

Föräldraskap

Du som får den här lappen ska snart blir förälder eller har nyligen blivit det. Nedanstående frågor handlar om omsorg om barn och hem. Forskning visar att brist på jämställdhet leder till ohälsa och att föräldrar får olika nära relation till sina barn.

Ett barn kan knyta an till en eller flera personer, och behöver göra det för att det ska utvecklas och må bra. Barnet knyter känslomässiga band genom att vara med personen, vilket alltså kräver att den som ska ge barnet omsorg ägnar tid åt det och ger barnet närhet.

- Fundera på hur du kan skapa förutsättningar för att ditt barn ska kunna knyta an till dig och, om du har en partner, hur den ska kunna göra detsamma.
- Om ni är två föräldrar och en av er ammar, fundera på hur den förälder som inte ammar ska kunna vara nära barnet regelbundet. Vad skulle den föräldern kunna göra med barnet, som också skapar närhet?

Att ha fysisk kontakt med ett barn leder till att föräldrar, oavsett kön, reagerar med ett hormon (oxytocin) som underlättar anknytningen och dessutom skapar en vilja att ta hand om och ge barnet omsorg.

- Fundera på hur barnets alla föräldrar ska kunna få en nära och kontinuerlig fysisk kontakt med det lilla barnet. Hur kan ni göra för att det ska bli så i er vardag?

Statistik visar att kvinnor tar ut merparten av föräldraledigheten. Det leder i sin tur till att mammor ofta får den närmsta relationen till barnet.

- Fundera på hur föräldraledighet kan påverka varandra föräldrarnas relation till ert barn.

Forskning visar att de flesta par anger ekonomi som den främsta anledningen till hur de har fördelat uttaget av föräldraledighet, men att den egentliga anledningen till de stora skillnaderna mellan kvinnors och mäns uttag inte är ekonomin, utan olika förväntningar på moderskap och faderskap.

- Fundera på om du själv har olika förväntningar på mammor och pappor, och vad det i så fall kan leda till.
- Fundera på vad som är anledningen till hur du planerar att ta ut, eller har tagit ut, föräldrapenning. Hade du kunnat göra på ett annat sätt och vad skulle vara för- eller nackdelarna med det? Vad tror du är det bästa för barnet?

Statistik och forskning visar att kvinnor som blir föräldrar lägger mer tid på löpande hushållssysslor. De går oftare ner i arbetstid, tar ut fler vab-dagar och blir sjukskrivna i större utsträckning än pappor som är småbarnsföräldrar.

- Om du lever i en parrelation, fundera på hur ni ska kunna skapa förutsättningar för att ansvar och engagemang i barn och hushåll ska bli jämnt fördelat mellan er.
- Fundera på konsekvenserna av om ni har en ojämn fördelning.

Är du nyfiken på hur du kan ge barn fler möjligheter än de som traditionella könsroller erbjuder? Läs gärna Kristina Henkels och Marie Tomičićs bok Ge ditt barn 100 möjligheter istället för 2.

Vill du ha tips och inspiration från hur olika föräldrar löst omsorg om sitt barn och uttag av föräldraledighet? Läs gärna Sara Dahlins och Johanna Lauris bok Det löser sig jämt.

Är du intresserad av att läsa och lära dig mer om hur kvinnors och mäns föräldraskap påverkas av normerna i samhället? Läs gärna Ylva Elvin-Nowaks böcker Världens bästa pappa och I sällskap med skulden.