



Omställning till digital distansundervisning

Enkät till undervisande personal 2020

Analys av öppna svar

Innehåll

Introduktion	2
Fråga 2. Bedriva digital distansundervisning.....	3
Fråga 3. Information.....	6
Fråga 4. Digitala verktyg.....	8
Fråga 5. Stöd digitala verktyg	10
Fråga 6. Pedagogiskt stöd.....	12
Fråga 7. Behov av pedagogiskt/tekniskt stöd.....	15
Fråga 8. Examination	17
Fråga 9. Arbetsbelastning.....	19
Fråga 10. Negativ stress	21
Fråga 11. Ensamhet	24

Introduktion

Enheten för kvalitet och utvärdering skickade i maj 2020 ut två korta enkäter – en till universitets studenter på grund- och avancerad nivå och en till universitetets undervisande personal – i syfte att tillvarata erfarenheter av den hastiga omställningen till digital distansundervisning med anledning av rådande covid-19-pandemi. Enkätresultaten kan användas för kvalitetsutveckling av Uppsala universitets utbildningar.

Lärarenkäten innehåller elva frågor, varav tio med fasta svarsalternativ där respondenten även hade möjlighet att lämna en kommentar i anslutning till frågan i ett öppet svarsfält. I enkäten finns också en öppen fråga utan fasta svarsalternativ (fråga 7). Frågorna är brett och generellt formulerade för att ge en övergripande bild av den undervisande personalens erfarenheter av den nya undervisningssituationen.

Lärarenkäten riktar sig till undervisande personal och skickades ut till cirka 3 500 anställda inom befattningskategorier där undervisning förväntas vara en vanligt förekommande arbetsuppgift (vilket även omfattar doktorander). Enkäten var öppen från slutet av maj och tre veckor framåt. Enkäten besvarades av 963 personer, vilket motsvarar en svarsfrekvens på 28 %.

Följande sammanställningar av de öppna svaren utgör komplement till enkätens kvantitativa resultatrapport. Information om enkäterna och resultatrapporter finns tillgängliga på [Medarbetarportalen](#). Sammanställningarna bygger på tematiserade analyser av de kommentarer som den undervisande personalen har lämnat i anslutning till respektive fråga. Sammanställningarna redovisas fråga per fråga.

Totalt har drygt 4 000 kommentarer lämnats. Samtliga kommentarer har lästs och analyserats.

Kommentarerna har sorterats efter frågornas fasta svarsalternativ där kommentarerna för de svarsalternativ med flest antal svar redovisas först och sedan i fallande ordning (med undantag för mittenalternativen gällande vissa frågor där kommentarerna i stort speglar de teman som även förekommer i övriga svarsalternativ). För att underlätta redovisningen har extremalternativen slagits samman i sammanställningarna (exempelvis ”i hög grad” och ”i mycket hög grad”). I analyserna har huvudteman identifierats och redovisas i punktform samt i fet och kursiv stil. Nyanser av samma tema och tillhörande exempel redovisas i underpunkter där dessa varit utmärkande. Temana redovisas i ordning baserat på hur vanligen förekommande de är. Temana kompletteras i relevanta fall med belysande citat.

Fråga 2. Bedriva digital distansundervisning

2. I vilken grad anser du att du kunnat bedriva din digitala distansundervisning på ett tillfredsställande sätt?

Specificera gärna ditt svar (t ex vad har fungerat bra? Vad har fungerat mindre bra? Vad skulle behöva förändras? Hur har olika undervisningsformer fungerat?):

Svarsalternativ	Antal svar	Antal kommentarer
I mycket låg grad	14	9
I låg grad	36	26
I viss grad	304	221
I hög grad	428	238
I mycket hög grad	156	71
Vet ej/ej aktuellt	22	11
(tom)	3	1
Totalsumma	963	577

Lärarna hade i början av enkäten möjlighet att svara på och kommentera en fråga om de ansett att de kunnat bedriva sin digitala distansundervisning på ett tillfredsställande sätt. En majoritet (61 %) av lärarna har valt svarsalternativet ”i hög grad” eller ”i mycket hög grad” på frågan.

I nedanstående tematisering sammanfattas kommentarerna från de respondenter som valt dessa svarsalternativ.

- Enligt merparten av de mer positiva kommentarerna har det överlag **fungerat bra att undervisa via Zoom** (föreläsningar, seminarier, workshops, handledning, PBL, presentationer). Många anser att det fungerat förvånansvärt bra eller bättre än förväntat och ibland har det till och med fungerat bättre än tidigare. Att undervisa digitalt har dock fungerat bättre för viss typ av undervisning, och sämre för annan.
 - Många bra funktioner i Zoom, bl.a. ”break-out rooms”, ”waiting room” och delning av skärm.
 - Handledning tycks vara en undervisningsform som fungerat bra i Zoom.
 - Vissa typer av seminarier har fungerat bra (för vissa lärare har dock seminarierna fungerat sämre).
 - Mindre grupper anses fungera bra.
 - Dialog/diskussion upplevs mindre otvungen via Zoom, dock inte lika dynamisk.
 - Det är bra att man kan se namnen på studenterna, något som skapar bättre igenkänning.
- Många som anser att omställningen fungerat bra är sedan tidigare **vana med digital distansundervisning** (mycket av undervisningen går redan på distans sedan innan och att man använder väletablerade pedagogiska modeller för distansstudier, eller att läraren i fråga har erfarenhet av att undervisa på distans).
- Många moment har även ansetts **genomförbara utan allt för stora omställningar** (vissa moment anses till och med fungera bättre än tidigare), vilket till stora delar varit beroende av typen av undervisning eller grad av omarbetning som krävts.
- En annan vanlig uppfattning är att det har **fungerat bra under rådande omständigheter**, att det har blivit bättre över tid och att man fått bra feedback från studenterna (lärare och studenter har gjort gemensamma ansträngningar) eller att studenterna varit förstående.
- Många anser även att **tekniken och de digitala verktygen/systemen har fungerat bra**, inkluderat Zoom och Studium/Canvas.

- **Förinspelade föreläsningar och annat förinspelat material** har fungerat bra, och man har även fått positiv återkoppling från studenterna gällande detta.
- För somliga har det även fungerat **bra att arbeta hemifrån** (fungerande hemmakontor, uppkoppling etc.).

Respondenterna uppmanades även kommentera vad som i sammanhanget fungerat mindre bra. Bland dessa utmärks:

- **De praktiska momenten.** Många kommenterar att de haft problem att undervisa på/genomföra praktiska moment/övningar. Det anses svårt att ersätta/anpassa praktiska moment (såsom labbar, fältarbeten, exkursioner, kliniska övningar, etc.) till digitala övningar.
- **Brister/problem i undervisningen.**
 - Svårt att veta hur studenterna tar emot eller lär sig av den omställda undervisningen.
 - Svårt att veta om studenterna tar del av undervisningen (många har sina kameror avstängda i Zoom).
 - Studenterna upplever det svårt att hänga med i långa föreläsningar.
 - Studenter upplevs ha haft svårt att klara vissa gruppuppgifter när de inte kan träffa varandra (många uppger å andra sidan att gruppuppgifter överlag fungerat bra).
 - Studenter har ibland dålig kameraupplösning och ljudkvalitet eller saknar vana med Zoom.
 - Svårt att undervisa många studenter i Zoom.
 - Svårt med personkännedom vad gäller studenterna, svårt att lära känna studenterna utan social interaktion samtidigt som många upplever att det är svårt att fånga in studenter med låg motivation eller att motivera dem utan att möta dem. Det upplevs även ofta vara svårt att få feedback från studenterna.
 - Känsligt för tekniska problem (man är till exempel beroende av studenternas datorer, telefoner, internetuppkoppling, kamerakvalitet, ljudkvalitet, etc.).
- **Haltande gruppdynamik mellan studenter och med lärare.** Bristande interaktion/kontakt. En del studenter har blivit mer passiva, "det känns ibland som att man undervisar för sig själv". Vissa lärare tycker att undervisningen har blivit mer opersonlig, medan andra menar att det är tvärtom (framför allt p.g.a. att man se namnen i Zoom).
- **Problematiskt med examination,** exempelvis saltstentor som i all hast gjorts om till distans-/hemtentor, rättsosäkerhet, risk för mer fusk, frågorna riskerar att "mäta fel saker".
- **Ökad arbetsbelastning,** oavlönad tid, merarbete, mycket som skall göras med kort varsel, har inte varit förberedda för omställningen, svårt att förutse faktiska behov.
- **Bristande teknik/verktyg.**
 - Ritplattor behövs (svårt att skriva exempelvis ekvationer, whiteboards syns dåligt i Zoom).
 - Svajigt internet, dålig wifi, dålig internetuppkoppling (i hemmet eller på arbetet).
 - Vissa har varit tvungna att införskaffa viss teknik till hemmet eller göra anpassningar i hemmet för hemarbete.
- **Tröttsamt med digitala möten,** man blir trött av att zooma, det upplevs utmattande att undervisa en hel dag i Zoom.

Det kan även noteras att en stor del av de lärare som valt svarsalternativet "I mycket hög grad" uppger att de är vana vid distansstudier eller att undervisningen varit anpassad för digital distansundervisning. Många anger även att de under perioden i huvudsak har haft handledning, vilket anses ha fungerat bra på distans.

Nästan en tredjedel av lärarna har valt svarsalternativet **"i viss grad"**. Kommentarererna från dessa uppvisar i stor sett samma mönster som ovan med samma återkommande teman, dock något mer problemorienterade. Återkommande är **svårigheten att anpassa viss undervisning med många praktiska moment**, att **distansundervisningen inte förmår ersätta interaktion, interaktivitet, kontakt och samspel** studenter emellan och med lärare samt även att **omställningen krävt mycket resurser och mer förberedelser**. Många kommentarer är också mer **negativt inställda till Zoom**, funktioner i programmet eller möjligheten att läsa studenters uttryck och reaktioner. **Examination upplevs av många som problematisk**. Nedan följer några belysande citat på utmaningarna med omställningen:

"Lärarna har gjort ett fantastiskt jobb och zoom har funkade bra. Jag saknar centralt stöd, information om tex extra resurser för att kompensera för extra arbete, information på engelska etc."

"Det fungerade riktigt bra till en början, men successivt tyckte jag mig märka en ökande trötthet hos studenterna, med mindre interaktion och deltagande som följd. Detta trots att jag anpassat undervisningen efter situationen, med mer "flipped classroom"-upplägg och inte så mycket föreläsning/dylikt."

Den typ av kommentar som återkommer mest frekvent är att vissa moment fungerat bra, medan andra inte gjort det (framför allt praktiska moment), vilket belyses i följande citat:

"Föreläsningar fungerar ok, även om interaktion med studenter är inte möjligt på samma nivå. Problemen är med mer praktiska undervisningsmoment som fallstudier och datalabbar - bristen på kontakt kan orsaka situationer där studenter med olika bakgrund och förmågor får inte hjälpen de behöver. [...]"

Endast ett fåtal lärare har valt svarsalternativet **"i låg grad"** eller **"i mycket låg grad"**. Till de negativa kommentarererna hör bland annat att den specifika utbildningen eller utbildningsmoment inte lämpar sig för distansundervisning (exempelvis på grund av praktiska moment), att undervisning är en social aktivitet som kräver interaktion (ingen naturlig kontakt, svårt att läsa kroppsspråk), att distansundervisning är **"platt"** (svårt att ta del av responser när varken kamera eller mikrofon är på), man bör inte överföra campusföreläsningar till zoomföreläsningar rakt av (kräver annan pedagogik), Zoom fungerar inte, mycket merarbete, studenter tappar motivationen, kort omställningstid samt oro för teknikstrul.

Övrigt värt att notera

Hur hanterar man **"upphovsrätt"** (undervisningsunderlag som enskilda lärare tagit fram) när materialet är digitalt, nedladdningsbart och tillgängligt på nya sätt? Vem har rätt att återanvända materialet?

Fråga 3. Information

3. I vilken grad anser du att du fått tillräcklig information i samband med omställningen till digital distansundervisning?

Specificera gärna ditt svar (t.ex. vad har fungerat bra? Vad har fungerat mindre bra? Vad skulle behöva förändras? Var har den information du nåtts av kommit ifrån?):

Svarsalternativ	Antal svar	Antal kommentarer
I mycket låg grad	43	28
I låg grad	70	45
I viss grad	276	123
I hög grad	376	89
I mycket hög grad	167	60
Vet ej/ej aktuellt	27	11
(tom)	4	
Totalsumma	963	356

En majoritet av de svarande lärarna har valt svarsalternativen ”i hög grad” eller ”i mycket hög grad” på frågan om de fått tillräcklig information i samband med omställningen till digital distansundervisning.

Lärarna uppmanades i kommentarsfältet att specificera **var** den information som de fått kommit ifrån. I sammanhanget nämns vanligen universitetsledningen, studierektorer, prefekter, fakultets- eller institutionsledning, Medarbetarportalen, mejl-utskick samt e-lärandesidan på UU:s hemsida.

Nedan följer en sammanfattning av de kommentarer som lämnats av de respondenter som angivit att de anser att de fått tillräcklig information ”i hög grad” eller ”i mycket hög grad”:

- De flesta som valt dessa svarsalternativ specificerar sina svar med att de fått **snabb och bra information** från universitetet såväl centralt som mer lokalt.
 - Tydligt rektorsbeslut.
 - Bra och tydlig information på Medarbetarportalen.
- **Zoom-utbildningarna** som getts får mycket goda omdömen.
 - Bra Zoom-support.
- **God stöttning av kollegor.**
 - Lärarfika/lärardag med information och erfarenhetsutbyten.
 - Flera anordnade seminarier.
- **Stor mängd information** har skickats ut – svårt att hinna ta del av allt.
- **Snabb återkoppling** vid frågor från olika instanser.
- Många har **letat själva** och hittat bra webbaserat instruktionsmaterial, t.ex. om Zoom.
- Några prefekter nämns som mycket hjälpsamma med informationsflödet.

Ett belysande citat: ”Det har fungerat bra med tanke på omständigheterna.”

Nedan följer en sammanfattning av de kommentarer som lämnats av de respondenter som angivit att de anser att de fått tillräcklig information ”i låg grad” eller ”i mycket låg grad”:

- Den vanligaste typen av kommentarer relaterade till dessa två svarsalternativ rör att **informationen har varit för knapphändig, och kommit för sent**, d.v.s. för nära inpå själva undervisningsmomenten.
 - Den första informationen som kom var inte tydlig nog.
- Många har nåtts av informationen **att** de förväntas ställa om till digital distansundervisning, men **för lite eller ingen information om hur** det skulle gå till.
- **För sena besked** gällande formen på undervisningen under höstterminen.
- Information har saknats om hur man ska kunna **examinera på distans**.
- Bristande eller avsaknad av **information på engelska**.
- Flera nämner att de fått hitta **egna lösningar** p.g.a. avsaknad av centrala direktiv, eller för otydliga direktiv.
 - Problem/situationer löst med hjälp av kollegor.
 - Flera har fått söka och hitta information själva.

De lärare som valt svarsalternativet ”i viss grad” (en dryg tredjedel) specificerar sina svar enligt liknande teman som redan nämnts för svarsalternativen ”i låg grad” och ”i mycket låg grad”. Några ytterligare vanligt förekommande kommentarer:

- Flera som specificerat sina svar i relation till svarsalternativet ”i viss grad” skriver att de har **förståelse** för att informationen inte var optimal då allt gick mycket fort, och att en extrem situation uppstod.
- Andra nämner att de **inte hade tid** att delta i de informationstillfällen som gavs, eller ta del av den stora informationsmängden som skickades ut via olika kanaler.
- **Otydliga direktiv**. Att det inte funnits tillräckligt tydliga direktiv från centralt håll har gjort att olika fakulteter och institutioner funnit egna, varierande lösningar (vilket möjligen kan upplevas som orättvist av studenter).
- **Förberedelse**. Vissa lärare nämner att de hade erfarenhet av distansundervisning sedan tidigare och behövde därmed inte lika mycket information.
 - Vissa lärare förberedde sig redan innan beslutet kom och behövde därmed inte lika mycket information.

Övrigt värt att notera

Flera lärare nämner att de gått med i Facebook-grupper som varit till god hjälp i det praktiska och pedagogiska handhavandet med att undervisa på distans.

Fråga 4. Digitala verktyg

4. I vilken grad anser du att de digitala verktyg som du använt i undervisningen fungerat på ett tillfredsställande sätt?

Specificera gärna ditt svar (t.ex. vad har fungerat bra? Vad har fungerat mindre bra? Vad skulle behöva förändras? Hur har olika digitala verktyg fungerat, t.ex. Zoom, Studentportalen och/eller Studium/Canvas?):

Svarsalternativ	Antal svar	Antal kommentarer
I mycket låg grad	17	11
I låg grad	22	12
I viss grad	197	103
I hög grad	499	194
I mycket hög grad	200	87
Vet ej/ej aktuellt	20	5
(tom)	8	5
Totalsumma	963	417

Majoriteten (73 %) av de svarande lärarna har angivit att de digitala verktygen fungerat på ett tillfredsställande sätt ”i hög grad” eller ”i mycket hög grad”.

Nedan följer en sammanfattning av de kommentarer som lämnats av de respondenter som valt något av dessa två svarsalternativ.

- **Zoom.** Den vanligaste typen av kommentarer relaterade till dessa två svarsalternativ rör att verktyget Zoom har fungerat mycket bra. Flera skriver att det fungerat ”över förväntan” att använda Zoom i den digitala distansundervisningen.
 - Zoom är intuitivt och enkelt att använda.
 - Zoom integrerat i Studium fungerar bra.
 - ”Break-out rooms” och handuppräkningsfunktionen i Zoom upplever många fungerar bra.
- Även lärplattformarna **Studentportalen** och **Canvas/Studium** får flera goda omdömen.
 - Studentportalen är ett för många bekant verktyg som fungerar stabilt.
- Att lägga **inspelade föreläsningar** på YouTube som olistade filer har fungerat bra.
- Flera av respondenterna är inne på att verktygen i sig fungerar bra, men att det krävs **anpassningar i undervisningsformerna** för att det ska resultera i god undervisning.
 - Föreläsningar och seminarier fungerar bra att hålla i Zoom, men det är sämre med praktiska moment.
 - Vissa upplever att man får sämre kontakt med studenterna vid online-undervisning.
- Vissa skriver att en del **tekniska problem** förekommit i Zoom, som t.ex. förlorad kontakt eller dålig överföring av ljud/bild. Vissa studenter har haft problem med dåliga uppkopplingar och dåliga mikrofoner.

Ett belysande citat:

”Använder Zoom och det har fungerat över förväntan. Dock krävs det mer engagemang av mig som lärare för att få igång diskussioner och vidmakthålla aktivering av studenterna”.

Det är även ett relativt stort antal som valt svarsalternativet ”**i viss grad**” som har valt att specificera sitt svar. De lärare som valt detta svarsalternativ specificerar sina svar enligt liknande teman som redan nämnts för svarsalternativen ”i hög grad” och ”i mycket hög grad”. Några ytterligare vanligt förekommande kommentarer:

- **Zoom**. Flera anser att undervisning i Zoom för större grupper fungerar sämre, och att Zoom inte kan ersätta undervisning på campus.
 - Så här skriver en lärare:
”Zoom är inte ett e-lärandeprogram.”
 - Det är ett problem att man inte kan se alla studenter samtidigt i Zoom, och det fungerar sämre när studenter väljer att ha kameran avstängd.
 - En omröstningsfunktion (”polling”) saknas i Zoom och efterfrågas.
 - Vissa har upplevt problem med ”break-out rooms” i Zoom.
- Flera lärare påpekar att de i vissa fall saknat **relevant utrustning i hemmet** för att kunna bedriva distansundervisning på ett bra sätt (t.ex. tillräckligt snabba datorer, externa skärmar, headset).
- Vissa efterfrågar **UU-licenser** för önskvärda programvaror, som t.ex. Padlet, Mentimeter, samt mjukvaror för att redigera inspelade föreläsningar.
- **Canvas/Studium** fungerar bra, men det är inte så många som hunnit sätta sig in i och använda sig av detta system.
- **Adobe Connect** (pro) hade fördelar som Zoom saknar, exempelvis en ”vita tavlan-funktion”.
- Urkundskontrollen i **Inspira** fungerar dåligt (kan innebära problem med rättssäkerheten).

Nedan följer en sammanfattning av de kommentarer som lämnats av de respondenter som angivit att de anser att de digitala verktygen fungerat tillfredsställande ”**i låg grad**” eller ”**i mycket låg grad**”:

- Zoom har **säkerhetsproblem**.
- **Utrustningen hemma** är inte anpassad för online-undervisning (se även ovan). Detta gäller även ergonomi.
- **De digitala verktygen kan aldrig ersätta fysiska möten**.
- Det har **tagit tid att behöva mejla studenter**.

Ett belysande citat:

”Att digitalisera undervisning är inte att maila pdf:er och samtala via Zoom. Det kräver helt ny studentaktiverande undervisning.”

Fråga 5. Stöd digitala verktyg

5. I vilken grad anser du att du fått ett tillfredsställande stöd gällande de digitala verktyg du använt i din undervisning?

Specificera gärna ditt svar (t.ex. vad har fungerat bra? Vad har fungerat mindre bra? Vad skulle behöva förändras?):

Svarsalternativ	Antal svar	Antal kommentarer
I mycket låg grad	48	29
I låg grad	93	54
I viss grad	264	104
I hög grad	325	78
I mycket hög grad	125	34
Vet ej/ej aktuellt	98	36
(tom)	10	3
Totalsumma	963	338

I svarsfördelningen finns en övervikt mot personer som är nöjda med det stöd de fått gällande de digitala verktygen.

Nedan följer en sammanfattning av de kommentarer som lämnats av de respondenter som angivit att de anser att de fått ett tillfredsställande stöd gällande de digitala verktygen ”i hög grad” eller ”i mycket hög grad”:

- **Stöd gällande Zoom.**
 - Många nämner att de fått ett gott stöd från instruktionsvideor om framförallt Zoom, men även Studium, som funnits tillgängliga på universitetets medarbetarportal.
 - Många har deltagit i (och uppskattat) de onlinekurser/webinarier som getts om Zoom.
 - Zoom-supporten får goda omdömen.
- Många skriver att de framförallt fått stöd och **goda tips från kollegor** om verktygen.
- **Inspira-supporten** nämns också som ett gott stöd (två uppskattade personer nämns vid namn några gånger).
- Några har fått support från **e-lärandeenheten**.
- **MedFarmDoIT** och **MedFarm play** nämns som hjälpsamma.

Ett belysande citat:

”Kurser finns och bra manualer finns. Att alla lär sig nu gör också att lärare/forskare/studenter hjälper varandra. Framförallt behövs dedikerad betald tid för fortbildning för undervisande personal. Många lägger mycket tid på kvällar/helger eller tid som skulle gått till annat på att arbeta med övergången till distansundervisning.”

De lärare som valt svarsalternativet ”i viss grad” specificerar sina svar enligt liknande teman som redan nämnts för svarsalternativen ”i hög grad” och ”i mycket hög grad”. Några ytterligare vanligt förekommande kommentarer:

- **Tid att lära sig.** Det finns gott om workshops och manualer, men man måste ha tid för att sätta sig in i allt.
 - Flera skriver att de inte haft tid att delta i kurser.
- Det finns bra stöd på **UU:s webbsidor** om olika tekniker.

- De lärare som hade **goda grundkunskaper** innan omställningen har inte haft något behov av stöd. Ett citat: "Jag är självlärd."
- Det har förekommit **problem med att få tag på IT-avdelningen**, då de i perioder varit överbelastade.
- Några skriver att det **finns support för mjukvarorna som behövs, men inte för den tekniska hårdvaran**, som mikrofoner, kameror, etc.

Ett belysande citat:

"Detta svar behöver egentligen delas upp på två delar. Jag anser att jag fått stort och tillräckligt stöd för att använda de digitala verktygen, men vi har inte tillgång via arbetet till mobiltelefoner, bärbara datorer eller "plattor" utan det bygger på att vi använder våra privata datorer och mobiler. Med andra ord så har vi egentligen haft relativt dåliga förutsättningar via arbetsplatsen att arbeta digitalt och att göra det hemifrån."

Nedan följer en sammanfattning av de kommentarer som lämnats av de respondenter som angivit att de anser att de fått ett tillfredsställande stöd gällande de digitala verktygen "i låg grad" eller "i mycket låg grad":

- **Brist på stöd.** Många som valt något av dessa svarsalternativ uppger att de fått lite eller inget stöd överhuvudtaget.
 - Undervisning i Zoom har inte erbjudits.
 - Generellt svagt stöd från UU centralt.
 - Svagt stöd från institutionen.
 - Många skriver att de fått lösa och lära sig det mesta själva. "Learning by doing" och "trial-and-error".
 - Tips har kommit från kollegor, lärarmöte på institutionen, och för vissa från Facebook-grupper.
- Stödet har enligt vissa endast bestått av hänvisning till **svårförstådda manualer**.
- **Tillgång till utrustning.** Många lärare har inte blivit försedda med den tekniska utrustning som krävs, utan de har antingen behövt använda privat utrustning, eller blivit utan (det gäller exempelvis headset).
 - Låg teknisk support/hårdvarusupport.

De flesta respondenter som valt svarsalternativet "Vet ej/ej aktuellt" specificerar sitt svar med att de inte har behövt och därmed inte sökt något stöd gällande de digitala verktygen.

Fråga 6. Pedagogiskt stöd

6. I vilken grad anser du att du fått ett tillfredsställande pedagogiskt stöd vid omställningen av den undervisning du bedriver?

Specificera gärna ditt svar (t ex vad har fungerat bra? Vad har fungerat mindre bra? Vad skulle behöva förändras? Vilket behov du haft av pedagogiskt stöd? Vilket stöd du tagit del av?):

Svarsalternativ	Antal svar	Antal kommentarer
I mycket låg grad	99	49
I låg grad	197	90
I viss grad	288	100
I hög grad	195	52
I mycket hög grad	59	19
Vet ej/ej aktuellt	123	46
(tom)	2	
Totalsumma	963	356

En stor andel av lärarna (31 %) har valt alternativen ”i låg grad” och ”i mycket låg grad” på frågan om de fått ett tillfredsställande pedagogiskt stöd. Nedan följer en tematiserad sammanfattning av de kommentarer som lämnats av de respondenter som angett något av dessa svarsalternativ.

- Den vanligaste kommentaren är i detta sammanhang att många upplever att det **inte funnits något pedagogiskt stöd**.
 - De svarande känner inte till något pedagogiskt stöd över huvud taget, eller vet inte vart de skall vända sig, man har inte sökt stöd aktivt.
 - Största delen självhjälp.
 - Viss hjälp från kollegor.
 - Bristande pedagogiskt upplägg.

”Pedagogiken är verkligen det som inte fungerat. Många tycks tro att man bara kan sätta sig framför en kamera och prata på och så har man undervisat. Det har talats om att dokumentera erfarenheterna och samla dem för att kunna dra lärdomar av vad som varit.”
- **Stödet upplevs som bristande**.
 - Stödet har varit bristfälligt med avseende på uteblivna resurser/ersättning för omställning.
 - Fått en del tips och stöd, men långt från tillräckligt.
 - Avsaknad av stöd om hur omställningen påverkar lärande och hur man kan lära ut på bästa sätt (pedagogiskt upplägg).
 - Det centrala stödet upplevs som bristande (ovanför institutionsnivå).
 - Dåligt erfarenhetsutbyte från utbildningar som är vana med digital distansundervisning.
- **Brist på tid att söka stöd** då den hastiga omställningen krävt mer tid och större arbetsbelastning. Har inte haft möjlighet att aktivt söka stöd.
- Några har även kommenterat att de har **erfarenhet av digital- eller distansundervisning sedan tidigare** och därmed har de inte behövt något stöd.

Flera lärare (30 %) har valt svarsalternativet ”**i viss grad**”. I merparten av kommentarerna som respondenterna har lämnat i anslutning till detta svarsalternativ betonas **det kollegiala stödet, brist på tid** att söka stöd (information finns, men tid saknas), **erfarenhet** av digital distansundervisning sedan tidigare samt **eget ansvar** med bland annat egen informationsökning, ”trial and error”, improvisation och ”do-it-yourself”.

En lärare uttrycker problematiken på detta sätt:

”Till skillnad från digitala verktyg är det inte lika lätt att bara plocka upp en ny pedagogisk metod och börja använda. Det har varit ett större problem än verktygen - att på kort tid förändra upplägget på en kurs och anpassa material och aktiviteter på ett bra sätt för studenterna. Jag tror att brister vi sett under vårterminen i större utsträckning beror på behovet att ändra pedagogiken än att använda digitala verktyg (eller att göra det på distans, för den delen).”

Drygt var fjärde lärare (26 %) har valt något av svarsalternativen ”**i hög grad**” eller ”**i mycket hög grad**” på frågan om de fått ett tillfredställande pedagogiskt stöd vid omställningen av den undervisning de bedriver.

- Merparten av kommentarerna i relation till dessa två svarsalternativ berör ett **bra kollegialt stöd och kollegiala samtal**.
 - Bra samarbete och erfarenhetsutbyte inom lärargruppen/kollegiet vad gäller det pedagogiska (vad som fungerat bra och mindre bra, man har försökt lära av varandra). Lärarlagsarbetet har fungerat bra. Bra tips och stöd från erfarna kollegor. Kreativa kollegor.
 - Stor samverkan mellan personal med olika kompetens (exempelvis av digital undervisning och distansundervisning). Har arbetat mot ett gemensamt mål inom kollegiet (verkat stärkande).
 - Bra informellt kunskapsutbyte vid luncher/fika/i korridorerna. Mestadels informell hjälp från kollegor.
 - Regelbundna möten i lärarkollegier.
- Vad som också återkommer är **bra ledningsstöd**, framför allt från studierektorerna (både administrativt och pedagogiskt), men även från lyhörda chefer.
- En del lärare nämner även att den **snabba omställningen** inneburit vissa ansträngningar, exempelvis att man inte hunnit ta del av allt stöd på grund av snabb omställning och ökad arbetsbelastning, eller att man haft ont om tid generellt.
- **Stöd som upplevs ha fungerat bra**.
 - Bra information och tips på MP (exempelvis YouTube-filmerna om hur man spelar in föreläsning med ljud till Powerpoint).
 - Zoom-seminarier/kurser/genomgångar och Zoom-support.
 - Bra stöd från Uppsala Learning Lab (ULL) (både tekniskt och pedagogiskt), MedfarmDoIT, TUR och MINT och UP.
 - God och snabb hjälp från helpdesk.

Ett förhållandevis stort antal lärare har valt svarsalternativet ”**vet ej/ej aktuellt**”. Merparten av de som valt detta alternativ och också lämnat en kommentar har angett att de inte varit i behov av något stöd.

Respondenterna uppmanades även att ange **vilket behov** de haft av pedagogiskt stöd. Nedan följer några exempel:

- Mer hjälp med Inspira och verktyg som kan användas vid hemtentamen.
- Onlinekurser om undervisning och examination på distans.
- Stöd vid examination.
- Erfarenhetsdelning om den digitala inlärningsprocessen samt tips på vad man kan och inte kan/ska göra.
- Konkreta manualer om hur man skall anpassa undervisningen
- Pedagogisk mentor att bolla utmaningar med.
- Benchmarking med andra lärosäten, "best practice".
- Obligatorisk fortbildningsdag.

Fråga 7. Behov av pedagogiskt/tekniskt stöd

7. Vid eventuell fortsatt digital distansundervisning, vilket pedagogiskt och/eller tekniskt stöd skulle du då behöva?

Till skillnad från övriga frågor i enkäten finns inga fasta svarsalternativ i anslutning till fråga 7, utan respondenterna fick här möjlighet att svara på en öppen fråga rörande vilket pedagogiskt och/eller tekniskt stöd de skulle behöva vid en eventuell fortsatt digital distansundervisning. Det är 573 respondenter som har valt att skriva ner ett svar.

Nedan följer en tematiserad sammanfattning av dessa svar.

Pedagogiskt stöd

- **Stöd för hur undervisning skall läggas upp** eller för guidning av passande pedagogiska former och metoder:
 - Hur bör man lägga upp undervisningen? Hur lång skall en föreläsning vara? Hur tas undervisningen emot av studenterna? Hur hitta/göra bra övningar? Hur leda frågestunder? Hur interagera med studenterna på bästa sätt? Hur skapa sammanhållning bland studenterna? Hur motivera studenterna i längden?
 - Stöd och förslag gällande hur man undervisar praktiska moment på distans.
 - Samlad information om pedagogiska aspekter av digital distansundervisning.
 - Tips och verktyg för att göra den digitala distansundervisningen mer dynamisk.
 - Lättillgängliga pedagogiska tips och tricks.
- **Utbildning/ fler kurser i digital distansundervisning**, kurser med pedagogisk personal med erfarenhet av distansundervisning.
- **Löpande fortbildning** gällande pedagogiska och didaktiska aspekter.
- **Forum för diskussion** av pedagogiska aspekter vid distansundervisning.
- **Examinationsstöd**, exempelvis tips om hur man skall utforma hemtentamina, hur man gör examination rättssäker (även stöd med tekniska verktyg för examination, se nedan), hur examinera praktiska moment.
- **Förstärkta lärarresurser** (lärarassistenter, labbassistenter som kan hoppa mellan break-out rooms).
- **Riktlinjer kring pedagogik vid distansundervisning.**
- **Hur man hanterar inaktiva, tysta studenter** och hur man engagerar dem.
- **Förstå varför många studenter inte tar del av föreläsningar** som spelats in och lagts upp.
- **Stöd i hur man bäst kan hjälpa studenter med extra behov och/eller funktionsvariation** (koncentrationssvårigheter, dyslexi, neuropsykologiska diagnoser etc.).
- **Kurs/introduktion för studenterna** hur det är att eller/och hur man ska läsa på distans, information för studenter (hur förbereda sig tekniskt och hur hantera/uppföra sig i Zoom).

Tekniskt stöd

- **Instruktionsvideor och workshops** gällande digitala verktyg.
- **Kännedom om vilka tekniska verktyg och plattformar som finns tillgängliga** vid universitetet.
- **Bättre och utförligare manualer.**

- **Fler hjälpmedel**, framför allt möjlighet att skriva/rita (exempelvis skrivplattor), men även tillgång till kameror, headset, laptops (för de med stationära datorer) samt fler undervisningssalar anpassade för digital distansundervisning. Även enstaka kommentarer om drönare, dokumentkamera och videokonferenskamera ("termos").
- Bättre och större **tillgång för lärare till egen eller bokningsbar utrustning** (t.ex. ritplattor, professionella kameror och mikrofoner, dokumentkamera etc.).
- **Tillgång till tekniska verktyg och plattformar hemifrån.**
- **Fler digitala resurser för undervisning**, programvara med stor variation och anpassningsbar funktionalitet.
- **Utbildning i inspelning av föreläsningar**, kurser i hur man klipper i film för att variera inspelningar.
- **Professionella verktyg för inspelning och redigering av video/film** (bild, ljud, ljus etc.). Licens för professionella videoredigeringsprogram.
- **Instruktioner för pedagogiska verktyg i Zoom**, instruktioner för att hantera stora studentgrupper och break-out rooms.
- **Examination.**
 - System för identitetskontroll för mer rättssäkra examinationer och mindre fusk.
 - Automatiska examinations- och rättningsverktyg (självgenererande frågor och rättning).
 - Verktyg/system för att hantera distanstentor (så lika salstentor som möjligt).
 - Hjälpt att komma igång med Inspira.
 - Tekniskt stöd vid och under examination.
 - Support för disputation.
 - Verktyg/system för examination av praktiska moment
- **Hur gå över till Studium från Studentportalen**, eventuellt ytterligare kurs i Studium.
- **Kontroll.** Kunna se till att studenterna har kamerorna på, funktion för att kunna registrera närvaro.
- **Stöd för "Scalable Learning".**
- **Bokningsbar IT-coach** (det tar mycket tid att sätta sig in i tekniken), lokalt tekniskt stöd för inspelning av föreläsningar (bra ljud och ljus), tillgänglig IT-konsult.
- Fortsatt **snabbt stöd vid teknikproblem?**
- **Plattform för mingel och diskussion** på mer informell basis.
- **Stöd med H5P plugin** för Canvas

Allmänt/andra typer av stöd

- **Mer tid** till att förbereda/ställa om/göra om föreläsningar/seminarier/labbar etc.
 - Timersättning för merarbete, mer konterad tid till förberedelse.
- **Klara besked centralt** från universitetet om vad som gäller.
- **Pedagogisk mentor**, rådgivare på institution eller motsvarande.
- Mer **individuellt stöd via telefon eller Zoom.**
- **Råd gällande arbetsmiljö/ergonomi i hemmet** samt hjälp med arbetsmöbler i hemmet.
- Diskussion om **hur man hanterar/bemöter nybörjarstudenter.**
- Hur hanterar man **personlig integritet och kränkningar** av densamma?
- Hitta **gemensamma former och verktyg** för undervisning.

Fråga 8. Examination

8. I vilken grad anser du att examinationsmomenten fungerat på ett tillfredsställande sätt?

Specificera gärna ditt svar (t.ex. vad har fungerat bra? Vad har fungerat mindre bra? Vad skulle behöva förändras?):

Svarsalternativ	Antal svar	Antal kommentarer
I mycket låg grad	48	32
I låg grad	110	70
I viss grad	265	143
I hög grad	214	75
I mycket hög grad	75	43
Vet ej/ej aktuellt	243	60
(tom)	8	3
Totalsumma	963	426

Många av de svarande lärarna har angivit att examinationsmomenten fungerat tillfredsställande "i viss grad", och en knapp tredjedel har valt svarsalternativen "i hög grad" eller "i mycket hög grad".

Nedan följer en tematiserad sammanfattning av de kommentarer som lämnats av de respondenter som angivit att de anser att examinationsmomenten fungerat tillfredsställande "i **låg grad**" eller "i **mycket låg grad**":

- **Fusk.** Den absolut vanligaste typen av kommentarer relaterade till dessa två svarsalternativ rör att det är svårt att stävja fusk, kontrollera att studenterna inte fuskar vid examinationsmomenten, och att examinationer på distans inte är rättssäkra.
 - Det är mycket svårt att säkert veta vem som verkligen utför examinationsuppgiften.
 - Alternativ till salsskrivningar med höga säkerhetskrav saknas.
 - Att försöka stävja fusk med olika metoder har varit både tids- och resurskrävande.
 - Otydliga regelverk gör att vissa studenter kommer undan med att fuska.
- **Riktlinjer.** Flera lärare skriver att de hade önskat riktlinjer, rekommendationer eller instruktioner till hur de digitala examinationsmomenten bör gå till ("Alla gör olika."). Bättre samordning hade önskats.
 - Tid för att testa och utvärdera olika examinationsmetoder har saknats.
- Att **skapa och rätta hemtentor** har varit mer tidskrävande, men utan ökad ersättning för arbetsinsatsen.
- **Svårare att examinera på distans.**
 - Vissa ämnen upplevs som svårare att examinera på distans, som språk eller matematik där faktakunskap efterfrågas (enkelt att snabbt söka reda på svaren).
 - Praktiska moment och uppsatsventileringar fungerar sämre att examinera på distans.
- Några påpekar att **Zoom** inte är anpassat för distansexamination, och att det digitala examinationsverktyget **Inspera** är krångligt att använda.

De lärare som valt svarsalternativet "i **viss grad**" specificerar sina svar enligt nedanstående sammanfattning:

- Flera anser att examinationsmomenten fungerat acceptabelt, men att kvaliteten ändå dragits ned. Det har **inte varit optimalt**.

- Problem med att garantera **rättssäkerheten** lyfts fram, och att mycket av fokus legat på att stävja eller hantera fusk. Så här skriver en lärare:
”Det är jättesvårt att examinera rättssäkert. Här vill jag få mer utbildning.”
- Man upplever sig ha fått **lite eller inget stöd** kring övergången till examination på distans.
- UU:s ordinarie **tentavakter** efterfrågas, då många lärare själva fått agera tentavakter, vilket varit tidsödande.
- Examinationsformerna fick **ändras med kort varsel** (”Brist på tid att tänka om.”), och har krävt en **större arbetsinsats**, t.ex. gällande längre rättningstider av skriftliga inlämningsuppgifter och omfattande resonerande hemtentamenfrågor. Flera muntliga moment har bytts ut till skriftliga.
 - Det har dock varit positivt med frågor av mer problemlösande karaktär.
- Det **varierar hur väl olika moment låter sig examineras på distans**, t.ex. är det svårt med laborationer, VFU och salstentamina. Seminarier fungerar sämre i Zoom än vid fysiska träffar.
- Upplevelsen av hur väl **Inspira** fungerar varierar, några tycker det är bra och modernt, andra att det är krångligt och inte självförklarande.

Det är många svarande som valt svarsalternativen ”**i hög grad**” eller ”**i mycket hög grad**”, men i deras specificerade svar framkommer liknande kommentarer som redan redogjorts för ovan. Några ytterligare aspekter som lyfts i relation till dessa två svarsalternativ:

- De flesta som valt dessa svarsalternativ specificerar sina svar med att deras **examinationsform inte ändrats** till följd av omställningen. Många hade redan hemtentamina, inlämningsuppgifter eller examinerande seminarier på sina kurser.
- Att hålla **muntliga examinationer i Zoom** fungerar väl (särskilt i kombination med individuella inlämningsuppgifter).
- Det har fungerat väl men varit **tidskrävande**.
- Även gällande dessa svarsalternativ förekommer kommentarer om att det är svårt att kontrollera för **fusk**, och man är osäker på rättssäkerheten.
- **Inspira** fungerar bra.
 - Inspira fungerar bra rent tekniskt, men har problem rättssäkerhetsmässigt.

De respondenter som angivit svarsalternativet ”**vet ej/ej aktuellt**” har specificerat sina svar med att de ännu inte genomfört examinationsmomenten i sin kurs, eller att de undervisar på en uppsatskurs eller liknande, där examinationsformen inte ändrats till följd av övergången till digital distansundervisning.

Övrigt värt att notera

Studenter har enligt undervisande personal anklagat varandra för fusk och plagiat.

Inlämnade examinationsuppgifter via mejl har inte varit anonymiserade.

Fråga 9. Arbetsbelastning

9. Hur har din arbetsbelastning ändrats till följd av omställningen till digital distansundervisning?

Specificera gärna ditt svar:

Svarsalternativ	Antal svar	Antal kommentarer
Mycket lägre arbetsbelastning	5	1
Något lägre arbetsbelastning	29	9
Oförändrad arbetsbelastning	166	48
Något högre arbetsbelastning	399	146
Mycket högre arbetsbelastning	355	226
(tom)	9	5
Totalsumma	963	435

En stor majoritet (78 %) av respondenterna har angivit att deras arbetsbelastning har blivit ”**något högre**” eller ”**mycket högre**” i samband med omställningen till digital distansundervisning.

Nedan följer en sammanfattning av de kommentarer som lämnats av de respondenter som valt något av dessa två svarsalternativ:

- Den absolut vanligaste typen av kommentarer rör att det har **tagit mycket tid** att planera om upplägget av kurser, och att omarbeta olika typer av undervisningsmaterial och examinationsmaterial (tentamina, seminarieuppgifter, examinerande laborationsmoment) för att det ska fungera i en digital undervisningssituation.
 - Att spela in föreläsningar på förhand är mycket tidskrävande enligt många.
 - Förberedelser inför undervisningsmoment har tagit längre tid eftersom studenterna behöver mer och tydligare information och längre framförhållning.
 - Mer tid har gått åt till administration.
- Många anger en **uppskattning i tid eller procent** av sin ökade arbetsbelastning. Många skriver att deras arbetsbelastning har dubblerats eller mer i samband med omställningen, särskilt precis i början. Några skriver att belastningen sedan minskat något över tid.
- Många skriver att de lagt mycket **mer tid på kommunikation** med studenter och arbetskollaboratorer. Att svara på studenters frågor via mejl är mycket tidskrävande enligt många svarande. Många har fått ett ökat antal frågor från oroliga och osäkra studenter.
 - Att ge skriftlig återkoppling till studenter på inlämnade uppgifter är tidskrävande.
 - Spontana frågor från studenter i pauser har uteblivit, vilket lett till fler mejlfrågor i efterhand.
 - Att koordinera sig med lärarkollaboratorer är mer komplicerat och har tagit mer tid på distans.
- Att **arbeta med Zoom eller andra digitala verktyg** tar mer på krafterna än att ses ”face to face”, detta gäller både undervisning men även möten.
- Att **examinera studenter online** har varit mer arbetskrävande. Tentarättning har tagit mycket mer tid, t.ex. beroende på att det varit vanligare med längre essäfrågor istället för vanliga salstentauppgifter.
- Att **lära sig den nya tekniken** har för många inneburit en högre arbetsbelastning.
 - Att lära sig använda de digitala verktygen på ett pedagogiskt sätt, eller som pedagogiska verktyg.
- Många har upplevt en **osäkerhet** i hur de ska planera framåt, och att framförhållningen om vad som gäller varit dålig, vilket skapat högre arbetsbelastning och mer stress.
 - Vissa tycker att de fått undermåligt stöd från ledningen på olika nivåer.

- Vissa skriver att **antalet möten har ökat**.
- Vissa skriver att deras **stressnivå ökat**, och att de även fått lägga tid på att hantera andras oro, såväl studenters som kollegors. Att nedprioritera andra arbetsuppgifter än undervisning har också varit stressinducerande för några.
- **Arbetsmiljö**. Det är svårare att ta raster då man sitter framför en skärm hela dagen. Inga spontana pauser uppstår. Arbetsmiljön och hemmiljön flyter samman. Ej anpassad arbetsmiljö i hemmet (t.ex. dåliga arbetsställningar, ej fullgod teknisk utrustning).

Några belysande citat från de som svarat att deras arbetsbelastning blivit mycket högre i och med omställningen till digital distansundervisning:

"Allt var tvunget att ställas om över en natt."

"Det blev extra allt på alla fronter."

"Allt måste förberedas, det går inte att vara spontan."

Av de respondenter som valt svarsalternativet **"oförändrad arbetsbelastning"**, så har många angivit att det beror på att de **inte hade så mycket undervisning inplanerad** under andra halvan av terminen, samt att **avsaknad av restid** har frigjort mycket arbetstid som de kunnat lägga på annat. Några skriver även att **möten har blivit mer effektiva online**. I de fall som undervisningen mest har innefattat handledning och seminarier skriver ett antal att omställningen inte har påverkat arbetsbelastningen nämnvärt.

Ett litet antal av respondenterna har valt svarsalternativet **"något lägre arbetsbelastning"** eller **"mycket lägre arbetsbelastning"**. Av dessa få skriver några att minskningen beror på att de sluppit pendla, att viss undervisning och mindre nödvändiga möten har uteblivit samt att ens undervisning redan gavs digitalt.

Övrigt värt att notera

Läraryrollen förändras delvis. Undervisningen kan bli mer individanpassad med mer direktkommunikation; vilket många gånger är givande för studenter, men tidskrävande för lärare.

Fråga 10. Negativ stress

10. Har omställningen till digital distansundervisning påverkat din upplevelse av negativ stress?

Specificera gärna ditt svar:

Svarsalternativ	Antal svar	Antal kommentarer
Nej, inte alls	346	63
Ja, minskad negativ stress	75	32
Ja, ökad negativ stress	526	237
(tom)	16	6
Totalsumma	963	338

På frågan om omställningen till digital distansundervisning har påverkat upplevelsen av negativ stress har majoriteten av de svarande lärarna valt svarsalternativet ”**ja, ökad negativ stress**”.

Nedan följer en tematiserad sammanfattning av kommentarer knutna till detta svarsalternativ:

- De flesta kommentarerna berör **ökad arbetsbelastning**, där denna ofta anses ökat dramatiskt och till en nivå där den beskrivs mer som en arbetsbörda. Den ökade arbetsbelastningen upplevs skapa stress och berör flera aspekter.
 - Merparten beskriver att de lägger ner långt mer tid än vad de får ersättning eller kompensation för. Detta gäller framför allt tid som gått åt till att ställa om undervisningen och förbereda ny typ av undervisning. Många har fått arbeta på sin fritid.
 - Många upplever även att den tid de lagt ned på omställningen av undervisningen skett på forskningens bekostnad eller att andra arbetsuppgifter skjutits upp, vilket även skapat en ökad oros- eller stresskänsla. Detta har också lett till tidsbrist.
 - Överlag uppfattar många det som att man har fått mer att göra i ett redan späckat schema. Omställningen har också lett till fler mejl och fler möten. En respondent beskriver det som:
”Mer att tänka på, mer att anpassa”.
- Ett annat tema som ofta kommenteras är **ökad stress i undervisningssituationen**, där omställningen för många med liten eller ingen vana av digital distansundervisning för in dem på ny och oprövad mark, där i många fall en oprövad kursdesign har tvingats fram i all hast.
 - Många upplever en känsla av minskad kontroll över undervisningen, vilket exempelvis omfattar svårigheter för både erfarna och oerfarna lärare att anpassa sig och undervisningen till de nya omständigheterna och samtidigt vilja göra omställningen så smidig och tydlig för studenterna som möjligt.
 - Omställningen har också lett till att många studenter krävt mer uppmärksamhet (då de varit oroliga, irriterade eller kämpat med motivationen). Klagomålen från studenterna upplevs ha ökat.
 - Vissa lärare uppger att de känner en ökad press att hela tiden förväntas vara tillgänglig och ge snabb skriftlig återkoppling, samtidigt som andra även menar att det varit svårt att få återkoppling från studenterna. Fler studenter än tidigare har ställt frågor per mejl istället för på digitala seminarier eller föreläsningar och att svara på dessa har skapat ytterligare stressmoment för lärare som upplever att deras konterade tid för undervisning inte räcker till.
 - Många kommenterar även att de upplever ökad stress eller har dåligt samvete gentemot studenterna för att inte hinna med, inte räkna till, ha glömt något eller inte tänkt på allt.

- Avsaknad av personlig kontakt med studenter och mindre interaktiv undervisning försvårar.
- En respondent kommenterar problematiken på följande sätt:
”Tiden att hantera digitala verktyg, spela in föreläsningar, kommunicera med vilsna studenter ökar trycket”.
- Ett tredje tydligt tema är **tekniska verktyg och teknikstress**. Det finns en oro för att tekniken skall strula i skarpt läge (både för lärarna men även för studenterna). En del har saknat rätt typ av utrustning. För vissa har det varit svårt att lära sig nya verktyg. Ett beroende av tekniska verktyg samt mycket skärmtid har lett till oro och utmattning. Många upplever det tröttsamt att sitta länge framför skärmen eller i många/långa pass i Zoom (både gällande undervisning och arbetsmöten).
- Många menar även att **arbets hemifrån/digitalt** lett till ökad negativ stress. Att arbeta hemifrån har enligt vissa gett en sämre helhetsuppfattning och övergripande kontroll över undervisningen och arbetssituationen. Andra aspekter som tas upp är:
 - Svårt med fungerande arbetsplats/arbetsmiljö hemma.
 - Svårt att arbeta hemma med små barn.
 - Gränser mellan arbetsdag och fritid suddas ut.
 - Hemarbete har resulterat i mer tid framför datorn.
- Ett femte tema berör **information, direktiv och riktlinjer**, där osäkerhet och otydlig information gjort det svårt att planera eller ha framförhållning.
 - Det råder många oklarheter när rutiner inte finns och måste uppfinnas.
 - Osäkerhet gällande vad som skall göras och hur problem skall lösas.
 - Stor osäkerhetskänsla inför hösten och kommande undervisningsperioder.
 - Vaga, sena och kortsiktiga beslut.
 - Avsaknad av tydliga riktlinjer och direktiv från ledningen (centralt som lokalt).
- Ett sista tema berör **den hastiga omställningen**, där mycket skulle ske på väldigt kort tid. Detta skapade snabba vändningar och stor osäkerhet, framför allt i början. Många var tvungna att lägga om undervisningen med bara några dagars varsel. Initialt teknikstrul för vissa ökade stressen.

Två belysande citat över den ökade negativa stressen:

”Det har varit löjligt stressigt! Kaotiskt, oklara besked, massor av mail, stressade studenter, arga studenter, åtgärder som ska göras igår, ingen tid för reflektion. Jag har varit farligt nära att gå in i väggen i flera perioder. [...]”.

”Not feeling secure about whether I am doing a good job (e.g. not knowing if a method I am using will work or will be successful) has been extremely stressful.”

Av de lärare som valt svarsalternativet **”nej, inte alls”** återfinns följande teman bland kommenterarna:

- Den vanligaste kommentaren berör att man är **lika stressad som tidigare** eller att omställningen har inneburit ökad stress i vissa moment, men mindre i andra. Vissa menar även att de varit varken mer eller mindre stressade, men att de upplevt en helt annan typ av arbetsbelastning och andra utmaningar.
- Många uppger även att de **inte upplevt någon stress** (t.ex. har erfarenhet sedan tidigare, redan förberett för distansundervisning, haft undervisning som varit bättre anpassad för distansundervisning, ett alltför stort fokus på stress samt att studenterna varit positiva, hjälpsamma eller förstående inför situationen).

- Stimulerande med **nytankande eller nya lösningar**.
- **Hemarbetet positivt** (t.ex. bättre disponering över sin egen tid hemma, slippa pendling).
- **Initialt mer stressad**, men bättre över tid.
- **Inget att jämföra med**.

Det finns även ett fåtal lärare som kommenterat på svarsalternativet "**ja, minskad negativ stress**". Merparten av dessa har kommenterat att de uppskattar att arbeta hemifrån, slippa pendla eller ta sig till och från olika platser och att ha digitala möten. För flera av har detta medfört en större flexibilitet. Det är även en del som påpekar att de uppskattar den digitala distansundervisningsformen, som för vissa inneburit en minskad stressnivå.

Fråga 11. Ensamhet

11. Har omställningen till digital distansundervisning påverkat din upplevelse av ensamhet i din arbetssituation?

Specificera gärna ditt svar:

Svarsalternativ	Antal svar	Antal kommentarer
Nej, inte alls	405	100
Ja, minskad ensamhet	24	11
Ja, ökad ensamhet	519	197
(tom)	15	7
Totalsumma	963	315

På frågan om omställningen till digital distansundervisning har påverkat upplevelsen av ensamhet har över hälften av lärarna valt svarsalternativet **"ja, ökad ensamhet"**.

I kommentarerna kan det överlag noteras att den typ av ensamhet som tas upp till störst del handlar om avsaknad av kontakt med kollegor och studenter, och inte om isolering (exempelvis i hemmet). Nedan sammanfattas de vanligast förekommande temana bland kommentarerna.

- Framför allt är det många som har **saknat kontakten och interaktionen med kollegor**. Detta omfattar även avsaknaden av:
 - Spontana möten, möjligheten att kunna fånga någon i korridoren för att ställa en snabb fråga eller göra en kort avstämning. En respondent uttrycker det på följande sätt: *"De korta avstämningarna med kollegor har visat sig vara mer värdefulla än man någonsin kunna tänka sig. Samarbete med kollegor är en viktig del av yrkeslivet."*
 - Det sociala, personliga mötet ("face-to-face") och det spontana samtalet, exempelvis: *"Jag tankar energi från mina kollegor, i de spontana samtalen - det uteblir nu."*
 - Möjligheten till socialisering och informella möten, exempelvis vid fika och luncher.
 - Det dagliga mötet, vardagsinteraktionen.
- Många saknar också **mötet och kontakten med studenterna**, vilket också inkluderar:
 - Det sociala och personliga mötet ("face-to-face"), exempelvis: *"[...] not having direct contact in a classroom with the students takes away a lot of the fun of teaching."*
 - Avsaknad av klassrums- och seminarieinteraktion. *"[...] Saknar kontakten med studenterna i föreläsningssituationen, där det helt naturligt är lättare att läsa av och interagera med studenterna. Samma sak vid labbar, det skapar en mer personlig kontakt. [...]"*
 - Försvårdad undervisningssituation (svårigheter att prata med och läsa av studenter med avstängd kamera, svårt att få feedback, teknikstrul i flera ändrar, svårighet att motivera studenterna, praktiska moment etc.).
 - Avsaknad av informella kontaktytor och småprat under raster.
- Vissa tycker att det varit **svårt att arbeta hemifrån**.
 - Många har även kommenterat att hemarbetet bidragit till ökad ensamhet, även om man träffats digitalt.
 - Andra påpekar att arbetssituationen hemma har varit utmanande (t.ex. gällande utrustning, arbetsställningar, svårt att koppla på och av arbetsrollen i hemmet, många störningsmoment etc.).
 - Vissa kommenterar även det funnits en oro för pandemin kopplat till isolering i hemmet.
- Det finns också enstaka lärare som har kommenterat att de upplevt det som **positivt med ökad ensamhet**, exempelvis:

"Fast ensamhet i arbetet är i mitt fall positivt! Jätteskönt att få koncentrera sig i fred och ta rast när det passar."

Ett stort antal lärare har även valt svarsalternativet **"nej, inte alls"**.

- Många kommenterar att de har **god kontakt/kommunikationen med kollegor** och att det har **gjorts mycket för att ersätta de fysiska mötena** (regelbundna informations- eller personalmöten via Zoom, Zoom-/virtuell fika/lunch samt spontana digitala möten). Kontakten mellan kollegor och lärarlag har fungerat bra.
- En hel del lärare har även kommenterat att det är **vana med eller föredrar att arbeta ensam** eller att undervisningsformen passar dem.
- Många lärare anser att de **inte känner sig mer ensamma, men saknar studenterna/studentkontakt**.
- Några har även kommenterat att omställningen **fungerat bra**, eller att det **blivit bättre än förut**. Nya lösningar har skapats som gör det lättare att komma i kontakt med kollegor och som påverkat undervisning och kommunikation till det bättre. Effektiviteten har ökat.
- Somliga anser även att **omställningen inte lett till så stora förändringar**, utan att det mesta är som förut.
- En del har även påpekat att de har **haft så mycket att göra så att de inte hunnit känna sig ensamma**.
- Vissa anser att omställningen har inslag av **"både och"**, det vill säga att den lett till större ensamhet i vissa aspekter, men inte i andra (exempelvis utökad och mer kontinuerlig kommunikation via digitala plattformar).

Det finns också ett fåtal lärare som har valt svarsalternativet **"ja, mindre ensamhet"**. En respondent uttrycker det på följande sätt:

"Jag upplever att jag känner mig mindre ensam. Jag upplever att jag har tätare kontakt med de flesta av mina kollegor som jag jobbar mest tillsammans med. Vi bokar oftare in avstämningar/möten på distans än vad vi gjorde rent fysiskt. På kontoret kändes det mer som att man störde varandra när man behövde bolla något med en kollega. Nu avsätter vi mer tid för sådant, vilket jag upplever som mkt positivt då jag arbetar bättre i grupp en ensam. Visst saknar jag den fysiska undervisningen med studenterna, men den fungerar dock över förväntan på distans. [...]"

Övrigt värt att notera

Situationen har varit extra svår för nyanställda.