

Stress blandt lærere og børnehaveklasseledere

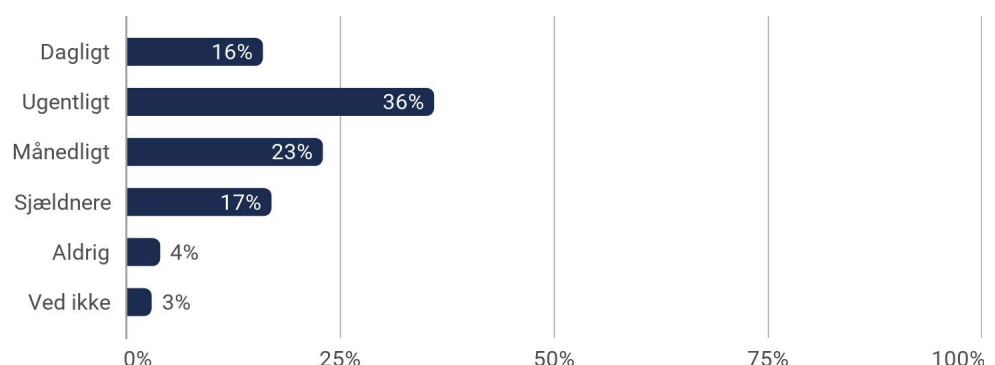
Over halvdelen af lærerne føler sig stressede dagligt eller ugentligt. Blandt dem peger ni ud af ti på arbejdsforholdene som årsag. Det viser en ny undersøgelse fra Danmarks Lærerforening. Stresssygemeldinger skønnes at have kostet folkeskolen knap 800 lærerårsværk i 2025. Lærerne peger blandt andet på mere forberedelsestid og bedre støtte til elever med særlige behov som tiltag, der kan forebygge stress.

Resumé af undersøgelsen

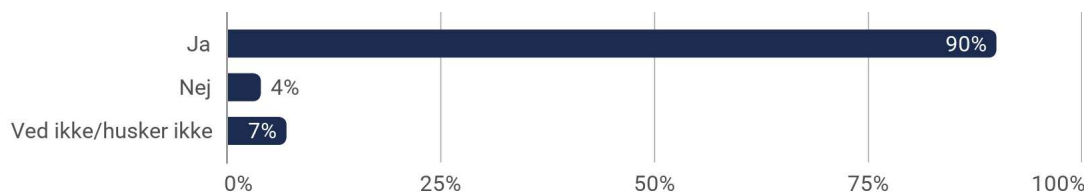
- 52 procent af lærerne føler sig stressede dagligt eller ugentligt.
- Blandt dem svarer ni ud af ti, at deres stress skyldes arbejdsforholdene.
- Lærerne peger på, at færre undervisningstimer, bedre støtte til elever med særlige behov, mere forberedelsestid og flere tolærertimer kan forebygge stress på arbejdspladsen.
- 34 procent har været sygemeldt med stress på et tidspunkt i deres arbejdsliv.
- 75 procent af de stresssygemeldte var sygemeldt i mere end én måned.
- 29 procent af de stresssygemeldte var sygemeldt i mere end fire måneder.
- 17 procent vendte ikke tilbage til den samme arbejdsplads efter sygemeldingen.
- Stresssygemeldinger blandt lærere betyder, at folkeskolen går glip af ca. 800 lærerårsværk svarende til en lønudgift på godt en halv milliard kroner årligt.

Resultater

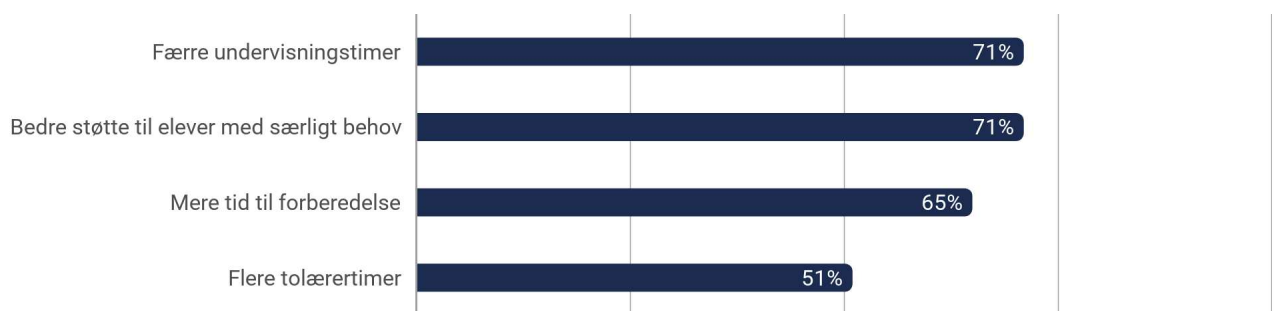
Hvor ofte føler du dig stresset på dit arbejde?



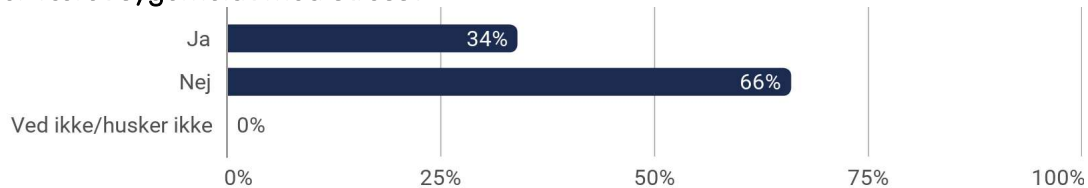
Skyldes den stress, du oplever, forhold på dit arbejde?



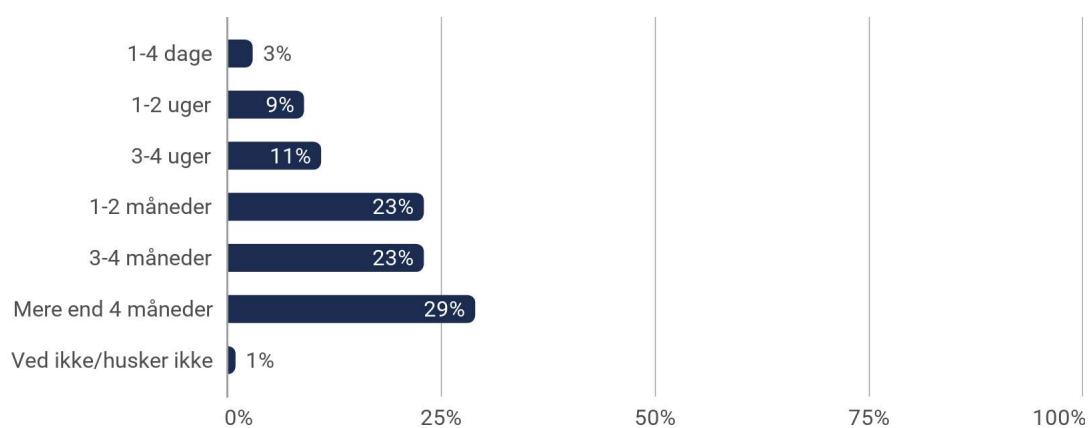
Hvilke tiltag, vurderer du, ville forebygge stress på din arbejdsplads? (sæt gerne flere krydser)



Har du som lærer været sygemeldt med stress?



Hvor længe har du, som lærer, været sygemeldt med stress? (i alt i løbet af dit arbejdsliv som lærer)



Hvornår var din(e) stresssygemelding(er)? (Sæt kryds ved de/det år, du har været sygemeldt med stress)

	Procent
Før 2015	24.2%
2016	8.8%
2017	6.6%
2018	7.2%
2019	7.7%
2020	6.3%
2021	8.0%
2022	9.3%
2023	14.1%
2024	14.6%
2025	17.9%
2026	16.2%
Husker ikke/ønsker ikke at svare	5.2%

Note: Tabellen angiver hvordan stresssygemeldingerne blandt de lærere der er i arbejde i dag, fordeler sig mellem årene. Respondenterne har kunnet angive flere år. Procenterne summer derfor ikke til 100.

OBS: Tabellen kan ikke bruges til at konkludere, om antallet af stresssygemeldinger er steget over tid. Undersøgelsen omfatter kun lærere og børnehaveklasseledere, der arbejder i folkeskolen i dag. Stresssygemeldinger fra tidligere år vil derfor være underrepræsenteret, fordi nogle af de lærere, der var sygemeldte dengang, siden har forladt folkeskolen, som følge af pensionering, jobskifte og anden afgang. Denne skævhed kan blive forstærket, hvis lærere, der har været stresssygemeldte, i højere grad forlader folkeskolen end andre lærere. At flere angiver stresssygemeldinger i de senere år, er derfor ikke nødvendigvis udtryk for en reel stigning. Samtidig er 2026 stærkt undervurderet, da året endnu ikke er afsluttet på tidspunktet for dataindsamlingen.

Kom du tilbage til samme arbejdsplads efter din sygemelding?



Stress påvirker arbejdsudbuddet negativt

På baggrund af undersøgelsens tal har Danmarks Lærerforening beregnet, hvor mange årsværk folkeskolen gik glip af i 2025 som følge af stresssygemeldinger.

Beregningsen viser, at folkeskolen gik glip af knap 800 lærerårsværk som følge af stresssygemeldinger i 2025. Beregningen bygger på respondenternes svar på, om de har været stresssygemeldte i 2025, og hvor længe de har været sygemeldte.

I beregningen er der indlagt en antagelse om, at den gennemsnitlige sygemelding over 4 måneder har en varighed på 6 måneder. I undersøgelsen er der tale om et repræsentativt udsnit af lærere og børnehaveklasseledere, og det er derfor muligt at beregne antallet af stressrelateret sygefravær for hele populationen af lærere og børnehaveklasseledere.

	Skøn
Antal lærere i folkeskolen	44.000
Antal langtidssygemeldte med stress	2.150
Gennemsnitlig varighed af stresssygemelding	4½ måned
Samlet stressrelateret sygefravær	Ca. 800 lærerårsværk
Årlig lønomkostning pr. lærerårsværk	650.000 kr.
Samlet lønværdi af sygefraværet	Ca. 500 mio. kr.

Note: Beregningen bygger på uafrundede tal. Lønværdien angiver værdien af den tabte arbejdsindsats.
Kilde: Danmarks Lærerforenings medlemsundersøgelse og egne beregninger.

Metodebeskrivelse

Danmarks Lærerforening har gennemført en spørgeskemaundersøgelse blandt lærere og børnehaveklasseledere i folkeskolen.

Spørgeskemaet, der danner baggrund for undersøgelsen, blev den 26. august 2026 sendt pr. mail til 10.000 medlemmer, der arbejder som lærere eller børnehaveklasseledere i den kommunale folkeskole. Medlemmerne er tilfældigt udvalgt. I alt har 1.901 medlemmer gennemført undersøgelsen, inden den blev lukket den 14. september 2026. Undersøgelsen har dermed en svarprocent på 19%.

Fordelingen af respondenter i det indsamlede data er sammenlignet på en række parametre med fordelingen blandt alle DLF's medlemmer, der arbejder som lærere i den kommunale folkeskole. Der er sammenlignet på parametrene: køn, geografi, og alder. Stikprøven er repræsentativ på alle parametre.

Med en repræsentativ stikprøve og et højt antal svar er den statistiske usikkerhed lav (+/- 2 %). Det indsamlede data kan derfor alt i alt betragtes som repræsentativt for den samlede gruppe af medlemmer der arbejder som lærere og børnehaveklasseledere i den kommunale folkeskole.