

## Reflektionskort 5: Föräldraledighet hos oss

### Introduktion:

Föräldraledigheter kan delas på flera sätt, och vad som fungerar för er beror på just er familjesituation. Det kan ändå vara bra att tänka på hur familjeledigheter påverkar rollerna och anknytningen inom familjen. Det är alltid viktigt att kunna diskutera och reflektera med sin partner om fördelningen.

### Mål med denna träff:

Att reflektera kring föräldraledigheter och hur man använder och delar sin tid.

### Återkoppling till förra träffen:

Vad fick du med dig från förra träffen?

Finns det något du ännu vill diskutera kring?

**Anknytning:** Forskning visar att barn som har båda sina föräldrar eller andra närvarande vuxna har en bättre möjlighet till trygg anknytning. Därför har den relation ni som föräldrar bygger upp genom tidig anknytning en betydelse för resten av livet för barnet. Om ena föräldern är den som i huvudsak är föräldraledig är det bra att diskutera på vilket sätt den andra föräldern kan få utrymme för anknytning.

**Inkomstfördelning:** Att ena föräldern är föräldraledig kan påverka inkomsterna på långsikt. Det är en orsak till att kvinnorna har lägre lön och pension i Finland. Vilket påverkar jämlikheten mellan föräldrarna. Dessutom riskerar ena föräldern få ett *omsorgsförsprång*. Den andra föräldern kan därmed bli *andrahandsförälder* och med mera tid på jobbet. [Se begreppslista extramaterial.](#)

Uppvärmning — Avsluta meningen med det första du kommer att tänka på  
(något som relaterar till papparollen)

- Då jag tar hand om mitt barn känner jag...
- Med min föräldraledighet vill jag...
- I den bästa av världar skulle jag (ang. föräldraledighet)...
- Det bästa med föräldraledighet är...
- För mig betyder att vara hemma med barn...
- En delad föräldraledighet är...
- Jag kan prata om att vara föräldraledig med...
- Jag överlåter min föräldraledighet åt min partner för att...
- Innan jag fick barn tänkte jag att föräldraledighet...
- Det som får mig att ta ut föräldraledighet är...

## Diskutera i grupp eller med din partner

### Samtalsfråga 1:

I vilket skede har du/ni diskuterat föräldraledighet i er familj?

#### Möjliga följdfrågor:

- *Vad har påverkat att du tagit/inte tagit/tar ut föräldraledighet?*
- *Hade ni kunnat göra på annat sätt?*
- *Vad oroar dig mest angående familjeledighet?*

### Samtalsfråga 2:

Hur påverkar fördelningen av föräldraledigheter er i familjen?

#### Möjliga följdfrågor:

- *Ändras er position (andra och förstahands förälder) i familjen?*
- *Om du redan haft föräldraledighet, var du nöjd eller skulle du göra någonting annorlunda idag?*
- *Hur såg dina föräldrars föräldraledighet ut?*

### Samtalsfråga 3:

På vilket sätt kan man ge möjligheter för den andra föräldern att anknyta och spendera tid med sitt barn om hen tar ut mindre föräldraledighet?

#### Möjliga följdfrågor:

- *Finns det till exempel någon hushållssyssla du kunde göra tillsammans med ditt barn?*
- *Finns det någon tidpunkt som passar er rutinmässigt bra att umgås?*

### Hemuppgift:

Diskutera och fundera med någon annan som varit eller inte varit föräldraledig vad hen skulle gjort annorlunda i dag.

- Fundera kring vilka uppgifter och ansvar du tycker att den som är föräldraledig ska ha i hemmet?
- Vad ska den som INTE är föräldraledig ha ansvar för och göra?

### Avslut:

*Finns det någonting som du ytterligare funderar över och vill diskutera?*

### Nästa träff:

Bestäm när och var nästa träff ordnas.

Datum: \_\_\_\_\_ Tid: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_