver medlemmarnas frågor på arbetsplatsen och ser till att lagar och avtal följs i dialog med chefen. Skyddsombuden representerar dig i arbetsmiljöfrågor.

Välkommen att engagera dig!

Som medlem kan du också engagera dig och påverka Sveriges Lärare. Det finns många sätt att engagera sig: på arbetsplatsen, i föreningen eller nationellt. Läs mer på sverigeslarare.se/organisation

KÄNNER DU INTE DITT OMBUD?

Hör av dig till din förening eller till Sveriges Lärares kansli på 010-400 40 40 eller sverigeslarare.se/kontakt



Dina medlemsförmåner

Här har vi samlat några av de förmåner våra medlemmar brukar uppskatta mest.



Facklig vägledning på telefon och via vår webb

Sveriges Lärare kan svara på frågor om det mesta som rör dina rättigheter på jobbet. Från kollektivavtal till anställningsavtal, arbetsmiljö, sjukskrivning, föräldraledighet och uppsägning. Det behöver inte vara dramatiskt för att kontakta oss och vi vidtar inga åtgärder om du inte vill.

Kontakta oss på 010-400 40 40 eller sverigeslarare.se/kontakt



Förmånliga medlemsförsäkringar från Lärarförsäkringar

Som ny yrkesverksam medlem blir du automatiskt försäkrad hos Lärarförsäkringar. De första tre månaderna är gratis och sedan betalar du en försäkringspremie. Självklart kan du när som helst säga upp försäkringarna. Lärarförsäkringar ägs av Sveriges Lärare och drivs utan vinstsyfte, allt för att du ska vara trygg.

Detta ingår i försäkringspaketet:

- Olycksfallsförsäkring.
- Sjukförsäkring.
- Livförsäkring.
- Hemförsäkring.
- Dessutom: Kostnadsfri pensionsrådgivning.

Läs mer på lararforsakringar.se



Inkomstförsäkring ingår i medlemskapet

I Sveriges Lärares medlemskap ingår en inkomstförsäkring som kan toppa upp a-kassan om du är mellan jobb. Det kan bli många extra tusenlappar i plånboken. För att ta del av inkomstförsäkringen behöver du vara med i en a-kassa.

Läs mer på sverigeslarare.se/inkomstforsakring



Fyll på energi med våra föreläsningar

Varje termin bjuder vi in högaktuella föreläsare som engagerar och inspirerar i ämnen som är lärorika för alla – men särskilt för dig som är lärare.



Medlemsrabatter och erbjudanden på allt från resor och träning till elektronik och böcker.

Listan över våra medlemsförmåner är lång och handlar om allt från fackligt stöd till inspiration och olika rabatter. Se alla medlemsförmåner på sverigeslarare.se/medlemsformaner



GÅ MED IDAG!

Som medlem i Sveriges Lärare är du med och ger vår yrkeskår en ännu starkare röst. Du får också tillgång till en rad medlemsförmåner och ett prisvärt medlemskap.



Nätverk för nya lärare

Nätverk för nya lärare är en grupp på Facebook där du kan prata med kollegor som också jobbar sina första år i yrket. Vi ordnar också uppskattade nätverksträffar. Gruppen är öppen för alla nya lärare, inte bara för våra medlemmar.

Exempel på ämnen som vi diskuterar:

- Hur ser ett rimligt schema ut?
- Är min arbetstid okej?
- Hur kan jag få bättre kontakt med min klass eller barngrupp?



Missa inte Lektionsbanken!

En plats där lärare inspirerar varandra med sina bästa tips, till exempel lektionsidéer på lektionsbanken.se

Baksidan med att bli medlem? Det finns ingen.

Fem goda skäl att bli medlem i Sveriges Lärare

1. Bättre villkor för alla lärare.
2. Förhandlingshjälp och personlig rådgivning.
3. Inkomstförsäkring.
4. Lönecoachning och lönestatistik.
5. Rabatter och erbjudanden.

Inte medlem än? Bli det redan i dag för trygghet, påverkan och facklig kraft.

sverigeslarare.se/blimedlem

Sveriges  Lärare