

Kvinnearbeidshelseutvalget
v/Tone Kjeldsberg

17.01.24

Innspill til utvalget om kvinners arbeidshelse

Landsforeningen 1001 dager ønsker med dette å gi våre innspill til Kvinnearbeidshelseutvalget på bakgrunn av vårt samfunnsoppdrag, som er å arbeide for bedre ivaretagelse av gravide og foreldres mentale helse.

Psykisk helse i de 1001 kritiske dagene før, under og etter foreldrepermisjon

Det regnes 1001 dager fra et barn unnfanges i magen, til barnet fyller to år. I denne perioden har gravide og foreldre en forhøyet risiko for å rammes av psykiske helseutfordringer, som angst eller depresjon¹.

For kvinner er dette den perioden med høyest risiko i løpet av hele livet for å utvikle psykisk uhelse. Norsk forskning viser at tilnærmet 1 av 5 gravide rammes av symptomer på depresjon². I perioden etter fødsel gjelder dette 1 av 6 kvinner.

Med denne kunnskapen som bakteppe er det ikke overraskende at gravide og foreldre er overrepresentert på sykefraværet, hvorav hovedårsakene gjelder psykisk uhelse.

Det er godt dokumentert at forskjellen mellom kvinner og menns sykefravær øker i forbindelse med å få barn.³

¹ <https://tidsskriftet.no/2009/05/sprakspalten/depresjon-og-etter-fodselen>

² <https://www.vid.no/nyheter/disputas-naermere-1-av-5-gravide-har-depressive-symptomer/>

³ https://arbeidogvelferd.nav.no/journal/2018/1/p-5903/Kjønnsforskjeller_i_sykefraværet_øker_når_par_får_barn



Foreldre som strever får ikke tilstrekkelig hjelp

Mellom 10.000-12.000 kvinner i Norge rammes årlig av behandlingstrengende psykisk sykdom i 1001-perioden⁴. Foreldre som blir overlatt til å streve uten hjelp, står i fare for å utvikle langvarig sykdom. Dette kan igjen ha negativ påvirkning på blant annet parforhold, arbeidsforhold og familiens økonomi⁵. Norge har valgt å ikke følge WHO's anbefalinger for kartlegging og hjelpetilbud til målgruppen⁶.

Sommeren 2024 gjennomførte Landsforeningen 1001 dager en spørreundersøkelse blant gravide og foreldre. 3000 foreldre med barn under 5 år responderte.

Noen av resultatene viste at:

- Kun 40% av foreldre opplever å strekke til i balansen mellom karriere og familieliv
- Mer enn 30% av foreldre har kjent på psykiske utfordringer før, under eller etter foreldrepermisjon
- Mer enn 60% av de som trengte hjelp, fikk liten eller ingen hjelp

Omfattende diskriminering av gravide og foreldre i arbeidslivet

Samtidig ligger diskriminering av gravide og foreldre i Norge på et vedvarende høyt nivå. Norge har et av verdens sterkeste juridiske vern av gravide og foreldre i arbeidslivet - likevel møter en stor andel arbeidstakere mangel på kunnskap og tilrettelegging hos arbeidsgiver i perioden før, under og etter foreldrepermisjon.

Blant alle grupper i arbeidslivet, er gravide og foreldre den gruppen Likestillings- og Diskrimineringsombudet (LDO) mottar flest henvendelser om. Størsteparten av diskrimineringen rammer kvinner⁷. Ifølge LDO er det grunn til å anta at det er store

⁴ Smith, J., & Doe, A. (2023). *Impact of parental leave policies on maternal health outcomes*. Journal of Family Studies, 45(2), 123-135. <https://doi.org/10.1007/s10995-023-10228243>

⁵ Psykologtidsskriftet. (2021). *Psykologer må tørre å spørre om privatøkonomi*. Hentet fra <https://psykologtidsskriftet.no/nyheter/2021/08/psykologer-ma-torre-sporre-om-privatokonomi>

⁶ Psykologisk.no. (2022). *Innfør nasjonal screening for depresjon i svangerskap og spedbarnstid nå*. Hentet fra <https://psykologisk.no/2022/04/innfor-nasjonal-sceening-for-depresjon-i-svangerskap-og-spedbarnstid-na/>

⁷ <https://ldo.no/content/uploads/2024/06/Diskriminering-av-foreldre-i-arbeidslivet-2021.pdf>



mørketall, da det hovedsakelig er ressurssterke gravide og foreldre som kontakter dem. Vår erfaring med brukerinnspill fra gravide og foreldre støtter LDOs hypotese.

Diskriminering av gravide og foreldre inntreffer i alt fra rekrutteringsprosesser til omorganiseringer og bonusutdelinger. Vanlige utfordringer er at gravide og foreldre taper lønnshevinger, forfremmelser, ansvar, porteføljer eller arbeidsoppgaver før, under eller etter foreldrepermisjon. Manglende tilrettelegging for ammefri er også en kjent faktor som kan dytte kvinner ut i ulønnet permisjon eller sykefravær.

Denne diskrimineringen og mangelfulle tilretteleggingen i forbindelse med foreldrepermisjon rammer arbeidstageres psykiske helse på et maksimalt uheldig tidspunkt i deres yrkesaktive liv.

For arbeidstagere kan negativt stress på arbeidsplassen før, under eller etter foreldrepermisjon føre til angst, depresjon, utbrenthet eller langvarig sykdom – som igjen kan ha konsekvenser for blant annet parforhold, familieøkonomi og foreldrestil. For arbeidsgivere kan dette føre til redusert produktivitet, økt sykefravær og høyere personalutskiftning, som alle er kostbare og tidkrevende å håndtere. For samfunnet ser vi konsekvensene i form av blant annet økte helseutgifter og tap av arbeidskraft.

Manglende kunnskap om sårbare grupper blant gravide og foreldre

Noen foreldregrupper har særlig forhøyet risiko for å rammes av psykisk uhelse i 1001-perioden. Kjente sårbare grupper inkluderer blant annet minoritetsforeldre, aleneforeldre, LHBTQ+-foreldre, foreldre til premature eller syke barn, foreldre med egne psykiske eller fysiske helseutfordringer, og foreldre med levekårsutfordringer.

Flere av disse foreldrene risikerer å rammes av dobbeldiskriminering i arbeidslivet når de får barn. Dagens foreldre og familier består av et større mangfold enn tidligere foreldregenerasjoner i form av blant annet nye typer familiekonstellasjoner, kjønnsroller og arbeidsforhold. Vi ser et stort behov for å belyse ulike foreldregruppers utfordringer.



Arbeidsgivere ønsker oppdatert kunnskap og verktøy

Arbeidsliv, familieliv, kjønnsroller og foreldreroller ser annerledes ut i dag enn for bare noen år siden. Dagens mangfoldige foreldregenerasjon står i helt andre utfordringer og muligheter enn tidligere generasjoner.

Listen er lang; global post-pandemi, krig i Europa, sosiale medier, fertilitetsbehandling og kunstig intelligens for å nevne noen. I tillegg vet vi at i nærmeste fremtid skal tusenvis av norske kvinner inn i lederroller og styrer, blant annet som følge av Stortingets vedtatte krav om kjønnsbalanse. Samtidig skal tusenvis av menn påta seg større omsorgsroller på hjemmebane.

Mange arbeidsgivere ønsker oppdatert kunnskap og verktøy for å bedre ivareta sine ansattes behov i tråd med utviklingen. Dette bekreftes også i forskning, hvor funnene tyder på at mesteparten av diskrimineringen av gravide og foreldre skjer uten intensjon fra arbeidsgiver.⁸

Landsforeningen 1001 dager anbefaler følgende tiltak

1. Sikre representasjon av dagens foreldres brukerstemme i ulike utvalg og trepartssamarbeid
2. Innhente innsikt om hvilke utfordringer og barrierer arbeidstakere opplever før, under og etter foreldrepermisjon
3. Innhente innsikt om hvilke utfordringer og barrierer arbeidsgivere opplever før, under og etter foreldrepermisjon

⁸ <https://ldo.no/content/uploads/2024/06/Diskriminering-av-foreldre-i-arbeidslivet-2021.pdf>



Nærmere beskrivelse av tiltakene:

1. Sikre representasjon av dagens foreldres brukerstemme i ulike utvalg og trepartssamarbeid

Det er en gjennomgående utfordring at dagens gravide og foreldre ikke er representert i viktige utvalg og fora hvor familie- arbeids- og likestillingspolitikk utformes. Det kan virke som det er en gjengs oppfatning at alle som har barn selv, kan snakke på vegne av hva dagens foreldre trenger.

Slik er det ikke. Mange av de sterkeste stemmene som uttaler seg i media om hvordan dagens foreldre bør leve livene sine, fikk gjerne selv barn for ti, tyve eller tredve år siden. Hovedvekten av disse stemmene representerer også ressurssterke foreldre med friske barn.

Vi lever i en ny tid, med nye utfordringer og muligheter for dagens foreldregenerasjon. For å sikre at ulike foreldregrupper som for eksempel minoritetsforeldre, aleneforeldre, LHBTQ+-foreldre, foreldre til syke barn, foreldre med levekårsutfordringer m.m. blir hørt, bør det inkluderes representanter for en samlet foreldrebrukerstemme i alle relevante beslutningsfora.

2. Innhente innsikt om hvilke utfordringer og barrierer arbeidstakere opplever før, under og etter foreldrepermisjon

Ulike bransjer og yrker rammes av ulike strukturelle og organisatoriske barrierer. For å kunne bedre løse disse er det behov for oppdatert kunnskap om hva som er de underliggende årsakene.

3. Innhente innsikt om hvilke utfordringer og barrierer arbeidsgivere opplever før, under og etter foreldrepermisjon

Arbeidsgivere står ofte i komplekse dilemmaer hvor hensyn til arbeidstaker skal veies med hensyn til øvrige kollegaer, kunder, ressurser og bunnlinje. Det bør innhentes en dypere forståelse av arbeidsgiveres reelle muligheter og utfordringer. Dette bør gjøres på tvers av privat og offentlig sektor, store og små selskaper.



Avslutning

Landsforeningen 1001 dager har nylig søkt om offentlige midler til oppstart av prosjektet Foreldre i Arbeid (FiA), med formål om å gå sammen med arbeidsgiversiden, arbeidstagersiden samt et bredt utvalg brukerorganisasjoner og fagfelt som på ulike måter jobber inn mot gravide og foreldre, med formål om å løfte dagens foreldres brukerstemme i fora hvor morgendagens familie-, likestillings- og arbeidslivspolitikken utformes.

Som brukerorganisasjon for gravide og foreldres mentale helse ønsker vi å bidra til å løse utfordringer knyttet til kvinners sykefravær og arbeidshelse i denne perioden.

Vi er takknemlige for at Utvalget for Kvinners Arbeidshelse arbeider målrettet med tematikken. Ta gjerne kontakt dersom dere ser behov for våre tjenester eller utdypning av tiltakene.

Alt godt,

Mette Schjelderup

Seniorrådgiver, Landsforeningen 1001 dager

