

Obetalt men avgörande.

Kunskapsunderlag och förslag på prioriteringar för att stärka måluppfyllelsen i delmål 4 (Jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet)

Maria Stanfors, professor i ekonomisk historia, Lunds universitet

Denna rapport har tagits fram på uppdrag av 2024 års jämställdhetsutredning (A 2024:06). Den är ett kunskapsunderlag med fokus på svensk kontext, författad för att, kortfattat, ge en grund för utredningen att lämna förslag på vad regeringen kan vidta för åtgärder för att stärka måluppfyllelsen avseende en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet. Rapporten ska också, med utgångspunkt i forskning och inom ramen för regeringens styrverktyg, föreslå åtgärder/hur arbetet med delmål 4 kan ändras.

Uppdraget rör både vilka problem som behöver åtgärdas och hur regeringens styrning kan utformas för att främja ökad jämställdhet i hemmet. I linje med uppdraget har jag integrerat ett livscykelperspektiv i diskussionen och jag diskuterar även samhällsförändringar, inte minst demografiskt åldrande. Rapporten ger en översiktlig bild av kunskapsläget. Den som vill fördjupa sig kan läsa de nyckelreferenser som ges i texten och därmed få en ingång till en forskningslitteratur som behandlar Sverige och andra länder. Rapporten inleds med en översikt av det aktuella kunskapsläget utifrån problem vad gäller måluppfyllelsen för delmål 4. Därefter följer rekommendationer för hur arbetet med delmålet kan förändras för bättre måluppfyllelse och en jämnare fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet.

Inledning

Den svenska jämställdhetspolitiken syftar till att kvinnor och män ska ha samma makt att forma samhället och sina egna liv. Riksdagen beslutade 2006 om fyra delmål där ekonomisk jämställdhet och en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet är centrala (Prop 2005/06: 155). Delmål 4

innebär att: Kvinnor och män ska ta samma ansvar för hemarbetet och ha möjligheter att ge och få omsorg på lika villkor.¹ Politiken ska utjämna könsskillnader i makt och resurser och skapa jämlika villkor i arbetsliv och vardag. För detta är att ha samma möjligheter att förvärvsarbeta och att ha samma arbetsvillkor centralt. Förutsättningarna på arbetsmarknaden påverkas dock starkt av hur ansvar för hem och omsorg om andra fördelas.

Den sedan länge dokumenterade konflikten mellan förvärvsarbete och familjeansvar kvarstår, särskilt för kvinnor, vilket leder till att de fortfarande förvärvsarbetar färre timmar och tar större ansvar i hemmet än män, särskilt under familjebildningsfasen och åren med småbarn, och får därmed sämre karriärmöjligheter, lägre inkomster och upplever negativa hälsokonsekvenser, inklusive stress i vardagen. Trots Sveriges starka position internationellt kvarstår betydande utmaningar vad gäller det obetalda hem- och omsorgsarbetet och dess konsekvenser (se exempelvis underlagsrapporter till utredningen av Boschini och Samulowitz). För att nå de centrala jämställdhetsmålen krävs därför både insatser för ekonomisk jämställdhet och åtgärder som omfördelar det obetalda hem- och omsorgsarbetet. Dessa insatser bör vara koordinerade eftersom områdena arbetsliv och privatliv hänger samman. Politiska insatser måste vara kunskapsbaserade eftersom man måste förstå hur betalt och obetalt arbete är kopplade till varandra, men också hur de varierar med avseende på kön och livscykel, för att kunna identifiera problem och utforma effektiva politiska lösningar.

Syftet med denna rapport är att beskriva rådande forskningsläge och analysera utvecklingen mot en jämnare fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet mellan kvinnor och män under de senaste decennierna. Rapporten fokuserar på Sverige. Det empiriska läget beskrivs översiktligt och utifrån detta och baserat på de indikatorer som använts tidigare analyserar jag de faktorer och processer som hindrar måluppfyllelse idag. Analysen antar ett livscykelperspektiv.

¹ Sedan 2006 har delmål tillkommit och utvecklats, men formuleringen av delmålet om obetalt hem och omsorgsarbete är oförändrad, se senaste budgetpropositionen där delmålen redovisas (Prop. 2025/26:1, s. 49, Utgiftsområde 13 Integration och jämställdhet (<https://www.regeringen.se/regeringens-politik/jamstallldhet/mal-for-jamstallldhet>)).

Rapporten belyser också hur samhällsförändringar påverkar behov av och möjligheter till en mer jämställd fördelning av det obetalda arbetet, t.ex. bland unga. I anslutning till analysen lämnar jag förslag på vilka problem som regeringen bör prioritera, vilka insatser som bör göras, och hur arbetet kan struktureras för att stärka måluppfyllelsen inom ramen för de styrmedel staten förfogar över.

Aktuellt kunskapsläge: Det obetalda hem- och omsorgsarbetet i förändring

Det obetalda arbetets ekonomiska och sociala betydelse

Det obetalda hem- och omsorgsarbetet (t.ex. matlagning, städning, underhåll och reparationer i det egna hushållet, omsorg om egna barn, samt omsorg riktad till vuxna inom och utanför det egna hushållet, oftast äldre och sjuka släktingar) utgör en stor men ofta underskattad del av den globala ekonomin.² Enligt OECD och International Labour Organization (ILO) motsvarar detta arbete 10–40 % av BNP, beroende på hur det obetalda arbetet värderas. Kvinnor utför huvuddelen av det obetalda hem- och omsorgsarbetet oavsett kontext. Redan på 1970-talet uppmärksammades den ojämna fördelningen av det obetalda arbetet (Oakley 1974). Genom att använda data från tidsanvändningsundersökningar har forskningen under senare decennier, visat hur, när och varför skillnader i obetalt hem- och omsorgsarbete har förändrats men också varför de består trots att kvinnors arbetskraftsdeltagande har ökat, inte minst i Sverige där kvinnors deltagande länge varit nära männens. Den långsamma förändringen vad gäller obetalt arbete står ofta i centrum för forskningen idag.

En omfattande forskningslitteratur visar att föräldraskap och omsorgsansvar påverkar mäns och kvinnors ekonomiska utfall

² Delmålet är att uppnå en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet. Kvinnor och män ska ta samma ansvar för hemanvändningen och ha möjlighet att ge och få omsorg på lika villkor. Målet omfattar alltså både den som ger omsorg och den som tar emot den, men här fokuserar jag på omsorgsgivarna. I sin underlagsrapport diskuterar Samulowitz i viss utsträckning könsskillnader bland dem som tar emot omsorgsinsatser, särskilt formella sådana som hemtjänst, men nämner också de implicita könade förväntningar som finns vad gäller äldres omsorgsgivande och -mottagande.

på olika sätt. Trots att familjepolitiken i många länder, inte minst i Sverige, är generös, inkluderande och formellt könsneutral, bidrar den i praktiken till fortsatt ojämställdhet (Ruhm 1998; Adda, Dustmann & Stevens 2017; Olivetti & Petrongolo 2017). En central mekanism är skillnader i tidsanvändning: kvinnor tar i genomsnitt ett större ansvar för obetalt omsorgs- och hushållsarbete medan män ägnar mer tid åt betalt arbete. Detta leder till olika karriärer och inkomster. Forskning indikerar även att kvinnors hälsa kan påverkas negativt av det större omsorgsansvaret vilket bl.a. syns i sjukskrivningsstatistiken och som ytterligare kan förstärka de ekonomiska skillnaderna mellan könen (Åkerlind m.fl. 1996; Bratberg, Dahl & Risa 2002; Försäkringskassan 2020, 2024).

Konvergens och kvarstående könsgap avseende det obetalda arbetet

Sedan 1960-talet har könsgapet i obetalt arbete minskat i nästan alla OECD-länder (Bianchi et al. 2012; Hook 2010; Sayer 2016). Kvinnor har kraftigt minskat sin tid i hushållsarbete medan män har ökat sina insatser i mindre utsträckning och från mycket låga nivåer och därmed inte kompenserat fullt ut. Jämfört med 1960-talet ägnar kvinnor som grupp mindre tid åt barnomsorg medan män ägnar mer tid åt denna aktivitet. Men på senare decennier har det skett en ökning i föräldrars tid med barn. Mödrar och, framför allt, fäder tillbringar idag betydligt mer tid med sina barn än tidigare.³ Fäder har ökat sin tid i omsorg av egna barn mer än sin tid i hushållsarbete. Detta övergripande mönster gäller i Sverige och mer generellt även om det varierar mellan länder både vad gäller tidsomfattning (nivå) och könsskillnadernas storlek (Craig & Mullan 2010; Hook and Wolfe 2012; Sayer and Gornick 2012; Altintas & Sullivan 2017; Pailhé, Solaz & Stanfors 2021).

Tid för hushållsarbete och barnomsorg

Hushållsarbete

En jämförande studie av tidsanvändningsdata (baserade på s.k. tidsdagböcker) från Europa och USA bekräftar att kvinnors och

³ Här definieras föräldrar som personer med minst ett barn under 18 år i hushållet.

mäns tidsanvändning har konvergerat under de senaste decennierna, d.v.s deras tid i obetalt arbete blev mer lika över tid (Pailhé, Solaz & Stanfors 2021).⁴ Utvecklingen drevs framför allt av att kvinnors tid i hushållsarbete minskade. Samtidigt varierade kvinnors tid i hushållsarbete mellan länder.⁵ Eftersom nästan alla kvinnor, särskilt mödrar, utför hushållsarbete under en normal dag var skillnaden liten mellan genomsnittstid för alla och bland dem som utförde aktiviteten.⁶ Mäns tid i hushållsarbete varierade mindre och låg mellan en och två timmar per dag. Män i Frankrike, Nederländerna och Sverige utförde mest hushållsarbete, medan män i Italien gjorde minst. I flera länder ökade männens deltagande snarare än deras faktiska tid i hushållsarbete.⁷ Kvinnors hushållsarbete minskade med omkring en procent per år i de flesta länder. Männens ökning var svagare och räckte inte för att kompensera denna minskning.⁸ Konvergensen var snabbast i Nederländerna och Storbritannien och långsammast i Sverige och USA vilket delvis förklaras av att dessa länder var mer jämställda i utgångsläget. Konvergensen var tydligast bland föräldrar eftersom mödrar minskade sin tid mer än kvinnor utan barn under 18 år och att fäder, i vissa länder, ökade sin tid mer än män utan barn.

Utvecklingen drevs främst av förändrade beteenden, t.ex. användning av tidsbesparande teknik och normer som lägre krav på standard i hushållet. I Frankrike, Italien, Nederländerna och Storbritannien bidrog även förändringar i befolkningens sammansättning (t.ex. utbildning och sysselsättning) till kvinnors minskade tid i hushållsarbete. I Sverige och USA förklaras minskningen nästan helt av normer och beteende, då utbildningsnivå och arbetskraftsdeltagande redan var höga bland kvinnor och yngre generationer anammar nya sätt att leva på.

⁴ Sverige ingår i denna studie då det finns tillförlitliga data för perioden 1990–2010.

⁵ Under 1980- och 1990-talen lade kvinnor i Sverige och USA cirka tre timmar per dag på hushållsarbete, i Frankrike och Storbritannien cirka fyra timmar, och i Italien och Nederländerna mer än fem timmar. Under 2005–2015 hade tiden minskat i samtliga länder, men kvinnor utförde fortfarande mest hushållsarbete. Kvinnor i Sverige, Storbritannien och USA la max tre timmar per dag på hushållsarbete; i Frankrike och Nederländerna något mer än tre timmar, och kvinnor i Italien utförde cirka fem timmar hushållsarbete per dag.

⁶ Det finns mer variation i data från 2000-talet mellan genomsnittstid för alla och bland utövare till följd av en ökning av kvinnor som inte utför hushållsarbete under dagboksdagen.

⁷ I Italien och Storbritannien ökade både andelen män som utförde hushållsarbete och tiden de lade på det.

⁸ Förändring bland män vad gäller tid för hushållsarbete är mer varierad: i Italien och Storbritannien ökade tiden, i Nederländerna minskade den, medan tiden var tämligen oförändrad i Sverige och USA.

Trots minskande skillnader vad gäller tid kvarstod en tydlig könssegregering i typen av hushållsarbete. Kvinnor utförde främst dagliga och aldrig "avklarade" uppgifter som matlagning, städning och tvätt, medan män oftare utförde mer avgränsade, planeringsbara och investeringsliknande sysslor som underhåll och reparationer. Det dagliga hushållsarbetet minskade mest – särskilt bland kvinnor – vilket både minskade dess andel av kvinnors totala hushållsarbete och ökade dess andel av männens. Detta visar att förändring är möjlig men att den i det här fallet drivs främst av kvinnor.

Omsorg om egna barn

I samtliga studerade länder ägnade kvinnor mer tid åt omsorg om egna barn än män. Till skillnad från hushållsarbetet ökade dock tiden för barnomsorg för både kvinnor och män även om ökningen inte var statistiskt säkerställd för kvinnor i Sverige. Männens tid i barnomsorg ökade snabbare (mellan 1,6 och 4,3% per år) och andelen män som utförde barnomsorg under dagboksdagen steg vilket bidrog till konvergens mellan könen samtidigt som total tid för barnomsorg steg. Föräldrars tid i barnomsorg ökade mest i Italien, USA och Nederländerna. I Frankrike, Sverige och Storbritannien var ökningen begränsad, men i dessa länder minskade skillnaderna mellan mödrars och fäders genomsnittliga tid för barnomsorg. I Italien, Nederländerna och USA ökade däremot könsskillnaderna eftersom kvinnors tid ökade mer än männens.⁹ Följaktligen minskade kvinnors andel av den totala tiden för barnomsorg i alla länder, mäns och kvinnors tid i barnomsorg konvergerade mer än i fallet hushållsarbete, samtidigt som den totala tiden i omsorg av egna barn ökade.¹⁰ Könsskillnaderna i barnomsorgstid var minst i Sverige under 2010-talet, följt av USA, Storbritannien, Frankrike, Italien och Nederländerna (både totalt och bland utövare). Skillnaderna kan delvis förklaras av familjepolitiska insatser, arbetsmarknadsvillkor och kvinnors arbetskraftsdeltagande.

⁹ Författarna beräknar att om dessa förändringar skulle fortsätta skulle tid i barnomsorg konvergera inom 25 år i Sverige, 35 år i USA och Storbritannien, 45 år i Frankrike och betydligt senare i Italien och Nederländerna.

¹⁰ Barnomsorg delas generellt mer jämnt mellan kvinnor och män än hushållsarbete. Den tid som ägnades åt barnomsorg i studien var mindre än tiden för hushållsarbete i alla länder – även bland dem som faktiskt utförde barnomsorg under dagboksdagen.

Även när det gäller barnomsorg utför kvinnor mer rutinmässiga uppgifter, medan män i flera länder (bl.a. Frankrike, Italien och Sverige) har ökat både sin totala och sin rutinmässiga omsorgstid. I Nederländerna, Storbritannien och USA ökade män visserligen sin totala barnomsorgstid, men inte sin andel av rutinmässig omsorg. Kvinnor i dessa länder minskade i stället sin tid i rutinmässig omsorg till förmån för mer utvecklingsinriktad barnomsorg (t.ex. delaktighet i fritidsaktiviteter, läsläsning, transport).¹¹ Denna utveckling bekräftar en bredare trend mot mer tidsintensivt föräldraskap (Hays 1996; Lareau 2003) sannolikt kopplad till ökad urbanisering, fler skolval och ett större utbud av fritidsaktiviteter såväl i USA som i europeiska länder med olika familjepolitik.

Även ökningen i barnomsorgstid berodde främst på förändrade beteenden bland föräldrar. För mödrar förklarade förändringar i egenskaper – framför allt högre utbildning – endast en mindre del av utvecklingen. Sysselsättning tenderade att minska tiden i barnomsorg något, men utbildning hade större betydelse i alla länder utom USA. Även familjestruktur, särskilt antalet yngre barn, påverkade tidsanvändningen. För män förklarades ökningen också nästan helt av beteendeförändringar. Högre utbildning samt fler barn, särskilt förskolebarn, var starkt kopplat till mer tid i barnomsorg, särskilt i USA.¹² Förändringen vad gäller barnomsorg är dock komplex. Konvergensen i tid för barnomsorg ökade i Frankrike, Sverige och Storbritannien, där männens tid ökade mer än kvinnors. I Italien, Nederländerna och USA gick utvecklingen i motsatt riktning, eftersom kvinnors tid ökade mer trots att de redan utförde mer barnomsorg. Där var de beteendemässiga förändringarna större bland kvinnor än bland män, vilket motverkade en jämnare fördelning av omsorg av egna barn.

Betydelsen av institutionella arrangemang

Studien visar att mönstren skiljer sig åt mellan hushållsarbete och barnomsorg samt mellan länder med olika välfärdsmodeller. Sverige och övriga nordiska länder framstår som mest jämställda när det gäller fördelningen av obetalt arbete. I kontinentaleuropeiska länder

¹¹ Kvinnor i Frankrike, Italien och Sverige upprätthöll eller ökade tid i rutinmässig barnomsorg.

¹² I Sverige var annan sysselsättningsstatus än heltid (t.ex. arbetslöshet) förknippad med mindre tid i barnomsorg bland män vilket indikerar att tid för denna aktivitet följer en annan logik än bland kvinnor.

som Frankrike och Nederländerna är konvergensen begränsad och kvinnor utför en större andel av det obetalda arbetet. Sydeuropa uppvisar mest ojämställda strukturer då kvinnor utför det mesta av både hushålls- och omsorgsarbetet och förändringstakten bland män är långsam. Resultat för USA och Storbritannien varierar. I vissa länder, exempelvis Australien, tycks utvecklingen ha stagnerat under 2010-talet (Craig & Churchill 2021) medan trenden i USA går mot ökad jämställdhet (se även Milkie et al. 2025). Det är troligt att den nordiska särställningen förklaras av institutioner som möjliggör en mer jämställd tidsanvändning än i andra länder, snarare än av attityder. Även om de nordiska länderna uppvisar mer jämställda attityder till kön, familj och arbete med acceptans för både kvinnors förvärvsarbete och mäns hem- och omsorgsarbete, så är det omfattande och subventionerad barnomsorg, generös föräldraledighet, könsneutral lagstiftning vad gäller de flesta rättigheter och skattetekniska ekonomiska incitament som påverkar en mer jämställd tidsanvändning, särskilt i familjer med småbarn.

Institutionella arrangemang påverkar också hur obetalt arbete registreras, särskilt i form av omsorg om egna barn. I tidsanvändningsundersökningar klassas såväl hushållsarbete som omsorg av egna barn som obetalda aktiviteter trots att det senare ibland utförs mot betalning genom föräldraförsäkring eller motsvarande ersättningssystem. I länder med mer omfattande socialförsäkringar, som Sverige, är en större andel av tiden som ägnas åt omsorg av egna barn betald än i övriga länder. När föräldrar får ersättning från staten för att vara hemma med små, sjuka eller på annat sätt vårdkrävande barn avstår de normalt från förvärvsarbete. I mer generösa system, som det svenska, är ersättningen vanligtvis knuten till tidigare arbetsinkomst och för dem som saknar sjukpenninggrundande inkomst finns ett garantibelopp. Samma omsorgsarbete kan även utföras inom ramen för obetald föräldraledighet, där rätten till föräldraledighet och socialförsäkringssystemens flexibilitet ger rätt till föräldraledighet även utan ersättning. Kvinnor tar generellt ut mer både betald och obetald föräldraledighet än män (ISF 2023). De står för en större del av den tillfälliga vården av barn (s.k. VAB) i form av uttag av tillfällig föräldrapenning. Kvinnor arbetar oftare deltid på grund av omsorgsansvar. Trots reformer går utvecklingen mot jämställdhet

vad gäller dessa indikatorer långsamt men orsakerna till detta är inte fullt klarlagda.

Det påstås ofta att könsskillnader i tidsanvändning “kommer med barnen”, men detta är en förenkling. Visserligen utför både män och kvinnor med barn, särskilt småbarn (0–6 år), i hushållet mer obetalt arbete än de utan barn, men detta innebär inte att arbetsfördelningen mellan könen är jämställd bland dem utan barn. Detaljerade analyser av hur småbarn påverkar mäns och kvinnors arbetsdelning och tidsallokering visar att skillnader existerar även bland dem som inte har småbarn (allt annat lika), när andra faktorer hålls konstanta (Dribe & Stanfors 2009; Neilson & Stanfors 2014). Detta visar att det finns fortsatt utrymme för förändring vad gäller normer och beteenden bland män och kvinnor i Sverige, oavsett föräldrastatus och andra faktorer, om man vill uppnå en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet. Även om utbildningsnivå och sysselsättningsstatus strukturerar mäns och kvinnors tidsallokering på ett positivt sätt, så utför kvinnor mer av dessa aktiviteter även om de har hög utbildning och jobbar heltid (Evertsson & Nermo 2004; Treas & Drobnic 2010).

Obetald omsorg riktad till vuxna anhöriga

Obetalt omsorgsarbete är emellertid inte begränsat till föräldraskap och omsorg om små barn utan återkommer genom hela livet (Ice 2023; Labbas & Stanfors 2025). I medelåldern handlar det ofta om omsorg riktad till åldrande föräldrar, en sjuk partner eller andra närstående vuxna (inklusive vuxna barn). Denna typ av omsorg är sällan ett aktivt val (vilket omsorg om egna barn kan sägas vara) utan snarare ett svar på ett behov som ofta uppstår plötsligt och kräver omedelbart ansvarstagande. Anhörigomsorg präglas därför ofta av begränsade alternativ och en känsla av plikt även om den samtidigt motiveras av en vilja att hjälpa. Generellt utför kvinnor, oavsett ålder, mer obetalt omsorgsarbete än män, men skillnaderna är mindre än vad gäller omsorg om egna barn. Hög omsorgsbelastning är kopplad till lägre arbetsutbud och negativa hälsoeffekter, särskilt bland kvinnor som i högre utsträckning utför omfattande omsorg (Bauer & Sousa-Poza 2015; Bom m.fl. 2015; Van Houtven m.fl. 2019). Mot bakgrund av en åldrande befolkning handlar ett växande forskningsområde om anhörigomsorg. I Sverige, liksom i övriga Norden, står medelålders och äldre kvinnor ofta för omsorgen om

sina makar eller föräldrar (Stanfors, Jacobs & Neilson 2019). Till skillnad från barnomsorg är stöd för anhöriga begränsade. Det kommunala ansvaret via socialnämnder är vagt, ofta begränsat till information, och varierar stort i omfattning och utförande (Stanfors 2023). Det innebär att eventuella jämställdhetsvinster som gjorts tidigare under livet motverkas i senare skeden.

Denna typ av omsorg kan definieras som vård och stöd som ges till en annan individ p.g.a ålder, sjukdom eller funktionsnedsättning. Anhörigomsorg avser vuxna och innefattar en särskild relation mellan omsorgsgivare och omsorgstagare, medan omsorg till egna (friska) barn under uppväxten inte inkluderas. För medelålders individer (45–64 år) gäller omsorg vanligen föräldrar, medan äldre (65+) oftast riktar omsorg till den partner de lever med. Omsorgsansvar är komplext och följer många individer över livet, men skiftar i karaktär och intensitet över livsrytmen. Det obetalda omsorgsarbetet kan omfatta praktiska sysslor som matlagning, städning, tvätt, inköp, transporter och ledsagning samt administrativa uppgifter som kontakt med myndigheter, vård- och omsorgsgivare, bankärenden och koordinering av stöd. Koordinering och administration har blivit alltmer omfattande och upplevs ofta som särskilt ansträngande (Ulmanen 2022). Omsorg kan även inkludera personlig hjälp med hygien, påklädning och måltider.¹³ Alla dessa insatser bidrar till att omsorgstagare kan leva mer självständigt och mindre beroende av formell vård vilket gör anhörigomsorg värdefullt både för individerna som tar emot omsorgen och för samhället.

Det är viktigt att skilja mellan lättare och tyngre arbetsuppgifter samt när och hur ofta de förekommer, särskilt när man studerar samband mellan obetalt omsorgsarbete och omsorgsgivares arbetsutbud, tidsanvändning och hälsa. Anhörigomsorg sker ofta inom en känslomässig relation vilket påverkar både givare och mottagare. Praktiska uppgifter är generellt lättare att utföra än personlig omsorg eftersom de ofta kan integreras i vardagen, t.ex. genom att handla i samband med egna ärenden eller fixa och städa under ledig tid. Personlig omsorg och omsorg av anhörig i det egna hushållet är däremot mer tidskrävande, fysiskt ansträngande och påverkar omsorgsgivarens arbete och fritid i större utsträckning.

¹³ Ett breddat begrepp kan inkludera tillsyn, socialt stöd och motiverande närvaro. Dessa aktiviteter skiljer sig kvalitativt från traditionellt obetalt omsorgsarbete.

En studie som täcker 50–74-åriga män och kvinnor i Sverige, Storbritannien och Kanada visar att kvinnor i högre grad än män utför obetalt omsorgsarbete. I Sverige kombineras omsorgen i högre utsträckning med betalt arbete, så arbetsutbudet påverkas inte lika negativt som i länder med mindre stöd från välfärdsstaten.¹⁴ I stället minskar kvinnors fritid vilket påverkar deras återhämtning. En annan studie på samma tidsanvändningsdata från Sverige (Stanfors & Jacobs 2023) visar att detta, tillsammans med mindre sömn, är mekanismen bakom att kvinnor som ger omsorg till andra vuxna är mer stressade än andra som ger omsorg, framför allt när de har ett intensivt omsorgsansvar. En framgång vad gäller kvinnors förvärvsdeltagande är alltså förknippat med ökad stress. Detta bekräftar ett samband mellan obetalt hem- och omsorgsarbete och psykisk hälsa bland kvinnor. Obetalt arbete och stress är vidare kopplat till ekonomisk ojämlikhet mellan könen. För att minska könsskillnader och negativa konsekvenser av omsorgsarbete, inte minst då befolkningen åldras och behovet av omsorg ökar krävs stödjande åtgärder som utbyggd äldreomsorg, flexibilitet i arbetslivet och andra åtgärder som främjar jämställd tidsanvändning bland medelålders och äldre män och kvinnor.

Sverige i ett internationellt jämförande perspektiv

Sverige har under de senaste 60 åren genomgått en omfattande omvandling av könsroller och familjemönster. Kvinnor utgör nästan halva arbetskraften i åldrarna 15–74 år och deras relativa arbetskraftsdeltagande (73%) ligger nära männens (76%) (SCB 2025). Tidsanvändningsstudier visar att kvinnor och män i stort sett har lika långa arbetsdagar men att kvinnor ägnar mer tid åt obetalt arbete än män som, å andra sidan, utför mer betalt arbete. Enligt den senaste svenska tidsanvändningsundersökningen (SCB 2021) lägger kvinnor fortfarande mer tid på obetalt arbete än män under en vanlig dag. Metodskillnader gör dock att resultaten inte kan jämföras med tidigare svenska och internationella undersökningar vilket är beklagligt både för forskningen och utifrån ett policyperspektiv.¹⁵

¹⁴ Kvinnor i Storbritannien och Kanada lämnar oftare arbetsmarknaden eller minskar sin arbetstid.

¹⁵ Den senaste tidsanvändningsundersökningen i Sverige följer inte samma metod som tidigare undersökningar som använt designen tidsdagbok. Då dagboksmetoden används är dygnet begränsat till 24 timmar och respondenter fyller i den dagliga tidsanvändningen i 10- eller 15-

Trots att könsgapet i obetalt arbete är bland de minsta i världen har det skillnaden i princip varit oförändrad under de senaste decennierna. Utvecklingen mot ökad jämställdhet har avtagit samtidigt som förändringstakten är högre i andra länder (Sullivan 2019). En möjlig förklaring är att Sverige har nått en punkt där fortsatt jämställdhet kräver djupgående normförändringar i det privata livet. Sådana förändringar kan drivas av yngre mer jämställda generationer eller av ny politik.

En central skillnad mellan Sverige och många andra länder gäller den offentliga omsorgens omfattning. Den svenska välfärdsmodellen har i hög grad flyttat ansvaret för omsorgen om barn, äldre och sjuka till offentliga institutioner vilket har minskat föräldrars och anhörigas, men framför allt kvinnors obetalda omsorgsbörda och bidragit till en relativt hög jämställdhet vad gäller arbetskraftsdeltagande. Samtidigt har det bidragit till könssegregering på arbetsmarknaden då det betalda omsorgsarbetet främst utförs av kvinnor. Och det har skapat en tydlig könsarbetsdelning avseende det obetalda arbete som kvarstår. Kvinnor ägnar mer tid åt omsorgsarbete (om barn såväl som vuxna anhöriga), men ägnar också mer tid åt planering och s.k. emotionellt och mentalt belastande arbete (Daminger 2019). Denna differentiering gäller i Sverige såväl som i andra länder (Sullivan 2019; Craig 2020; Pailhé, Solaz & Stanfors 2021).

Jämställdhetsvinster som uppnåtts inom omsorg av egna barn utmanas idag av utvecklingen av ökade behov när det gäller omsorg och vård av äldre (och andra vuxna) anhöriga. I Sverige, och övriga Norden ansvarar ofta medelålders och äldre kvinnor för omsorgen om makar eller föräldrar (Stanfors, Jacobs & Neilson 2019). Till skillnad från omsorg om egna barn, för vilken det finns en väl utbyggd social infrastruktur med föräldraförsäkring, subventionerad barnomsorg, rättigheter till flexibilitet i arbetslivet, saknas här en väl utbyggd offentlig infrastruktur vilket innebär att den jämställdhet som etablerats under arbetslivet riskerar att urholkas senare i livet. Eftersom omsorgsansvar återkommer under livscykeln kan eventuella jämställdhetsvinster från småbarnsåren motverkas av

minutersintervall genom att välja mellan fördefinierade aktiviteter i grova standardiserade kategorier som kan brytas ner på detaljnivå i enlighet med internationellt jämförbara koder. Respondenterna fyller samtidigt i när, var och med vem aktiviteten utfördes. Metodologin är den etablerade strategin för tillförlitliga data och densamma oavsett om undersökningen fylls i på papper eller digitalt.

bristen på stöd vid senare omsorgsbehov inom familjen och bland anhöriga (Labbas & Stanfors 2025). För att upprätthålla och fördjupa jämställdheten krävs därför både normförändringar i det privata och en förstärkning av offentliga stödstrukturer som även omfattar äldreomsorg och anhörigvård.

Den svenska föräldraförsäkringen syftar till att göra det möjligt för både kvinnor och män att förena familjeliv med förvärvsarbete. När den infördes 1974 var den unik och ses ofta tillsammans med övrig familjepolitik som en viktig förklaring till att Sverige tidigt uppnådde ett högt arbetskraftsdeltagande bland kvinnor. När försäkringen infördes samlades barn- och familjerelaterade ersättningar och gav både mammor och pappor ersättning som i många fall motsvarade sjukpenningen, vilket innebar att föräldrar i stort sett bibehöll inkomstnivån vid föräldraledighet. Redan under slutet av 1970-talet förlängdes föräldrapenningen till tolv månader, delvis ersatt med garantibelopp, och gjordes mer flexibel genom möjligheten att ta ut både hel- och deltid. Tillfällig föräldrapenning infördes också för vård av sjukt barn eller behov kopplade till förskola och skola. I dag omfattar föräldrapenningen 480 dagar när ett barn föds eller adopteras. Av dessa är 390 dagar inkomstbaserade och 90 dagar lämnas på lägstanivå. Om föräldrarna har gemensam vårdnad om barnet fördelas dagarna jämnt mellan föräldrarna. De kan sedan fördela dagarna mellan sig, med undantag för 90 dagar som är reserverade för vardera föräldern och därmed inte kan avstås. Maximalt 60 dagar kan användas samtidigt av båda föräldrarna, så kallade dubbeldagar, under barnets första 15 månader. Sedan den 1 juli 2024 kan även en del av dagarna överlåtas till någon annan som är försäkrad för föräldrapenning, men som inte är barnets vårdnadshavare, make eller maka som stadigvarande sammanbor med vårdnadshavaren eller till någon som är sambo med en vårdnadshavare. Det kan t.ex. vara en mor- eller farförälder till barnet.

Uttaget av föräldrapenning används ofta som mått på jämställdhet, men ger inte en fullständig bild eftersom det inte inkluderar obetald föräldraledighet – något som främst kvinnor utnyttjar. Utvecklingen mot jämställdhet går långsamt: 2024 tog kvinnor ut 69 % av dagarna med föräldrapenning medan män tog ut 31 %. Uttaget vad gäller tillfällig föräldrapenning (t.ex. vård av sjukt barn) har länge varit stabilt och även i detta fall tar kvinnor ut mer

ersättning än män (ungefär 60 respektive 40 %). När alla typer av föräldraledighet inkluderas (betald såväl som obetald) blir könsskillnaderna i uttaget större. Kvinnors arbetar deltid i större utsträckning än män över livet, men inte minst under småbarnsåren, vilket påverkar könsskillnader i olika ekonomiska utfall.¹⁶ Trots att föräldraförsäkringen formellt sett är könsneutral och symmetrisk skapas ojämställdhet genom ett ojämnt nyttjande och föräldrapenninguttag.

Därför har Sverige sedan länge ett högt arbetskraftsdeltagande bland kvinnor, inte minst bland mödrar, och samtidigt könsskillnader i obetalt hem- och omsorgsarbete och inkomster. Kvinnor är formellt i arbetskraften, men är ofta frånvarande av olika familjerelaterade anledningar (Stanfors 2014). Denna ojämställda tidsallokering skapar ojämlika förutsättningar under familjebildningsfasen. Könsskillnaderna är inte lika stora som i övriga Europa, men tillräckligt stora för att skapa väldigt olika utgångslägen för medelålders män och kvinnor när de står inför nya val vad gäller betalt och obetalt arbete, inte minst relaterat till anhörigomsorg (Labbas & Stanfors 2025). Det blir alltså lätt hänt att kvinnor tar på sig mer obetalt arbete eftersom de redan har halkat efter inkomst- och karriärmässigt.

Det är alltså centralt att förändra de institutionella arrangemang som skapar könsskillnader bland föräldrar om vi vill skapa bättre förutsättningar för att möta framtida omsorgsbehov i samhället. Sett i ett historiskt perspektiv har utvecklingen varit dramatisk: sedan 1960-talet har kvinnors utbildning och förvärvsarbete förändrats i både kvantitativa och kvalitativa termer. Kvinnor har i högre grad än män förändrat sina beteenden och investerat i utbildning och karriärer för att det har lönat sig. Samtidigt har de utvecklat strategier för att förena förvärvsarbete, familj och det hem- och omsorgsansvar som följer. Normer kring familjeliv och ansvar för obetalt arbete förändras däremot långsammare, delvis eftersom detta kräver förändring bland både män och kvinnor (särskilt givet att

¹⁶ Den s.k. snabbhetspremien bidrar till detta. Regeln inom föräldraförsäkringen syftar till att kvinnor som får barn tätt inpå varandra inte ska få sänkt sjukpenninggrundande inkomst (SGI) för den senare föräldrapenningen. De som skaffar ytterligare ett barn inom ett visst intervall (ca 2,5 år) får behålla sin föräldrapenning beräknad på samma SGI-nivå som hon hade innan den första graviditeten. Detta förhindrar att perioder av lägre eller ingen inkomst under den första föräldraledigheten leder till en lägre ersättning för det andra barnet. Reformen har haft ett mycket brett genomslag och påverkat hur svenskar skaffar barn, snarare än hur många barn de får.

heterosexuella par dominerar). Denna tröghet förklarar mycket av den kvarstående ojämställdheten även när den totala tiden i obetalt arbete blivit jämnare (Sullivan 2017; Daminger 2019; Pailhe, Solaz & Stanfors 2021).

Att förändring är möjlig visar inte bara ett långsiktigt historiskt perspektiv utan även erfarenheter från pandemin. Under COVID-19 ökade fäders deltagande i hushållsarbete och barnomsorg tillfälligt när förutsättningarna förändrades, exempelvis genom stängda arbetsplatser och arbete hemifrån samt stängda skolor och förskolor. Samtidigt visade forskning att mödrar fortsatte att ta huvudansvar för obetalt hem- och omsorgsarbete även när männen ökade sin närvaro i hemmet (Sayer m.fl. 2021; Yavorsky, Qian & Sayer 2021). När pandemirestriktionerna lättade återgick det mesta till det normala, inklusive tidsanvändning. Detta visar att mer jämställd tidsanvändning faktiskt är möjlig under vissa strukturella förutsättningar, men också att sådana förändringar inte blir långsiktiga utan institutionellt stöd som aktivt underlättar ett jämnare ansvarstagande. Med tanke på att den svenska modellen för att kombinera arbete och familj utvecklades under 1960- och 1970-talen då situationen var annorlunda och målsättningen var att få ut fler kvinnor på arbetsmarknaden, om än bara på deltid under perioder av livet, är det dags att tänka om.

Viktiga kunskapsluckor och hur de kan fyllas

Trots omfattande forskning om det obetalda hem- och omsorgsarbetet finns det områden där vår kunskap är begränsad, inte minst rörande yngre generationer och personer med utländsk bakgrund. Detta beror delvis på att data om tidsanvändning bland personer med utländsk bakgrund saknas. De flesta analyser med könsperspektiv på obetalt arbete i Sverige bygger på data som skall vara nationellt representativa utifrån sampling men där det inte går att göra meningsfulla analyser eftersom utrikes födda inte är översamplade och det finns selektion i bortfall. Det går inte att göra någon särskild uppdelning efter födelseland. Vi vet därför lite om hur tid och typ av obetalt omsorgs- och hushållsarbete fördelas mellan män och kvinnor med utländsk bakgrund jämfört med inrikes födda.

Det är sannolikt att normer, arbetsmarknadssituation, familjestruktur och tid i Sverige påverkar fördelningen. För att studera detta skulle vi behöva förbättrade datamaterial vad gäller omfattning, design och variabler för att förstå hur obetalt arbete fördelas inom grupper med utländsk bakgrund och hur det förändras över tid. Koppling mellan detaljerade surveyundersökningar med tidsanvändningsdata och register skulle kunna förbättra vår förståelse av långsiktiga effekter på utfall avseende arbetsmarknad, hälsa och social integration för personer med både omsorgsansvar och utländsk bakgrund.

Många studier fokuserar antingen på föräldrar med hemmavarande barn eller på medelålders vuxna eller äldre baserade på olika typer av tvärsnittsdata. Det finns få longitudinella studier som analyserar hur könsskillnader i obetalt arbete utvecklas över livsloppet, d.v.s. innan, under och efter familjebildningsfasen, via medelålder, till högre åldrar då både betalt och obetalt arbete förändras i omfattning och karaktär. I och med att kvinnor genomgående gör mer obetalt hem- och omsorgsarbete över livet behöver man veta i vilken mån det är tidsallokeringen och uppgifterna i sig eller om det är någon form av ackumulerande tilläggseffekt som påverkar kvinnors och mäns olika utfall i termer av ekonomi och hälsa.

Det är särskilt viktigt att fortsätta mäta stress, exempelvis genom de tidigare använda utmärkta formuleringarna av olika dimensioner av stress med tydlig koppling till den faktiska tidsanvändningen under en aktuell (tidsdagboks)dag. Dessutom skulle vi behöva veta mer om det numera osynliga arbete som koppas till mental och emotionell belastning. Den tid som registreras i tidsanvändningsundersökningar täcker praktiska hushålls- och omsorgssysslor men inte den del av hem- och omsorgsarbete som är organisatoriskt, känslomässigt eller mentalt (t.ex. planering, påminnelser, känslomässig närvaro). Denna mentala belastning är svår att kvantifiera och fångas sällan i standardundersökningar.

För att fylla dessa luckor föreslår jag följande:

1. Utöka datainsamling av tidsanvändning med subgrupper
I nationella tidsanvändningsundersökningar (t.ex. via SCB) bör man samla in och redovisa data med variabler för födelseland, migrationserfarenhet och föräldrars födelseländer. Då kan man

analysera hur obetalt hem- och omsorgsarbete fördelas bland personer med utländsk bakgrund, hur det skiljer sig från inrikes födda och hur det förändras i samband med tid i landet.

2. Möjliggör analyser av långsiktiga konsekvenser

Inför längre, longitudinella paneldatainsamlingar alternativt genomför detaljerade surveyundersökningar mer regelbundet och koppla till register som följer individer över livsloppet från ungdom till hög ålder (t.ex. 18-81 år). På så sätt kan man studera hur tid i hem- och omsorgsarbete förändras över livsfaser: uppväxt, etableringsfas som vuxen, egen familjebildning och föräldraskap, åldrande.

3. Mät "osynligt och mentalt" arbete

Utveckla enkätmoduler eller dagboksmetoder som fångar mental belastning, planering, emotionellt stöd och mental belastning vid sidan av praktiska hushållsuppgifter, barnomsorg, etc. Detta kan genomföras i linje med vad andra tidsanvändningsundersökningar (t.ex. den amerikanska ATUS) har vad gäller mätning av (fördefinierade) känslor i samband med utövande av olika aktiviteter. Denna typ av mätning kan ge viktig information om den totala omsorgs- och arbetsbördan, särskilt för kvinnor och ge viktig input i förståelsen av sjukskrivningar p.g.a. lättare psykiatriska diagnoser (inklusive stress) bland kvinnor i yrkesverksam ålder. Denna idé stöds av forskningsinsatser utomlands (t.ex. nya metoder för att kvantifiera "mental load"). Detta hade möjliggjort en kombination av tidsanvändningsdata med subjektiva mått på stress, välbefinnande, sömn, fritid och arbetsbelastning med hälsodata för att analysera kopplingen mellan obetalt arbete, psykisk och fysisk hälsa, och livskvalitet med särskilt fokus på hur detta skiljer sig mellan kön, åldersgrupp och bakgrund.

4. Möjliggör kunskapsbaserade och bättre politiska beslut

Förslagen ovan, inte minst vad gäller data, kan förbättra både monitorering av flera jämställdhetspolitiska delmål och underlag för politikförslag. På detta sätt kunde man dessutom lättare och bättre utvärdera i vilken grad befintlig politik — föräldraförsäkring, stöd för anhöriga, offentlig äldreomsorg — uppnår önskade resultat och når ut brett bland befolkningen, inklusive personer med utländsk bakgrund och unga familjer

med potentiellt nya normer och förståelse för existerande system. Finns det hinder, medvetna eller omedvetna, för dem att utnyttja dessa stöd? Sådan information är viktig för att kunna utforma ny politik och föreslå reformer för att minska köns- och anhörigrelaterad ojämlikhet, t.ex. stöd för föräldrar och omsorgsgivare, flexibla arbetsformer, erkännande och kompensation av obetalt arbete, riktad information eller stöd till invandrare.

Detta är viktigt. En nyanserad förståelse av obetalt hem- och omsorgsarbete kan belysa hur ojämlikhet reproduceras inte bara mellan kvinnor och män utan också mellan grupper med olika bakgrund. Mot bakgrund av en åldrande befolkning och ökad andel utrikes födda i befolkningen är det särskilt viktigt att veta hur såväl betalt som obetalt hem- och omsorgsansvar fördelas eftersom det påverkar arbetsmarknad, integration, social sammanhållning och välfärdens långsiktiga hållbarhet. Genom att synliggöra både betalt och obetalt arbete, samt mentala och emotionella bördor, kan forskningen bidra till mer rättvis och effektiv politik.

Policyrekommendationer

Bakgrund

Sverige har sedan länge i internationell jämförelse en framskjuten position vad gäller jämställdhet, inte minst bland barnfamiljer. Detta kopplas ofta till ett starkt institutionellt ramverk och ambitiös familjepolitik, men landet står jämte resten av västvärlden inför nya och mer komplexa utmaningar. Dessa handlar dels om en åldrande befolkning och ökade krav på obetalda omsorgsinsatser bland den arbetsföra befolkningen, dels om svårigheten att påverka privatlivets arbetsfördelning.

Det obetalda hem- och omsorgsarbetet skiljer sig från det betalda arbetet genom sin informella, emotionella och ofta osynliga karaktär. Medan det betalda arbetet kan styras via lagstiftning, kollektivavtal, arbetsmiljöreregler och ekonomiska incitament, sker det obetalda arbetet i den privata sfären där statens styrning främst kan vara indirekt – genom normpåverkan, familjepolitik och tidsrelaterade incitament. Det obetalda arbetet är dessutom djupt

könsbundet: kvinnor utför mer per dag än män och skillnaden har inte minskat på över ett decennium (SCB 2021). Utifrån ett styrningsperspektiv kan därför det betalda och det obetalda arbetet ses som två olika arenor. Styrning av betalt arbete handlar i stor utsträckning om att reglera villkor och ersättning, medan styrning av obetalt arbete måste rikta sig mot kulturella föreställningar om ansvar och omsorg. Sverige har genom generös föräldraledighet och väl utbyggd barnomsorg skapat institutionella förutsättningar för jämställdhet, men utvecklingen har stagnerat eftersom kvarvarande skillnader grundas i normer och livscykelrelaterade mönster. Föräldraförsäkringens omfattning och flexibilitet har paradoxalt nog bidragit till att befästa könsskillnader, eftersom kvinnor i större utsträckning använder möjligheten till längre, ibland obetald, ledighet.

Forskningen pekar på att icke-överförbara och kvoterade föräldradagar ökar pappors uttag¹⁷ och bidrar till långsiktiga normförändringar kring faderskap och omsorg. Trots en stark välfärdsstat och jämställdhetspolitik återstår utmaningar. Det gäller särskilt i livets senare skeden och den obetalda omsorgen om äldre anhöriga som väntas öka i och med den demografiska utvecklingen med en snabbt åldrande befolkning. För att Sverige ska nå delmål 4 om en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet krävs därför att styrningen vidgas från fokus på familjepolitik som rör de egna barnen till att omfatta ett livscykelperspektiv med återkommande omsorgsansvar över livet. För att på nytt driva förändringen krävs därför en politik som kombinerar ekonomiska incitament och strukturella reformer med normförändrande insatser som möter framtida behov.

För att hantera de jämställdhetsrelaterade problem som adresseras i denna rapport bör regeringen arbeta aktivt för att stärka jämställdheten i det obetalda arbetet genom tre kompletterande strategier: för det första genom att reformera föräldraförsäkringen, särskilt föräldrapenningen med strikt kvotering mellan föräldrar och minskad flexibilitet i uttaget, för det andra genom att införa ett nytt livscykelbaserat omsorgskonto eller anhörigledighet som möjliggör delat ansvar för omsorg till andra vuxna även i senare livsfaser, och

¹⁷ Utvärderingar visar att kvotering bör ske inom ramen för existerande antal dagar för att få effekt på mer jämställt uttag av föräldrapenning. Den tredje reserverade månaden fick inte någon tydlig effekt eftersom den sammanföll med en utvidgning av föräldraförsäkringen.

för det tredje genom regelbundna tidsanvändningsundersökningar som kan mäta såväl praktiskt som mentalt arbete i hushållet. Åtgärderna bör kompletteras med kommunikationsinsatser med syfte att förändra normer och arbetsmarknadspolitiska reformer som motverkar deltidsfällor och främjar lika villkor för kvinnor och män. Detta skulle inte bara främja jämnare ansvar i småbarnsåren utan också genom hela vuxenlivet och därmed bidra till bättre måluppfyllelse för delmål 4 – en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet. Endast genom att kombinera institutionell reform, kulturell förändring och kontinuerlig uppföljning kan Sverige undvika stagnation och uppnå faktisk jämställdhet i både det betalda och obetalda arbetet bland kommande generationer.

1. Revidera föräldraledighetslagen och reformera föräldraförsäkringen för ett mer jämställt uttag och ökad ekonomisk jämställdhet bland yngre generationer

Dagens föräldraförsäkring bygger på en logik från 1960-1970-talen, då deltidarbete bland kvinnor och ojämställda försörjningsmönster var normalt och i linje med rådande könsnormer. Dess design skapar ekonomiska incitament som leder till att män och kvinnor gör olika val vad gäller betalt och obetalt arbete och att kvinnor tar mer ansvar för det senare, både under småbarnsår och senare i livet. Föräldraförsäkringens nuvarande utformning och rådande normer och preferenser innebär också att kvinnor i högre utsträckning än män använder flexibilitet i arbetet (inklusive deltid) och sjukfrånvaro (inklusive sjukskrivning) för att axla obetalt hem- och omsorgsarbete (Försäkringskassan 2024). Det senare är inte avsett som lösning på strukturell ojämställdhet då sjukskrivningsnormer bör skydda hälsa – inte kompensera för en könsbunden obetald arbetsbörda.

Reformera föräldraförsäkringen för att minska ojämlikheten i uttaget genom att:

- Begränsa omfattningen till 390 dagar (d.v.s. avskaffa lägstಾನിവådagarna och gör hela försäkringen SGI-baserad), kvotera lika mellan föräldrar med gemensam vårdnad och begränsa uttaget till dessa. Begränsa uttagsperioden till barnets

första tre år, men stärk ersättningsnivån till 90 % av sjukpenninggrundande inkomst och överväg en justering uppåt av taket i ersättningen (som för närvarande ligger på 10 prisbasbelopp). Det bör noteras att i dag betalas föräldralön eller föräldrapenningtillägg i enlighet med kollektivavtal i hög utsträckning ut från arbetsgivare inom alla samhällssektorer. Det ger för många, men inte alla, föräldrar en kompensationsgrad på 90 procent under en del av föräldraledigheten. En höjning av föräldrapenningen kan därmed handla om en omfördelning från arbetsgivare till staten snarare än att ge en totalt sett högre ersättningsnivå för föräldrarna vilket påverkar effektiviteten medan jämlikheten ökar. Det senare är en värderingsfråga.

- Tidsbegränsa uttaget av föräldrapenning till de år då barnet faktiskt behöver mest omsorg och formell barnomsorg saknas. Detta är i linje med grundtankarna bakom försäkringen. Kortare ledigheter blir mer förutsägbara för föräldrar, barnomsorg och arbetsgivare. De blir troligtvis mer jämnt fördelade om de begränsas till föräldrar med gemensam vårdnad, kvoterats jämnt mellan dem och får en högre ersättningsnivå.

Revidera föräldraledighetslagen genom att:

- Avskaffa den s.k. snabbhetspremien och möjligheten till obetald föräldraledighet före tre års ålder. Idag finns rätt till hel obetald ledighet till dess att barnet fyller 18 månader. Därefter finns rätt till delvis obetald ledighet (25%) tills barnet fyller åtta år. Om förskoleplats dessutom garanteras vid 9 i stället för 12 månaders ålder indikerar man en normförskjutning mot återgång till förvärvsarbete, vilken förstärks om obligatorisk förskola införs från tre år. Dessa revideringar innebär en reform i linje med ett samhälle där i princip alla har gymnasieutbildning eller mer och såväl män som kvinnor förutsätts förvärvsarbete hela livet. Snabbhetspremien leder till att kvinnor kombinerar lång föräldraledighet med deltidsarbete/deltidsfrånvaro på ett sätt som inte män gör. På kort sikt kan det ses som rationellt då de inte missgynnas vad gäller SIG om de får ytterligare ett barn inom ca 2,5 men på lång sikt får nyttjande av denna regel stora negativa konsekvenser för kvinnors inkomster, karriärer och oberoende. Obetald ledighet används nästan uteslutande av kvinnor och får negativa konsekvenser för deras inkomster. Att avskaffa denna

möjlighet tillsammans med snabbhetspremien stärker det försäkringsmässiga skyddet, minskar ojämställd frånvaro på arbetsplatserna, ökar arbetsutbudet och stärker kvinnors ekonomiska oberoende.

- Ge arbetsgivare ansvar att rapportera VAB till Försäkringskassan mot löneavdrag. Stärk kontrollen av VAB för att minska felaktigt nyttjande och felaktiga utbetalningar.
- Ge Försäkringskassan i uppdrag att utforma myndighets-överskridande informationskampanjer om jämställt föräldraskap och föräldraförsäkringen. Informera om syftet med systemet och kompletterande institutioner (som förskola, VAB, etc.). Sådana mål finns sedan länge i Försäkringskassans regleringsbrev (vissa år med kompletterande instruktioner om särskilda grupper som bör nås av informationen) men behöver stärkas ordentligt.
- Ge också Försäkringskassan i uppdrag att tillsammans med andra myndigheter (t.ex. Arbetsmiljöverket, Pensions-myndigheten) utforma och sprida digitala stödfunktioner för beräkningar av vad ledighet och föräldrapenning innebär på kort och lång sikt för dem som planerar föräldraledighet.

2. Skapa en social infrastruktur för ett gott åldrande och som möjliggör delat ansvar för omsorg om vuxna anhöriga

2.a Öka resurserna till äldreomsorgen för att minska omsorgsbördan och öka arbetsutbudet bland medelålders män och kvinnor

Dagens system underminerar arbetsutbudet och ökar stressen, särskilt bland kvinnor (50+). Att förstärka äldreomsorgen minskar de indirekta kostnaderna och förhindrar att Sverige rör sig mot större könsskillnader i linje med andra länder i Europa och Nordamerika. Mer formell omsorg minskar trycket på anhöriga så att fler kan fortsätta arbeta heltid utan hälsokompromisser. Högre bemanning inom äldreomsorgen förbättrar arbetsmiljön i sektorn, vilket behövs för att klara framtidens kompetensförsörjning. Fler arbetstillfällen inom omsorgssektorn stärker sysselsättningen och kan gynna grupper som står utanför arbetskraften. Forskning visar att ökade omsorgsresurser minskar sjukskrivningar relaterade till stress, särskilt bland kvinnor.

- Inför riktade statliga budgettillskott till kommuner för äldreomsorgen (d.v.s. hemtjänst, hemvård, men också särskilt boende och rehabiliterande insatser).
- Ge Arbetsmiljöverket i uppdrag att stärka arbetsmiljö och arbetsvillkor i äldreomsorgen för att minska personal-omsättning och sjukskrivningar samt öka heltidsnormen.
- Inför "omsorgskonsulenter" med fokus på att förebygga stress och sjukskrivningar hos anhöriga med omsorgsansvar. Koppla detta till information men utforma faktiska tjänster. Om något av detta ansvar ska ligga på kommunerna bör det samordnas och finnas tydliga instruktioner för att undvika dagens fragmentiserade och varierande stöd till anhöriga. Jämför med förslag om stödkontakt i *Stärkta insatser för äldre och för de som vårdar eller stöder en närstående* (prop. 2025/26:60).

2.b Utred ett hållbart och jämställt ersättningssystem för anhörigomsorg med hänsyn taget till livscykeffekter

Detta förslag adresserar paradoxen att en grupp som politiken förlitar sig på för att säkra framtida arbetsutbud för att klara välfärden i och med en åldrande befolkning belastas samtidigt av återkommande omsorgsansvar för vilket det saknas reellt stöd. Närståendepengen är begränsad (100 dagar, låg ersättning, livets slutskede) och svår att navigera – därför används den i liten utsträckning. Kommunala insatser finns men varierar och är inte lika för alla.

Omsorgsansvar återkommer under livet, kvinnor drabbas hårdast då perioder av frånvaro från arbetsplatsen eller arbetsmarknaden genom ledighet och deltid får långsiktiga negativa konsekvenser vad gäller inkomster, hälsa och oberoende. Omsorgsansvar för annan vuxen är svårt att förutse i detalj och därmed svår att planera. Existerande stöd är begränsat, fragmentiserat och varierande p.g.a. kommunalt ansvar. Olika former av stöd för anhörigomsorg bör samlas och normeras av staten. Ett system liknande VAB (vård av nära anhörig, VAN) kan avlasta individer men riskerar att förstärka könsskillnader om det utformas på likartat sätt. Ett nytt system måste undvika att reproducera de ojämlika mönster som föräldraförsäkringen skapat, d.v.s. där kvinnor tar majoriteten av

dagarna. Systemet måste värdera omsorgsansvar, men samtidigt skydda kvinnors inkomster, karriärutveckling och pensioner. Ett livscykelperspektiv behöver vara styrande: omsorg om vuxna anhöriga är inte enkelt och inte alltid förutsägbart.

- Regeringen bör skyndsamt tillsätta en utredning av en samlad form av stöd för anhörigomsorg inklusive en riktad ersättning (VAN), men betona att utredningen bör innehålla:
 - Möjlighet till ledighet kombinerad med inkomstrelaterad ersättning.
 - Tydlig kvotering eller kompensatoriska mekanismer för att undvika ojämslidd användning. Detta kan hanteras genom att enbart biologiska barn kan utnyttja ersättningen.
 - Tak för antal ersättningsdagar med inkomstrelaterad ersättning per år för att undvika långvarig frånvaro från arbetsmarknaden.
- Regeringen bör även utreda en alternativ strategi för föräldraledighet och anhörigomsorg genom att införa ett livscykelbaserat omsorgskonto eller "tidbank" som möjliggör delat ansvar för omsorg om barn såväl som omsorg riktad till andra vuxna i senare livsfaser. Dagens system förstärker ojämsliddheten tidigt i livet och skapar strukturer som påverkar arbetsdelning även senare. Den lämnar dessutom medelålders och äldre utan stöd då icke-planerade omsorgsbehov uppstår. En livscykelbaserad "tidbank" skulle minska risken för att kvinnor får fler avbrott än män vid olika typer av omsorgsansvar. Ett enhetligt system kan göra det tydligt att omsorgsansvar är något som återkommer, inte något som avslutas när barnen börjat skolan eller blivit stora nog att klara sig själva. En sammanslagning av föräldrapenning, närståendepenning och eventuellt framtida ersättningar för anhörigomsorg bör vara:
 - Individuell, icke-överlåtbar för att stärka jämsliddheten.
 - Möjlig att spara och använda tidbankens dagar flexibelt under arbetslivet.
 - Reglerad på ett sätt som minskar risken för långvarigt deltidsarbete som idag följer på småbarnsfasen och riskerar

att återkomma i medelåldern då omsorgsansvar återkommer samtidigt med det egna åldrandet.

- Kompletterande reformer bör syfta till att minska systemberoendet av kvinnors obetalda arbete genom att:
 - Bygga ut anhörigstöd och kommunal avlastning för att minska risken att kvinnor går ned i arbetstid eller belastas hälsomässigt av omsorgsansvar.
 - Stärka arbetsgivarnas ansvar för hållbara arbetsvillkor så att flexibilitet och sjukskrivning inte blir en ersättning för bristande jämställdhet i hemmet.
 - Utveckla nationella riktlinjer för jämställdhet i omsorgsansvar liknande de som finns för lön och arbetsmiljö.

3. Genomför regelbundna tidsanvändningsundersökningar som vilar på vetenskaplig grund och som gör det möjligt att följa utvecklingen över tid och möjliggöra problembaserade analyser och forskning vad gäller det obetalda hem- och omsorgsarbetet

3.a Ge Jämställdhetsmyndigheten i uppdrag (med budget) att ansvara för statistik och uppföljning av jämställdhetspolitiken

- Stärk Jämställdhetsmyndighetens uppdrag att följa upp och utvärdera jämställdhetspolitiken och de jämställdhetspolitiska delmålen i myndighetens instruktion. För detta behövs en nationell aktör med ett samlat ansvar för att utveckla, kvalitetssäkra och fastställa relevanta jämställdhetsindikatorer. Myndigheten har eller kan utveckla tematisk och metodologisk kompetens som krävs för att säkerställa att indikatorerna är forskningsbaserade, robusta och användbara i analyser.
- Utse Jämställdhetsmyndigheten till statistikansvarig myndighet för jämställdhetsstatistiken med uppdrag att utveckla och förvalta en återkommande, hållbar och metodologiskt solid tidsanvändningsundersökning. Detta uppdrag måste kompletteras med särskilda resurser i budget. Erfarenheterna från den pilotstudie som SCB genomförde 2020 visar tydligt att fördjupad expertkunskap vid myndighet med forskarstöd från akademien krävs för att ta fram statistikunderlag av tillräcklig

kvalitet. I dagsläget är bristerna i statistiken över tidsanvändning stora. Delmålet om en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet kan därför inte följas upp på ett seriöst sätt då det saknas tillförlitliga, heltäckande och användbara tidsanvändningsdata. Regelbundna och gedigna tidsanvändningsundersökningar är en förutsättning för att kunna följa utvecklingen på ett meningsfullt sätt och bedriva en effektiv politik avseende delmål 4.

- För att åtgärda dessa brister bör Jämställdhetsmyndigheten skyndsamt få i uppdrag att med hjälp av SCB genomföra en ny tidsanvändningsundersökning som vilar på vetenskaplig grund och möjliggör meningsfulla analyser och jämförelser över tid och kontexter. Den bör vara baserad på en uppdaterad tidsdagboksmetodologi som idag finns att tillgå digitalt, utvecklad av en grupp experter vid Centre for Time Use Research vid University College London (CTUR, UCL). Detta verktyg har genomförts i Storbritannien och Australien med goda resultat. Den är enkel att hantera för respondenterna och billig för beställarna. Att genomföra en sådan undersökning i Sverige skulle kosta mindre än en miljon SEK. Därefter bör regelbundna tidsanvändningsundersökningar genomföras vart tredje år eftersom en återkommande, omfattande tidsanvändningsstudie är en nödvändig komponent för att stärka uppföljningen av delmål 4. Det mest centrala för att öka träffsäkerheten och effektiviteten i uppföljningen är utvecklingen av relevanta mått för att fånga förändringar i det obetalda hem- och omsorgsarbetet – och en regelbundet återkommande tidsanvändningsstudie är kärnan i detta arbete.
- 3.b Ge Jämställdhetsmyndigheten i uppdrag att utveckla och genomföra regelbundna tidsanvändningsundersökningar som vilar på vetenskaplig grund och som möjliggör problem-baserade analyser och forskning med syfte att fylla kunskapsluckor vad gäller det obetalda hem- och omsorgsarbetet genom att:
- Utveckla nya nationella tidsanvändningsstudier med fler observationer, kortare mätintervall, fler variabler som tidigare saknades, exempelvis vad gäller känslor och stress.

- Utveckla nya nationella tidsanvändningsstudier med fokus på tre eller fyra stora grupper av utrikes födda för att förstå hur normer, familjestruktur, m.m. påverkar tidsanvändning.
- Möjliggöra länkning och samkörning mellan tidsanvändningsdata och registerdata. Detta skulle möjliggöra analyser av familjedemografiska utfall och tidsallokering, inkomstutveckling, yrkesval och karriärbrott, hälsa och sjukskrivning, framtida pensionsutfall bland respondenter. Detta skulle också möjliggöra analyser av hur föräldrars tid med barn påverkar barns liv, inklusive skolresultat och hälsa.

En sådan infrastruktur är avgörande för att analysera hur obetalt arbete påverkar jämställdheten över hela livsrytmen. Vid sidan av ovan nämnda rekommendationer bör man även:

- Utveckla nya mått på anhängarsorg, inklusive emotionellt och administrativt stöd vid sidan av frågor om stress och känslor förknippade med olika aktiviteter.
- Traditionella mått fångar inte koordinering, myndighetskontakter, oro och tillsyn – aktiviteter som vuxit kraftigt och drabbar kvinnor mest. Tydligare indikatorer behövs för att följa utvecklingen i takt med att befolkningen åldras. Säkerställ ett tillräckligt stort sample av äldre (t.ex. <81 år).

Dessa åtgärder bör kompletteras med informationskampanjer och normförändrande kommunikationsinsatser i likhet med ett ambitiöst projekt i Katalonien Barcelona Time Use Initiative (<https://timeuse.barcelona>).

Slutord: en jämställdhetspolitik i takt med tiden

Den internationella forskningen visar att jämställdhet i obetalt arbete är en långsam kulturell och institutionellt betingad process. Sverige har sedan länge en väl framskjuten position i internationell jämförelse men riskerar att utvecklingen stagnerar utan förnyad politik och normutveckling. Det återstående könsgapet handlar inte bara om tidsåtgång för olika aktiviteter utan om ansvar, initiativ och emotionell börda.

Politiken kan inte styra privatlivet direkt, men den kan skapa villkor och incitament som syftar till jämställdhet, gör den möjlig och på sikt kanske självklar. I dagens Sverige är det inte ekonomiskt effektivt att en grupp – kvinnor – underutnyttjar sina förmågor på arbetsmarknaden för att ta ansvar för hem och omsorg om andra, framför allt då det innebär negativa effekter på inkomster och hälsa. Ett modernt välfärdssamhälle kan inte bygga på att kvinnor ska ”lösa” behov av omsorg genom flexibilitet och deltidarbete och eventuellt även sjukskrivningar. Föräldraförsäkringen, liksom stödet till anhöriga, måste utformas så att både män och kvinnor kan delta fullt ut i både arbetsliv och omsorgsansvar. Staten kan styra med incitament och tydliga regler och ge de som väljer ett mindre jämställt alternativ mindre generösa ersättningar. Endast så kan Sverige möta en åldrande befolkning, värna arbetskraftsdeltagandet och säkerställa ekonomisk jämställdhet över hela livscykeln. I ett samhälle med stark välfärdsstat men växande åldrande befolkning blir nästa jämställdhetsutmaning inte småbarnsåren, utan den senare livsfasens omsorgsansvar. Det ställer krav på en jämställdhetspolitik i takt med tiden.

Referenser

- Adda, J., Dustmann, C. & Stevens, K. (2017). The career costs of children. *Journal of Political Economy*, 125(2): 293–337.
- Altintas, E. & Sullivan, O. (2017). Trends in Fathers' Contribution to Housework and Child Care under Different Welfare Regimes. *Social Politics*, 24(1), 81–108.
- Bauer, J. M. & Sousa-Poza, A. (2015). Impacts of informal caregiving on caregiver employment, health and family. *Journal of Population Ageing*, 8(3): 113–145.
- Bianchi, S. M., et al. (2012). Housework: Who Did, Does or Will Do It, and How Much Does It Matter? *Social Forces*, 91(1), 55–63.
- Bom, J., Bakx, P., Schut, F. & van Doorslaer, E. (2019). The impact of informal caregiving for older adults on the health of various types of caregivers: a systematic review. *The Gerontologist*, 59(5): e629–42.

- Bratberg, E., Dahl, S.-Å. & Risa, A. E. (2002). The double burden: Do combinations of career and family obligations increase sickness absence among women? *European Sociological Review*, 18(2): 233–249.
- Craig, L. & Churchill, B. (2021). Dual-earner parent couples' work and care during COVID-19. *Gender, Work & Organization*, 28(S1), 66–79.
- Craig, L. & Mullan, K. (2010). Parenthood, gender and work-family time in the United States, Australia, Italy, France and Denmark. *Journal of Marriage and Family*, 72(4), 1344–1361.
- Daminger, A. (2019). The Cognitive Dimension of Household Labor. *American Sociological Review*, 84(4), 609–633.
- Dribe, M. & Stanfors, M. (2009). Does parenthood strengthen a traditional household division of labor? Evidence from Sweden. *Journal of Marriage and Family*, 71: 33–45.
- Evertsson, M. & Nermo, M. (2004). Dependence within families and the division of labor: Comparing Sweden and the United States. *Journal of Marriage and Family*, 66 (5): 1272–86.
- Försäkringskassan (2020). Sjukfrånvaro i psykiatriska diagnoser. En registerstudie av Sveriges arbetande befolkning i åldern 20–69 år. Socialförsäkringsrapport 2020:8.
- Försäkringskassan. (2024). Psykisk ohälsa i dagens arbetsliv. Försäkringskassans lägesrapport 2024:1.
- Hays, S. (1996). *The Cultural Contradictions of Motherhood*. New Haven: Yale University Press.
- Hook, J. L. (2010). Gender Inequality in the Welfare State: Sex Segregation in Housework, 1965–2003. *American Journal of Sociology*, 115(5), 1480–1523.
- Hook, J. & Wolfe, C. (2012). New fathers? Residential fathers' time with children in four countries. *Journal of Family Issues*, 33(4): 415–450.
- Ice, E. (2023). Bringing Family Demography Back In: A Life Course Approach to the Gender Gap in Caregiving in the United States. *Social Forces*, 101(3), 1143–1170.
- Inspektionen för socialförsäkringen (ISF). (2023). Vilka föräldrar använder obetald föräldraledighet? En analys av hur mammor

och pappor kombinerar föräldrapenning och obetald
föräldraledighet. Rapport 2023:11.

- Labbas, E. & Stanfors, M. (2025). Unpaid Care for Elderly Parents and Labor Supply Among Older Working-Age Men and Women Across Europe. *Feminist Economics*.
- Lareau, A. (2003). *Unequal Childhoods: Class, Race, and Family Life*. Ewing: University of California Press.
- Milkie, M. et al. (2025). Who's Doing the Housework and Childcare in America Now? Differential Convergence in Twenty-First-Century Gender Gaps in Home Tasks. *Socius*.
<https://doi.org/10.1177/23780231251314667>
- Neilson, J. & Stanfors, M. (2014). It's about time! Gender, parenthood, and household divisions of labor under different welfare regimes. *Journal of Family Issues*, 35: 1066–1088.
- Oakley, A. (1974). *The Sociology of Housework*. London: Martin Robertson.
- Olivetti, C. & Petrongolo, B. (2017). The economic consequences of family policies: Lessons from a century of legislation in high-income countries. *Journal of Economic Perspectives*, 31(1): 205–230.
- Pailhé, A., Solaz, A. & Stanfors, M. (2021). The Great Convergence: Gender and Unpaid Work in Europe and the United States. *Population and Development Review*, 47(4), 1–40.
- Ruhm, C. (1998). The economic consequences of parental leave mandates: Lessons from Europe. *Quarterly Journal of Economics*, 113(1): 285–317.
- Sayer, L. (2016). Trends in women's and men's time use, 1965–2012: Back to the future? In Mchale, S. et al. (red.). *Gender and Couple Relationships*. Berlin: Springer, ss. 43–77.
- Sayer, L. & Gornick, J. (2012). Cross-national variation in the influence of employment hours on child care time. *European Sociological Review*, 28(4): 421–442.
- Sayer, L. C., Yan, X. Doan, L. & Rinderknecht, R. G. (2021). Gendering the Pandemic: Women's and Men's Time Use during COVID-19. Paper presented at the 2021 American Sociological Association annual conference.

- SCB (2021). En fråga om tid. En studie av tidsanvändningen bland kvinnor och män 2021. Stockholm: Statistiska centralbyrån.
- Stanfors, M. (2014). Women in a changing economy: The misleading tale of participation rates in a historical perspective. *History of the Family*, 19(4): 513–536.
- Stanfors, M. (2023). Omsorg om äldre anhöriga. SNS Analys 97. Stockholm: SNS.
- Stanfors, M. & Jacobs, J. C. (2023). Unpaid caregiving and stress among older working- age men and women in Sweden. *SSM – Population Health*, 23, 101458.
- Stanfors, M., Jacobs, J. C. & Neilson, J. (2019). Caregiving Time Costs and Trade-offs: Gender Differences in Sweden, the UK, and Canada. *SSM – Population Health*, 9, 100501.
- Sullivan, O. (2019). Gender inequality in work-family balance. *Nature Human Behaviour*, 3, 201–203.
- Treas, J. & Drobnic, S. (Red.) (2010). *Dividing the domestic. Men, Women & Household Work in Cross-National Perspective*. Stanford: Stanford University Press.
- Ulmanen, P. (2022). Reversed socioeconomic pattern in the costs of caring regarding well-being and paid work among women in Sweden. *Social Policy & Administration*, 56(4): 563–579.
- Van Houtven, C., Carmichael, F., Jacobs, J. & Coyte, P.C. (2019). *The economics of informal care*. Oxford Research Encyclopedia of Economics and Finance.
- Yavorsky, J. E., Qian, Y., & Sargent, A. (2021). The gendered pandemic: The implications of COVID-19 for work and family. *Sociology Compass*, 15(6), e12881.
- Åkerlind I. m. fl. (1996). Sex differences in sickness absence in relation to parental status. *Scandinavian Journal of Public Health*, 24(1): 27–35.