

Lunds universitet
Sociologiska institutionen



LUNDS UNIVERSITET

“Arbetet i det dolda”

Författare: Asal Asgarian Wennergren & Emmy Myrne

Kandidatuppsats: SOCK10, 15 hp

Vårterminen 2023

Handledare: Annika Elwert

Författare: Asal Asgarian Wennergren & Emmy Myrne

Titel: "Arbetet i det dolda"

Kandidatuppsats: SOCK10, 15 hp

Sociologiska institutionen, vårterminen 2023

Handledare: Annika Elwert

Abstrakt

Syftet med denna uppsats har varit att undersöka om kvinnors känslomässiga och obetalda arbete påverkar deras hälsa. Tidigare forskning har visat att kvinnor tenderar att må sämre när de utför mer obetalt och känslomässigt arbete. Därför valde vi att undersöka fördelningen av dessa arbeten mellan kvinnor och män, och fokusera på hur det påverkar kvinnors psykiska hälsa.

Resultatet visade en statistiskt signifikant koppling mellan kvinnor som utför mer obetalt arbete och sämre hälsa. Det visade sig även att ju mer känslomässigt arbete kvinnor utför, desto mer påverkas deras hälsa negativt. Vi använde data från en enkätundersökning (ISSP 2012) för att undersöka hur respondenternas lycka påverkas av deras hushållsarbete och hur rättvist de upplever fördelningen av detta arbete.

Vårt resultat stödjer tidigare forskning som visat att kvinnor i genomsnitt utför mer obetalt och känslomässigt arbete än män. Kvinnor är oftast de som ansvarar för tvättning, städning och matlagning. Resultatet visade även att kvinnor som utför mer hushållsarbete rapporterade högre nivåer av olycka.

I sammanhanget av att Sverige är ett av världens mest jämställda länder kan det verka paradoxalt att svenska kvinnor löper högre risk för stressrelaterad sjukdom. Detta kan vara en följd av den högre mängd obetalt arbete som kvinnor utför, och resultaten av vår analys tyder på att detta arbete kan ha en negativ påverkan på deras hälsa.

Nyckelord

Obetalt arbete, känslomässigt arbete, hälsa, könsroller, planering, psykisk ohälsa

Förord

Vi vill börja med att tacka vår handledare Annika Elwert för all hjälp och stöttning under arbetets gång. Hennes hjälp har haft stor betydelse för genomförandet av denna uppsats.

Vi vill också rikta ett stort tack till våra familjer som genom sin stöttning och anpassning gjort denna studietid möjlig.

Slutligen vill vi tacka varandra för ett gott samarbete och fin uppmuntran i stunder av nöd!

Innehållsförteckning

1. Inledning	6
1.1 Bakgrund	7
1.2 Förtydning av relationen mellan hälsa och lycka	10
1.3 Syfte	10
1.4 Frågeställning	11
1.5 Avgränsningar	11
2. Tidigare forskning	11
2.1 Obetalt arbete	11
2.2 Jämställdhet mellan könen	12
2.3 Könsmaktsordning	14
2.4 Kvinnor och mäns hälsa	15
2.5 Känsломässigt arbete	16
2.6 Samband mellan obetalt arbete och sjukfrånvaro	17
2.7 Definition av psykisk ohälsa och utmattning	18
3. Teoretiska ramverk	19
3.1 Avvikande handling	19
3.2 Doing gender	19
3.3 Defining and Redefining Work	21
4. Metod och dataanalys	22
4.1 ISSP 2012 - Åsikter om familjeliv och arbete	22
4.2 Etiska överväganden	23
4.3 Urval	24
4.4 Bivariat analys	24
4.4.1 Multipel regressionsanalys	24
4.4.2 Beroende variabel	25
4.4.3 Oberoende variabler	25
4.4.4 Kontrollvariabler	26

4.4.5 Metod för regression	27
5. Resultat och analys	28
5.1 Innehållsanalys	28
5.2 Regressionsanalys	32
5.2.1 Endast män + partner i samma hushåll	32
5.2.2 Endast kvinnor + partner i samma hushåll	34
5.3 Begränsningar	35
6. Diskussion	36
6.1 Rättvis fördelning av hushållsarbete	37
6.2 Obetalt arbete	38
6.3 Känsломässigt arbete	40
7. Konklusion och vidare studier	43
8. Referenser	44
9. Bilagor	47
9.1 Bilaga 1: Enkätundersökning	47
9.2 Bilaga 2: Frekvenstabeller	47

1. Inledning

Kvinnor har traditionellt sett varit ansvariga för arbetet i hemmet, vilket innefattar allt från hushållssysslor och barnomsorg till planering av familjelivet. Osynligt arbete är ett begrepp som används för att beskriva just den typ av arbete som inte räknas som betalt arbete och som inte syns. Det är vanligtvis arbete som utförs inom hemmet och inkluderar hushållssysslor som matlagning, städning, tvättning och inköp, men också omsorgsarbete som att ta hand om barn, äldre eller sjuka i familjen. Bredvid det osynliga arbetet finns även ofta det känslomässiga arbetet, som även detta är sådant arbete som sker i det dolda. Det går därmed inte alltid att mäta, eller fysiskt "ta på", sådant arbete. Det känslomässiga arbetet sker främst i individers egna tankar och innefattar till stor del planering av vardagslivet och hantering av känslor. Vanliga typer av detta arbete är till exempel att det uppmärksammas att något behöver göras, exempelvis i hemmet eller när det kommer till någon relation i individens liv. Det kan också handla om att känna ansvar för de fysiska ting, projekt och planer eller de människor individen har i sin närhet. Denna sortens arbete är svårt att lämna eller pausa, och arbetet är dessutom inte bundet till en fysisk plats. Detta möjliggör att arbetet kan fortgå oavsett vad individen har för sig.

Osynligt och känslomässigt arbete utförs oftast av kvinnor och har historiskt sett betraktats som en självklarhet och en del av kvinnans ansvar i hemmet. Eftersom det inte räknas som betalt arbete anses det ofta som mindre värdefullt och blir därför inte lika synligt eller erkänt som annat arbete. Detta kan leda till ojämställdhet mellan könen, eftersom kvinnor ofta står för det största ansvaret för osynligt och känslomässigt arbete och därmed har mindre tid och möjlighet att delta i betalt arbete och göra karriär utanför hemmet. Parallellt med detta visar statistik från Försäkringskassan att det är fler kvinnor än män som är sjukskrivna. Enligt siffror från december 2022 var 65 procent av personer med pågående sjukfall kvinnor. Vid samma tidpunkt visar Försäkringskassan att 79 procent av antalet sjukskrivna på grund av stressrelaterade sjukdomar utgörs av kvinnor (Försäkringskassan, 2023).

Boken *Allt vi inte ser* av Östensson och Rutgersson (2023) beskriver hur kvinnor påverkas av det obetalda och osynliga arbetet, både i hemmet och på jobbet. Boken tar upp det aktuella ämnet om hur kvinnor ofta tar på sig rollen som projektledare i hemmet. Till sin hjälp har Östensson och Rutgersson samlat in vittnesmål från cirka 1000 kvinnor och män som på något sätt känner sig berörda, eller inte berörda, av det osynliga och obetalda arbetet. Medan många män som besvarat enkäten kan vittna om kampen med vad manlighet ska och inte ska

innebära, är det många kvinnor som berättar om frustrationen i att ständigt göra saker i det dolda och även samtidigt vara projektledaren i hemmet (Östensson & Rutgersson, 2023). Boken, och likaså undersökningen, är i skrivande stund högst aktuell då den kom ut i år. Detta innebär att det är många kvinnor, och män, som kan bekräfta att könsuppdelning och bristen på jämställdhet fortfarande är ett gediget och aktuellt problem som påverkar och berör Sverige.

Östensson och Rutgerssons (2023) bok ligger till grund för varför vi valt det aktuella ämnet känslomässigt och obetalt arbete. Boken väcker intresse och funderingar kring varför detta ämne fortfarande är relevant och problematiskt. Förutom att tydliggöra problematiken kring ämnet tar författarna även upp handfasta tips och förhållningssätt för att skapa mer jämställda relationer.

I boken skriver författarna om begreppet "killräckligt" som indikerar på de dubbla måttstockar som existerar i en heterorelation. Vad som för mannen anses som tillräckligt i exempelvis städning är för kvinnan ofta otänkbart. Hennes ribba för vad som anses vara tillräckligt städad är oftast högre än vad hans ribba är. Detta skapar en stress för henne då hon i många fall får gå efter och göra om, eller göra ytterligare, det mannen misslyckats med att göra. Det skapar även en tanke i henne att hon nästa gång lika gärna kan sköta städningen själv, då det åtminstone blir rent och hon slipper det dubbla arbetet med att upplysa och instruera för mannen ett uppdrag han ska utföra för att sedan själv ändå få åtaga sig det själv. Detta leder till att det i många fall är kvinnor som ser till att vardagssysslor blir omhändertagna och männen hamnar därmed i rollen som en medhjälpare som endast hjälper till att utföra sysslor. Denna uppsats vill därför se om det kan finnas samband mellan det osynliga arbetet och sämre hälsa hos kvinnor (Östensson & Rutgersson, 2023).

I denna uppsats har vi valt att kalla det osynliga arbetet för obetalt och känslomässigt arbete, där vi således valt att ta in de olika begreppen; osynligt arbete, obetalt arbete, känslomässigt arbete samt omsorgsarbete.

1.1 Bakgrund

Enligt Statistikmyndigheten lever det 2 864 000 kvinnor i åldern 20 - 64 år i Sverige idag. Av dessa kvinnor känner 41 procent, sammanboende med barn, och 25 procent, sammanboende utan barn, sig stressade på grund av att de har för mycket att göra. Av dessa kvinnor är det

2 426 000 som arbetar, det vill säga 85 procent av kvinnor i Sverige, varav 59 procent jobbar 35 timmar eller mer per vecka och 13 procent jobbar mellan 20 och 34 timmar per vecka (Statistikmyndigheten, 2022).

I Sverige ska kvinnor och män ha samma förutsättningar att forma både samhället och sina egna liv. Sveriges regering har tagit fram sex jämställdhetspolitiska mål som ska hjälpa Sverige att bli ett jämställt land. Jämställdhetsmyndigheten har som uppgift att följa upp och analysera dessa mål. Bland dessa sex mål finns det två mål som är särskilt relevanta för denna uppsats, delmål fyra och fem vilka omfattar jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet samt jämställd hälsa (Jämställdhetsmyndigheten, 2022).

Enligt Statistikmyndighetens undersökning lägger kvinnor dubbelt så mycket tid på obetalt hemarbete jämfört med män (Statistikmyndigheten, 2011). Generellt lägger kvinnor mer tid åt att laga mat, städa och tvätta och ta hand om barnen. En stor del av det obetalda arbetet är regelbunden omsorg till en anhörig. Nästan en femtedel av befolkningen ger omsorg till äldre, sjuka anhöriga eller barn med funktionsvariationer. Omsorgen är relativt jämn men vilken typ av omsorg som ges skiljer sig åt mellan män och kvinnor. Kvinnor tar generellt mer ansvar för det sociala umgänget och tillsynen medan män gör praktiska punktinsatser. Det har visat sig att kvinnor som ger mer omsorg påverkas och mår sämre eftersom deras insatser gör avtryck på deras sociala liv, ekonomi och hälsa. Genom att minska på skillnaderna i ansvarsfördelningen för det obetalda arbetet kan kvinnor få större möjligheter att delta i arbete utanför hemmet och därmed minska risken för ekonomisk ojämlikhet och stressrelaterade hälsoproblem. Delmålet innebär också att män uppmuntras att ta mer ansvar för det obetalda hem- och omsorgsarbetet, vilket kan främja jämställdhet i hemmen och minska den osynliga arbetsbördan på kvinnor. Jämställdhetsmyndigheten påvisar att det obetalda arbetet länge varit ett bortprioriterat politiskt ämne och att det skett en liten utveckling. Samtidigt sker det nu lite fler insatser, bland annat håller Socialstyrelsen på att ta fram en nationell strategi för anhöriga som vårdare eller som stödjer närstående (Jämställdhetsmyndigheten, 2021).

Idag finns det skillnader mellan kvinnor och män när det gäller deras hälsa. Den största skillnaden är framförallt psykisk ohälsa. Kvinnor i Sverige är överrepresenterade när det kommer till sjukskrivningar som beror på psykisk ohälsa. Den psykiska ohälsan bland flickor och unga kvinnor ökar och även om det finns tydliga tecken på sambandet mellan hälsa och kön finns det flera faktorer som påverkar kvinnor och mäns hälsa såsom ålder, födelseland, funktionsnedsättning, inkomst och utbildning. Det kan finnas flera olika förklaringar till

varför kvinnor har sämre psykisk ohälsa. En anledning kan vara den stigma som finns bland män att söka vård för psykisk ohälsa medan en annan anledning kan vara bristen av forskning på sjukdomar som är typiska för kvinnor som exempelvis endometriosis och vestibulit. Jämställdhetsmyndigheten arbetar med flera olika delar för att bidra till en mer jämställd hälsa för kvinnor och män, men även för flickor och pojkar. En insats är att de försöker tydliggöra jämställdhet, könsskillnader och genus inom vårdutbildningar för att medvetandegöra framtida vårdgivare. De lyfter även fram hur det osynliga arbetet i hemmet påverkar kvinnors hälsa (Jämställdhetsmyndigheten, 2021).

När det kommer till det känslomässiga arbetet har studier visat att kvinnor tar ett mycket större ansvar. Kvinnor får ofta ta på sig projektledarrollen och omgivningen tar det för givet. Hartley beskriver det känslomässiga arbetet som planeringen, hänsynen och omtanken.

“Kvinnor lägger fortfarande dubbelt så mycket tid som män på både arbetet i hemmet och på att ta hand om barnen. Ändå *känns* det, till och med i mer rättvisa förhållanden där de faktiska sysslorna delas lika, som om kvinnor gör mer ... eftersom kvinnor gör *mer*. De faktiska sysslorna delas kanske lika, men vi glömmer att ta med det känslomässiga arbetet i beräkningen. Det är lätt att missa vad vi gör “mer” eftersom mycket av det är osynligt. En stor del av det känslomässiga arbetet är den mentala bördan i att se till att allt blir gjort. Bakom varje uppgift som leder till ett osynligt resultat finns det många mentala steg som inte syns. Och de stegen är kvinnornas ansvar.” (Hartley 2019, 13)

Genom det osynliga arbetet skapar kvinnor en bekväm miljö och tillvaro för alla familjemedlemmar och andra personer i hennes närhet. Hartley menar på att känslorbetet är det mentala lasset och bördan som behövs för all hushållsstyrning som resulterar i det osynliga arbetet (Hartley, 2019).

Till hjälp för genomförandet av denna kandidatuppsats har data från en nationell enkätundersökning, gjord 2012, använts till analysen. Undersökningens namn är *ISSP 2012 - Åsikter om familjeliv och arbete* och några av studiens nyckelord är familjeliv, hemmafru och hushållsarbete (Edlund, 2013). Undersökningen ställer frågor till respondenterna som exempelvis handlar om uppdelning av hushållsarbete, upplevd lycka versus avsaknaden av lycka, upplevt hälsotillstånd samt respondenternas inställning till olika påståenden kring uppdelning av familjeliv och hushållsarbete.

1.2 Förtydning av relationen mellan hälsa och lycka

I denna uppsats operationaliseras begreppet hälsa som lycka, framförallt som psykisk hälsa. Anledningen till detta är att det finns omfattande studier som visar att hälsa är starkt korrelerat med lycka (Steptoe, 2019). Samtidigt finns det tvetydighet kring begreppet lycka, mycket på grund av dess subjektivitet. Hälsa definieras av WHO som "ett tillstånd av fullständigt fysiskt, mentalt och socialt välbefinnande och inte enbart frånvaro av sjukdom". Denna definition innebär att hälsa är mer än bara frånvaron av sjukdom, det handlar också om en persons välbefinnande i en bredare mening. Det är en flerdimensionell aspekt som inkluderar fysisk, psykisk och social hälsa (Folkhälsomyndigheten, 2022).

Steptoe (2019) visar att det finns ett samband mellan lycka och hälsa. Genom att diskutera tidigare forskning inom ämnet påvisar han att det finns ett positivt samband mellan lycka och god hälsa genom att personer som rapporterar hög grad av lycka och välbefinnande också visar bättre psykisk hälsa och lägre nivåer av stress och ångest (Steptoe, 2019). Av den anledningen har denna uppsats använt begreppet lycka som ett sätt att mäta hälsa och vi har valt att fokusera på den psykologiska aspekten av hälsa.

1.3 Syfte

Syftet med denna uppsats är att undersöka om det finns ett samband mellan kvinnors känslomässiga samt obetalda arbete och deras upplevda psykiska hälsa. Avsikten är att synliggöra den ojämställdhet som möjligtvis existerar mellan kvinnor och män i det obetalda och känslomässiga arbetet i hemmet. Även om det finns en del forskning är bristen av forskning inom ämnet tydlig. Syftet med uppsatsen är att synliggöra problematiken med en förhoppning att belysa effekten av det osynliga arbetet på kvinnors hälsa. En förändring kräver att problemet synliggörs och förstås och denna uppsats strävar efter förändring samt förbättring. Vi kommer därtill även att undersöka detta i skenet av män och deras psykiska hälsa. Fokus kommer att ligga på individer som bor i samma hushåll som sin partner för att möjliggöra jämförelser mellan kvinnor och män. Uppsatsens hypotes är således att det finns en korrelation mellan kvinnors obetalda och känslomässiga arbete och deras psykiska hälsa, och att detta samband påverkar deras hälsa negativt. Således att kvinnors upplevelse av olycka ökar i takt med att det obetalda och känslomässiga arbetet ökar.

1.4 Frågeställning

Påverkar kvinnors känslomässiga och obetalda arbete deras psykiska mående?

1.5 Avgränsningar

Vi har begränsat vårt urval till att studera kvinnor och män som lever i heterorelationer då syftet med studien är att undersöka mående hos kvinnor och män som lever ihop, där det främsta fokuset kommer ligga på kvinnors obetalda och känslomässiga arbete samt deras psykiska hälsa. Därav finns det i denna studie inget fokus på ensamstående individer eller samkönade par. Vidare avgränsning som har gjorts är en inriktning på det obetalda och känslomässiga arbete som kvinnor utför i hemmet och därmed inte liknande arbete som kvinnor utför på arbetsplatser. Vidare har vi valt att inte göra en specifik avgränsning på individer som har barn, utan studien görs på alla kvinnor och män, både de med hemmavarande barn och de utan. Vi har inte heller tagit vidare hänsyn till om individerna har förvärvsarbete eller ej.

2. Tidigare forskning

2.1 Obetalt arbete

Hochschild publicerade sin bok *The Second Shift* första gången 1989, men trots att den är 34 år gammal är den fortfarande relevant. Hochschild skriver om den obalans som råder i många familjer där båda parter arbetar, hädanefter kallat två karriärfamiljer. Obalansen aktualiseras bland annat vid hushållsarbete och barnomsorg, där kvinnor ofta tar på sig det större ansvaret för hem och familj trots att de också arbetar utanför hemmet. Hochschild menar på att det obetalda arbetet som kvinnor utför i hemmet ofta inte erkänns som "riktigt" arbete trots att det kräver tid, ansträngning och färdigheter. Det obetalda arbetet inkluderar hushållsarbete, matlagning, städning, tvätt, inköp och barnomsorg och anses ofta vara kvinnors ansvar, även när de förvärvsarbetar. Hochschild argumenterar för att det obetalda arbetet kan vara mer krävande än det betalda arbetet utanför hemmet, eftersom det kräver ständig uppmärksamhet och anpassning till familjens behov. Denna obalans i arbetsfördelningen kan leda till stress och trötthet för kvinnor och det kan påverka deras hälsa och relationer. En aspekt som Hochschild uppmärksammar i boken är hur det obetalda arbetet ofta är ojämnt fördelat mellan män och kvinnor i två karriärfamiljer, där kvinnor tar på sig mer ansvar och därmed har

mindre tid och energi över för andra aktiviteter och sedermera stannar i sina karriärmöjligheter (Hochschild, 1989).

Hochschild genomförde omfattande forskning genom intervjuer med ett stort antal par från olika samhällsklasser och etniska bakgrunder. Hon visade att även i de mest jämställda parförhållanden tog kvinnorna oftast på sig ansvaret för större delen av hushållsarbetet och barnomsorgen. Detta "andra skiftet" av arbete efter den betalda arbetstiden blir ofta osynlig och underskattad. Hochschild undersökte även orsakerna till denna obalans och hennes studier visade hur traditionella könsroller och normer fortfarande påverkar parförhållanden och arbetsfördelning i hemmet (Hochschild, 1989).

Studien belyser därmed det obetalda arbetet som kvinnor gör i hemmet och hur denna obalans i arbetsfördelningen fortfarande är ett problem i dagens samhälle. Hochschild bidrar till en förståelse för de ojämlikheter som fortfarande finns i många parförhållanden och hur jämställdhet i hemmet är en viktig del av en jämställd samhällsutveckling (Hochschild, 1989).

2.2 Jämställdhet mellan könen

Sverige anses vara ett av världens mest jämställda länder och en anledning till det är att i Sverige har en stor andel kvinnor förvärvsarbete samt att pappor tar ut en fjärdedel av de totala föräldradagarna. Under den senare delen av 1900-talet genomgick Sverige omfattande socialpolitiska förändringar som bidragit till mer jämställdhet mellan kvinnor och män (Boye & Magnusson, 2014). Exempelvis infördes en så kallad "pappamånad" 1995 som innebär att en månad av föräldrapenningen reserveras endast till den andra föräldern, vilket idag har ändrats och uppgått till tre månader (Försäkringskassan, 2023). Trots diverse socialpolitiska satsningar för mer jämställdhet mellan könen visar statistik från Statistiskmyndigheten att kvinnor fortfarande tar ett större ansvar för barn samt att det bidrar till att kvinnor får mindre kompetensutveckling än män. För att förtydliga anledningen till de långsamma förändringarna kring jämställdhet belyser författarna Boye och Evertsson (2014) fördelningen av obetalt arbete mellan kvinnor och män (Boye & Evertsson, 2014).

Författarna pekar på att det obetalda arbetet som utförs av kvinnor i hemmet är en bidragande faktor till ojämställdhet mellan könen. Enligt omfattande studier i ämnet har författarna hittat statistik som påvisar att kvinnor utför en större andel av hushållsarbetet, bestående av ansvar för barnomsorg, vård av anhöriga, laga mat, handla, städa och tvätta. Eftersom hushållsarbetet är obetalt blir det inte uppmärksammat men det har enligt författarna konsekvenser för den

som utför det. Genom Levnadsundersökningen, som kartlägger Sveriges befolknings levnadsvanor, har man gjort analyser av det obetalda arbetet vilket har visat att kvinnor lägger dubbelt så mycket tid på obetalt arbete. Det innebär även att kvinnor har hälften så mycket tid till återhämtning och rekreation vilket är viktiga faktorer ur ett hälsoperspektiv. Vidare visar samma statistik från Levnadsundersökningen från 2010 att mäns obetalda arbetstid är oförändrad oberoende av barn eller samboende partner under tidsperioden 1974 till 2010. Samtidigt visar statistiken en positiv trend där skillnaden mellan det obetalda arbetet mellan kvinnor och män minskat under tidsperioden 1974 och 1991. Under 1974 var det fyra procent av paren i undersökningen som delade lika på hushållsarbetet jämfört med 2010 där det var 20 procent som delade lika. Under tidsperioden 1974 till 1991 ökade kvinnors betalda arbetstid kraftigt. Det innebär att kvinnors ekonomiska beroende har minskat och skapat en större frihet och maktresurs. Värt att notera är att större ekonomiska resurser för kvinnor har statistiskt inte visat några större förändringar för fördelningen av det obetalda arbetet i hemmet. Vidare framkom det i undersökningen att mäns hushållsarbete minskade med 1,5 timmar per dag när de bodde med en kvinna samtidigt som kvinnors hushållsarbetstid förblev oförändrad. Det som visade öka kvinnors hushållsarbetstid var förekomsten av barn, däremot visades ingen märkbar förändring för män (Boye & Evertsson, 2014).

Vidare menar Boye och Evertsson (2014) att det osynliga arbetet har negativa konsekvenser i form av att det hindrar kvinnor från att i högre grad delta i aktiviteter utanför hemmet samt avancera inom sina jobbkarriärer. Enligt författarna beror den ojämlika fördelningen av det obetalda arbetet i hemmet till stor del av normer och förväntningar i samhället. Studier visar att både kvinnor och män drar fördel av att fördela det obetalda arbetet jämlikt eftersom båda parter uppvisar bättre hälsa. Ojämställdheten har även konsekvenser för hela samhället eftersom det bidrar till att kvinnor drabbas av stress och utbrändhet på grund av obalans mellan hemmet och arbetslivet. Detta i sin tur leder till både kostnader men även förlorad kompetens som hindrar samhället från bättre utveckling (Boye & Evertsson, 2014).

I en studie av Larsson (2007) som är gjord på sjukskrivna kvinnor framkommer det att kvinnors livssituationer blir ohållbara vid orealistiska kombinationer av arbetsbörda både på jobbet och i hemmet. Larsson poängterar att det viktigaste för hälsan är att anpassa sig efter sin livssituation och poängterar vikten av återhämtning och reflektion. Larsson beskriver hur många kvinnor behöver gå ner i arbetstid för att kunna anpassa och klara av det ökade ansvaret från sitt hushållsarbete (Nordenmark & Rashid, 2008). Vidare framkommer det hur

det ökade kravet på både betalt och obetalt arbete leder till att kvinnor ständigt behöver reglera sin tid och sätta gränser för att kunna leva upp till förväntningar från omgivningen. Rothstein hävdar att även staten har ett ansvar för det kollektiva handlandet inom de moraliska ramarna och ifrågasätter varför kvinnor själva ska behöva dra gränser och förändra sina villkor samt möjligheter. Rothstein menar på att staten och dess politiska tjänstemän behöver ta ansvar för det kollektiva, däribland kvinnors livssituationer (Nordenmark & Rashid, 2008).

2.3 Könsmaktsordning

Holmberg (1993) utförde en kvalitativ studie där hon intervjuat heterosexuella par med frågor riktade mot sina olika roller i deras relationer. I studien talar Holmberg om att det finns en könsmaktsordning mellan kvinnor och män där den nämnda könsmaktsordningen är patriarkal (Holmberg, 1993). Detta könsmaktsförhållande innebär således att män dominerar kvinnor och att kvinnor därmed blir underordnade män. Vidare menar Holmberg (1993) att både män och kvinnor har en del i upprätthållande av att konstruera de olika rollerna. Dessa roller samt upprätthållandet och konstrueringen av dem är en del av de samhälleliga strukturerna.

En av de aspekter som Holmberg tar upp i sin studie handlar om ansvaret i det gemensamma hushållet bland de intervjuade paren. Det Holmberg (1993) observerar är att kvinnan, i parförhållanden med män, tänker och känner ansvar för ordning och uppdelning av områden i ett hushåll. Det ter sig vara enklare för henne att utföra vissa uppgifter än att lära honom dem i vissa fall. I andra fall anser kvinnan det vara bra att mannen utför vissa arbeten så att han med tiden ska lära sig att utföra arbetsuppgifterna självständigt. Holmberg (1993) synliggör även att det är brukligt att det är kvinnan som initierar förhandlingar om arbetsfördelningen i hemmet. Mannen, däremot, verkar inte alltid märka det arbete som kvinnan i hemmet utför. Männerna i Holmbergs studie har en lägre delaktighet i hushållets sysslor och de känner inte till alla de arbetsuppgifter som deras kvinnliga partners gör i deras gemensamma hem. En del av detta arbete handlar om de osynliga, men dock så nödvändiga, sysslorna som behövs i ett hem (Holmberg, 1993).

2.4 Kvinnor och mäns hälsa

Det har länge forskats om hälsoskillnaderna mellan kvinnor och män och fokus har framför allt legat på mortaliteten vilket visat att män lider större risk att dö tidigare än kvinnor. Dock har de senaste årens forskning ändrat riktning och fokus har skiftat till skillnaderna mellan kvinnor och mäns hälsa under tiden de lever. Hälsoproblem innefattar inte bara tidig mortalitet utan även de aspekter som påverkar livskvaliteten. När det gäller ohälsa som har en inverkan på människors dagliga liv, så kallat morbiditet, har forskning visat att kvinnor lider större risk än män. Levnadsundersökningen efterfrågar generella hälsotillstånd där intervjupersonerna besvarar frågorna efter självskattning. En fråga som ställts sedan 1991 är ”Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd?” och där har det framkommit att kvinnor generellt uppskattar att de har sämre hälsa jämfört med svaren från män. Den högre nivån av ohälsa hos kvinnor har stigit sedan 1991 och Levnadsundersökningens resultat från 2000 och 2010 visar att det fortsättningsvis är en större andel kvinnor som inte upplever god hälsa. Jämförelsevis med mäns svar på samma fråga visar resultatet att det inte finns någon statistisk säkerställd skillnad mellan deras självskattade hälsa mellan åren 1991, 2000 och 2010 (Boye & Evertsson, 2014).

Det finns även statistik som visar att kvinnor har mer psykiska besvär såsom trötthet och depression samt muskuloskeletal värk såsom rygg- och skuldersmärter. Sannolikt består de bakomliggande orsakerna till de psykiska besvären både utav biologiska och sociala faktorer. Exempel på detta skulle kunna vara hormonella könsskillnader respektive skillnader på att kvinnor lider av större förväntningar kopplade till familje- och yrkeslivet. En sociokulturell förklaring till att kvinnor lider av högre morbiditet kan därmed bero på att de har ett större ansvar för hem och barn vilket i kombination med arbetslivet leder till stressrelaterade hälsoproblem. Från 1968 till 2010 verkar det finnas en ökande omfattning utav de flesta psykiska symtom hos kvinnor. Vissa symtom, såsom ”nervösa besvär”, visar en minskning över tid. Detta kan dock vara missvisande statistik då förändring utav begrepp inom vården är vanligt över längre tidsperioder. Symptom som faller in under en viss diagnos kan över tid ändras och istället hamna under en annan diagnos. ”Nervösa besvär” faller troligtvis idag in i ”depression” vilket i så fall ger en missvisande statistik för förändringen utav detta symtom. Även en förändring utav högre symtombörda, som har ökat de senaste åren, kan vara en av förklaringarna i dessa fall. De som innefattas i ”högre symtombörda” är de som har flera olika symtom och diagnoser. Då denna kategori ökat bland kvinnor kan flertalet av de med

”nervösa besvär” i stället fallit in i denna, bredare kategori. Vid muskuloskeletal värk syns en liknande tendens till att kvinnor i högre utsträckning har besvär med både lindrigare och svårare symtombörda jämfört med män. Framförallt har de psykiska besvären hos kvinnor ökat stadigt sedan 1990-talet (Kjellsson, 2014).

Vidare belyser Frankenhaeuser i sin studie från 1993 vilka skillnader det finns mellan kvinnor och män i deras vardag och arbetsliv. En del av studien avhandlar hur kvinnor tar med sig arbetsstressen hem, medan männen lämnar stressen när de lämnar arbetsplatsen för dagen. För män sjunker stresshormoner och blodtryck när arbetsdagen är slut och de kan på så sätt varva ner, trots att arbetsdagen kan ha inneburit en del påfrestande och stressiga situationer. För kvinnor däremot ökar stresshormoner och blodtryck vid arbetsdagens slut då de tar med sig arbetsstressen hem. Framförallt gäller detta kvinnor i arbetsledande funktioner. Studien visar att en annan förklaring till att kvinnors stress ökar efter arbetsdagens slut är att deras arbete fortsätter i hemmet där kvinnan har det största ansvaret för hushållet och därmed har kvinnor en dubbel arbetsbörda. Frankenhaeuser (1993) menar på att eventuella uppkomna problemen på arbetsplatsen ofta hänger kvar hos kvinnor efter att de lämnat arbetet och dessa ska sedan samsas med det dagliga hushållsarbetet i hemmet. I takt med att stressen för hemarbetet kommer ökar även stressen för morgondagens arbete (Frankenhaeuser, 1993).

2.5 Känsломässigt arbete

Umberson et al. (2015) undersöker de psykologiska effekterna av känsломässigt arbete på par i samkönade och heterosexuella äktenskap. Känsломässigt arbete syftar på det arbete som krävs för att hantera och reglera ens egna och ens partners känslor, vilket ofta utförs av kvinnor i heterosexuella relationer. Studien använde data från 30 djupgående intervjuer med homosexuella par och 20 djupgående intervjuer med heterosexuella par i USA. Deltagarna fick frågor om sina erfarenheter av känsломässigt arbete och dess påverkan på deras psykiska hälsa. Resultaten antyder att känsломässigt arbete är en betydande källa till stress för par i båda typer av äktenskap, men sättet som känsломässigt arbete fördelas och hanteras skiljer sig åt mellan samkönade och heterosexuella par. I samkönade par fördelades känsломässigt arbete mer jämnt och sågs ofta som ett gemensamt ansvar. I motsats till detta ansågs känsломässigt arbete i heterosexuella par ofta som kvinnans ensamma ansvar (Umberson et al., 2015).

Vidare visade studien att fördelningen av känslomässigt arbete i heterosexuella äktenskap hade en större negativ påverkan på kvinnors psykiska hälsa än mäns. Kvinnor i heterosexuella äktenskap rapporterade högre nivåer av stress, ångest och depression på grund av det känslomässiga arbete de utförde, medan män inte rapporterade några negativa effekter. Sammanfattningsvis belyser studien vikten av att erkänna och adressera det känslomässiga arbetet som krävs för att upprätthålla hälsosamma relationer. Den uppmärksammar också de psykiska påfrestningarna som det känslomässiga arbetet kräver och behovet av en mer rättvis fördelning av detta arbete i heterosexuella äktenskap (Umberson et al., 2015).

Umberson et al. (2020) diskuterar effekten av känslomässigt arbete på det psykologiska välbefinnandet hos gifta par. Totalt deltog 263 homosexuella par och 230 heterosexuella par. Studien visar att känslomässigt arbete medför psykisk stress för den som tar på sig detta ansvar (Umberson et al., 2020). Studien visar också på könsskillnader mellan känslomässigt arbete och välbefinnande. Oavsett i vilket förhållande, homosexuella eller heterosexuella, är det känslomässiga arbetet en större riskfaktor för psykologiska påfrestningar. Sambandet mellan att ta sig an det känslomässiga arbetet och mer psykologisk påfrestning är högre om man är gift med en man, oavsett det egna könet. Det känslomässiga arbetet blir alltså mindre påfrestande för kvinnor som är gifta med kvinnor vilket skulle kunna bero på en ökad förståelse och ökad uppskattning utav arbetet. Artikeln belyser alltså ett likartat problem som i tidigare studie av Umberson et al. från 2015 (Umberson et al., 2020).

2.6 Samband mellan obetalt arbete och sjukfrånvaro

Jämställdhetsmyndigheten fick under 2020 i uppdrag att kartlägga sambandet mellan det obetalda arbetet och sjukfrånvaro. Bakgrunden till rapporten "Nordisk forskning om obetalt arbete och familjeliv och samband med sjukfrånvaro med psykiatrisk diagnos" (2021) var att sjukfrånvaron på grund av psykisk ohälsa stigit under de senaste åren och två tredjedelar av de sjukskrivna i kategorin utgörs av kvinnor. Jämställdhetsmyndigheten ville undersöka om det kunde bero på hur hushållsarbetet fördelas mellan könen. Enligt rapporten har kvinnor i genomsnitt högre obetald arbetsbörda än män och utför en större andel av hushållsarbetet samt vård barn och äldre släktingar. Detta beror till stor del på traditionella könsroller och normer som påverkar hur arbete fördelas mellan könen. Det obetalda arbetet inkluderar bland annat uppgifter som att ta hand om hem och familj, vilket ofta inte räknas som arbete och kompenseras därav inte på samma sätt som betalt arbete. I rapporten beskrivs det hur det obetalda arbetet kan leda till stress, utmattning och ökad sjukfrånvaro, särskilt för personer

som redan kämpar med psykiatriska diagnoser. Kvinnor är också mer benägna att ta sjukledighet på grund av stress och utbrändhet än män, vilket påverkar deras möjligheter att delta i arbetsmarknaden samt påverkar även deras karriärutveckling och ekonomiska oberoende (Jämställdhetsmyndigheten, 2021).

Trots rapportens resultat kom Jämställdhetsmyndigheten fram till att det saknas tillräcklig forskning i ämnet. Under de senaste åren har det gjorts få studier inom den nordiska forskningen som undersökt effekterna av obetalt arbete och familjeliv för sjukskrivning med psykiatriska diagnoser. Trots detta har tre svenska studier funnit samband mellan olika aspekter av obetalt arbete och sjukfrånvaro med psykiatriska diagnoser (Jämställdhetsmyndigheten, 2021).

2.7 Definition av psykisk ohälsa och utmattning

Socialförsäkringsrapporten från 2020 betonar hur omfattande psykisk ohälsa har blivit i dagens samhälle och hur det påverkar människor välmående. Kvinnor löper dessutom större risk för psykisk ohälsa där risken är 31 procent högre för sjukfall med psykiatrisk diagnos samt 41 procent högre risk för sjukfall med stressrelaterad psykisk ohälsa jämfört med män. För att förstå begreppen psykisk ohälsa och därmed även utmattningssyndrom vilket är ett resultat av stressrelaterad psykisk ohälsa kommer nedan en definition av begreppen ur Socialförsäkringsrapport 2020:8 (Försäkringskassan, 2020).

Psykosociala besvär är vanligt förekommande och kan leda till långvarig sjukfrånvaro och sjukskrivningar. Psykisk ohälsa är en bred term som omfattar olika diagnoser och tillstånd, såsom depression, ångest, stress, posttraumatiskt stressyndrom och bipolär sjukdom.

Utmattning är ett tillstånd som kännetecknas av en utbredd känsla av trötthet och brist på energi, och kan leda till svårigheter att klara av vardagliga uppgifter. Utmattningssyndrom (även känt som utbrändhetssyndrom) är en diagnos som ställs när denna trötthet och brist på energi påverkar arbetsförmågan under en längre tid (Försäkringskassan, 2020).

Det är viktigt att betona att psykisk ohälsa och utmattning är komplexa tillstånd som kan ha varierande orsaker och uttryck hos olika personer. Det är också viktigt att dessa tillstånd inte stigmatiseras och att de tas på allvar på arbetsplatser och i samhället i stort.

Socialförsäkringsrapport 2020:8 betonar också vikten av tidig insats för att förebygga och hantera psykisk ohälsa och utmattning. Detta kan innebära att arbetsgivare tar ansvar för att

skapa en hälsosam arbetsmiljö, att det finns tillgång till stödjande samtal och att anställda får tillräckligt med tid för återhämtning och balans mellan arbete och fritid (Försäkringskassan, 2020).

3. Teoretiska ramverk

3.1 Avvikande handling

Enligt Beckers (2006) teori om avvikande beteende blir en handling avvikande i skenet av dess åskådares bedömning. En handlings avvikande karaktär är beroende av gruppens reaktioner på handlingen, alltså av de som beskådar handlingen. Inom sociala grupper och sammanhang förekommer det normer och regler som upprättas och upprätthålls. I situationer där dessa normer och regler överträds och bryts mot blir den naturliga följden att handlingen stämplas som avvikande av individerna i dess omgivning. Dessutom ses även den person som utförde den avvikande handlingen som utanförstående och därmed benämns som det, vilket blir en konsekvens av omgivningens anseende kring den avvikande karaktären (Becker, 2006).

Fortsättningsvis skriver Becker om den vilja som finns att följa konventionen, det vill säga de normer och regler som råder. I samband med viljan att följa konventionen finns även rädslan mot att bryta mot den. Denna rädsla är anledningen bakom att fler individer inte bryter mot konventionen och därmed handlar avvikande. Det är följaktligen de övriga individernas, alltså åskådarnas, bild och uppfattning av en människa som gör att hon inte handlar avvikande utan följer konventionen med normer, regler och institutioner. Becker använder sig av ordet normal för att beskriva alla de människor som väljer att följa konventionen och trotsa den impuls som kan infinna sig i att göra något avvikande. Mot-impulsen att stoppa tankarna på att bryta konventionen grundar sig i en rädsla att det kan stå för mycket på spel för att våga eller kunna bryta mot en norm eller regel (Becker, 2006).

3.2 Doing gender

West och Zimmerman (1987) försöker förklara och definiera begreppet genus genom sin teori "Doing gender". I sin sociologiska bemärkelse kan genus enligt författarna ses som en rutinmässig, metodisk och återkommande prestation. Med det menas att själva "görandet" av

genus utförs av kvinnor och män som ett resultat av de normer som finns i samhället. "Doing gender" innebär ett komplex av socialt styrda perceptuella, interaktionella och politiska aktiviteter som ses utifrån maskulina eller feminina uttryck. Detta innebär att kön inte bara är något man föds med utan något man dagligen skapar, det vill säga att man gör kön (West & Zimmerman, 1987).

Således skapar och upprätthåller människor kön aktivt genom dagliga interaktioner med varandra. West och Zimmerman (1987) menar på att kön inte är en statisk egenskap som människor besitter eller föds in i utan en pågående interaktionsprocess mellan individer. Hur människor beter sig beror inte endast på biologiska faktorer utan det handlar snarare om att människors beteenden formas utifrån kulturella normer och förväntningar i samhället. Det innebär dessutom att kön är föränderligt eftersom det följer samhällets normer och strukturer samt återskapas ständigt utifrån interaktioner med omvärlden. Det resulterar i att "Doing gender" är en dynamisk process som inte bara förändras över tid utan även över rum (West & Zimmerman, 1987).

West och Zimmerman (1987) menar på att förväntningarna över kvinnligt och manligt kan variera utifrån vilken situation man befinner sig i. Människor har olika sociala identiteter och hur man agerar kan variera beroende på om man exempelvis är i hemmet eller på jobbet, men människor är alltid kvinnor eller män. Den sociala miljön har en påverkan på hur människor agerar utifrån sina könsroller då olika miljöer har olika normer och förväntningar i sina respektive situationer. Detta innebär att oavsett vilken situation man befinner sig i eller vilken social identitet man är i, skapas och upprätthålls de olika könen oavbrutet, det vill säga att vi uttrycker kön i en oändligt varierad uppsättning omständigheter (West & Zimmerman, 1987).

Teori "Doing gender" visar hur könsbaserad diskriminering uppkommer. Samhälleliga normer och förväntningar på hur kvinnor respektive män ska bete sig bidrar till att skapa könsstereotyper och ojämställdhet mellan könen. Exempelvis kan det leda till att vissa beteenden eller egenskaper tillskrivs könen på felaktiga grunder och skapar klyftor mellan kvinnor och män på arbetsmarknaden men även i familjeförhållanden (West & Zimmerman, 1987).

Likaså nämner West och Zimmerman (1987) att frågor kring fördelning kring exempelvis – vem som ska göra vad, planering och utförandet av handlingar, att styra eller styras – sker genom sociala kategorier såsom kvinnligt och manligt. Detta bidrar ytterligare till en

uppdelning och ökade klyftor mellan könen. Genom att hushållsarbete tillskrivits som ett typiskt kvinnligt arbete har det skapat en bild av att kvinnor av naturen är mer skapta för att ta hand om hem och familj. Det har bidragit till att även kvinnor tenderar att anse så och bidrar till upprätthållandet av konventionen. Människor producerar och reproducerar rollerna och beteenden som sedan legitimeras. Detta bidrar också till att man skapar dominerande och underdominerande ställningar av könen. Man skapar normer kring vad en makes roll respektive en hustrus roll är och vad de är kapabla till. Därmed menar West och Zimmerman (1987) att genus är en social konstruktion som människor skapar samtidigt som det är en aktiv och kontinuerlig process. Teorin "Doing gender" betonar att kön inte är förutbestämt eller naturligt utan att människor skapar och upprätthåller föreställningarna om kön genom sociala interaktioner (West & Zimmerman 1987).

3.3 Defining and Redefining Work

"Defining and Redefining Work" är en sociologisk teori som undersöker hur kvinnors arbete påverkar deras hälsa. Teorin handlar om hur begreppet arbete behöver omdefinieras och även inkludera det obetalda arbetet som ofta utförs av kvinnor. Det obetalda arbetet som utförs av kvinnor innefattar vård av barn och äldre släktingar, hushållsarbete och frivilligt arbete. Det obetalda arbetet utförs vanligtvis i hemmet av kvinnor och är avgörande för familjer och samhällets välbefinnande. Men trots sin viktiga betydelse ses det inte som "riktigt" arbete och av den anledningen brister det skydd och resurser som traditionellt betalt arbete annars har för människor. Författarna bakom teorin använder sig av termen "social reproduktion" vilket används inom feministiska teorier för att illustrera alla aktiviteter och relationer som människor upprätthåller som ofta tas för givna men som spelar en fundamental roll i samhället. Det kan innefatta exempelvis handlingar, känslor, kunskap och ansvarstagande som bidrar till ett fungerande liv. Mer konkreta exempel är matlagning, inköp, städning, tvättning, hjälpa barn med läxor, uppfostran, stöd till familjemedlemmar och släktingar. Den sociala reproduktionen förs vidare genom generationer av kvinnor och flickor (Hilfinger Messias et al., 1997).

Vidare menar författarna att omhändertagandet av familjen och släkten är en integrerad del av många kvinnors liv och att begreppet omhändertagande är starkt förknippat som en kvinnlig egenskap. Detta innebär att det i praktiken till stor del är kvinnor som ansvarar för sina barn och familjens hälsa, oberoende av om hon har förvärvsarbete eller inte. Teorin handlar till stor del om att det obetalda arbetet som kvinnor utför kan ha betydande konsekvenser för deras

hälsa. Till exempel kan vård av sjuka eller äldre släktingar vara en källa till stress och oro, vilket kan kräva betydande fysisk och emotionell ansträngning. Det obetalda arbetet i hemmet kan också vara fysiskt krävande och kan öka risken för skador och sjukdomar. Dessutom kan det obetalda arbetet begränsa kvinnors möjligheter att delta i betalt arbete vilket i sin tur påverkar deras ekonomiska självständighet och hälsa. I artikeln visar författarna att forskning har visat att kvinnor som utför obetalt arbete löper högre risk för stressrelaterade hälsoproblem som depression, ångest och sömnstörningar, jämfört med kvinnor som inte utför sådant arbete. Detta kan bero på det ökade ansvaret och stressen som är förknippad med att ta hand om hemmet och vård av familjemedlemmar. Svårigheterna med att balansera alla krav och skyldigheter i de roller som kvinnor jonglerar i livet resulterar i en överbelastning som bidrar till höga stressnivåer. Stressen ligger ofta till grund för kvinnors psykiska ohälsa, såsom utmattning (Hilfinger Messias et al., 1997).

Hilfinger Messias et al. (1997) pekar också på vikten av att erkänna och värdera det känslomässiga arbetet som en viktig del av arbetet och att inkludera det i diskussionen om arbetsförhållanden och hälsa. Detta kan innebära att arbetsgivare och samhället i stort bör erkänna det känslomässiga arbete som krävs inom vissa yrken och se till att de som utför detta arbete får tillräckligt stöd och resurser för att hantera de emotionella utmaningarna. Exempelvis ses traditionellt kvinnliga arbeten, såsom vårdgivare, servicearbete och hemarbete, ofta som mindre värda och därmed är de även lågavlönade. En effekt av detta synsätt kan bli sämre arbetsvillkor vilket i sin tur kan leda till en ökad risk för hälsoproblem (Hilfinger Messias et al., 1997).

4. Metod och dataanalys

I nästkommande avsnitt redogörs val av metod och data för arbetet. Här förklaras och beskrivs valet av data samt val av det urval som gjorts på respondenterna i undersökningen.

4.1 ISSP 2012 - Åsikter om familjeliv och arbete

Som datainsamlingsmetod valdes ett kvantitativt tillvägagångssätt genom sekundärdata i form av en nationell undersökning. Kvantitativ metod är en forskningsmetod som används för att samla in och analysera numeriska data. En av fördelarna med kvantitativ metod är dess

intersubjektivitet och reliabilitet. Forskningen strävar efter att vara opartisk genom att använda standardiserade mätningar och statistiska metoder. En annan fördel är att kvantitativa metoder är effektiva för att hantera stora datamängder och möjligheten att undersöka samband och orsakssamband mellan variabler samtidigt som man skapar representativitet (Patten, 2017). I uppsatsen har en deduktiv metod använts för att dra slutsatser som följer från allmänna principer eller antaganden. Grunden i deduktion är att man använder logiska regler för att dra slutsatser som är nödvändiga följder av de antaganden man utgår ifrån.

Hypoteserna kommer alltså från specifika observationer som redan är baserade på befintliga teorier (Timmermans & Tavory, 2014).

Valet av kvantitativ datainsamling möjliggjorde att analysen grundades på ett stort antal individer, vilket skapade en god representativitet. Data som analyseras i denna studie är hämtad från Svensk Nationell Datatjänst och dess frågeformulär finns som bilaga 1 i denna uppsats. Studien är den svenska delen av International Social Survey Program (ISSP) och den genomfördes år 2012. Studien leddes av Jonas Edlund (2013) från sociologiska institutionen vid Umeå universitet och studiens namn är *ISSP 2012 - Åsikter om familjeliv och arbete*. Syftet med studien är att möjliggöra jämförelser mellan länder som både liknar och skiljer sig från varandra när det gäller samhällsstruktur. Populationen består av individer, både män och kvinnor, som är över 18 år och som är bosatta i Sverige. Sannolikhetsurvalet i undersökningen är ett obundet slumpmässigt urval. Datainsamlingsmetod är självadministrerat frågeformulär med hjälp av papper och penna. Datainsamlare är SIFO - Svenska institutet för opinionsundersökningar och distributör är Svensk nationell datatjänst. Svarsfrekvensen är 55,1% och består av 1060 respondenter. I denna uppsats har ett urval av respondenter analyserats och därmed är det 707 stycken respondenter som analyserats, vilket presenteras nedan. I analysen ingår det 371 kvinnor och 336 män.

4.2 Etiska överväganden

Enligt Vetenskapsrådet är det av stor vikt att man använder sig av god forskningssed för att upprätthålla gedigen kvalitet av forskningen. Etiska överväganden är en viktig del för att säkerställa att forskningen sker på ett sätt som både är moraliskt, rättvist och ansvarsfullt (Vetenskapsrådet, 2017). Samtliga respondenter i undersökningen *ISSP 2012 - Åsikter om familjeliv och arbete* deltar av fri vilja och deras personuppgifter är anonymiserade.

Undersökningen är även etiksprövad vilket innebär att den är beprövad och godkänd.

4.3 Urval

Det har tillämpats ett urval i analyserna. Urvalet består av de respondenter som har en partner som de även bor med i samma hushåll. På så sätt har de respondenter som inte har någon partner eller de som inte bor i samma hushåll som sin partner sållats ut, och är således inte med i genomförda analyser. I urvalet ingick 371 stycken kvinnor och 336 stycken män. Till detta har även ett urval på kön applicerats på regressionsanalysen då ändamålet var att analysera könen var för sig. Urvalen bestod därmed av antingen män som bor i samma hushåll som sin partner eller det motsvarande för kvinnor, alltså kvinnor som bor i samma hushåll som sin partner. Detta medför att analyser har gjorts separat mellan kvinnor och män.

4.4 Bivariat analys

I denna uppsats har vi använt oss av bivariat analys som är en statistisk metod för att undersöka sambandet, det vill säga korrelation, mellan två variabler. I den bivariata analysen har vi använt variabler som mäter olycka och hushållsarbete. I en bivariat analys jämförs två variabler för att se hur de relaterar till varandra och på vilket sätt den kan användas för att se mönster och samband mellan två variabler, vilket är till hjälp för att identifiera orsakssamband och göra prognoser. Den kan användas för att undersöka sambandet mellan två kvantitativa variabler, som till exempel ålder och inkomst, eller mellan en kvantitativ variabel och en kategorisk variabel, som till exempel kön och hälsotillstånd (Djurfeldt, Larsson & Stjärnhagen, 2022).

En teknik som kan användas för bivariat analys är regressionsanalys, där man undersöker hur en variabel påverkar en annan variabel. Regression används ofta för att göra prognoser eller för att förstå hur en förändring i en variabel påverkar en annan variabel (Djurfeldt, Larsson & Stjärnhagen, 2022). Resultatet av genomförd regressionsanalys kommer i ett senare stycke.

4.4.1 Multipel regressionsanalys

Multipel regressionsanalys innebär att flera olika variabler analyseras samtidigt.

Regressionsanalys används för att analysera en observerad variation i den beroende variabeln, y . Formeln ser ut som följande; $y=a+bx$. a visar där linjen skär i y -axeln, b visar i sin tur hur

mycket y ändras när x ökar med en eller flera enheter, b kallas för regressionskoefficienten och den visar linjens lutning och därmed även om sambandet är positivt eller negativt (Djurfeldt, Larsson & Stjärnhagen, 2022).. I denna studie har det gjorts sex stycken olika multipel regressionsanalyser, men endast två av dessa har använts i uppsatsens analys och kommer att presenteras längre ner.

4.4.2 Beroende variabel

Analyserna består av en beroende variabler. Den berörda frågan, nummer 27, från undersökningen heter "Hur lycklig/olycklig med livet i största allmänhet". Uppsatsens huvudfokus på obetalt och känslomässigt arbete och dess eventuella påverkan på kvinnors psykiska hälsa mäts med denna variabel som beroende. Fokuset är på den psykiska aspekten av hälsa. Som nämnt, inom föregående teori och tidigare forskning i uppsatsen, påverkar psykisk ohälsa individer negativt. Lycka är en mental känsla som påverkas av en individs psykiska mående. I uppsatsen mäts hälsa, med fokus på psykisk hälsa, som lycka. Valet av beroende variabel grundar sig även på att fråga nummer 27 har sex stycken olika svarsalternativ, vilket är ett högt antal och det ger ett bättre utslag och resultat. Variabeln tolkas som numerisk då avståndet mellan varje kategori tolkas som lika stort.

Variabeln lyder som redan nämnt "Hur lycklig/olycklig med livet i största allmänhet" där svarsalternativen är 1 "Fullständigt lycklig", 2 "Mycket lycklig", 3 "Ganska lycklig", 4 "Varken lycklig eller olycklig", 5 "Ganska olycklig", 6 "Mycket olycklig" samt 7 "Vet ej" som kodas som *missing values*. I studien är det fokus på psykisk ohälsa, vilket blir känslan av olycka i dessa termer. I regressionen är det olycka som mäts, alltså de siffror som besitter ett högre värde.

4.4.3 Oberoende variabler

De oberoende variablerna består av frågor som avhandlar respondenternas upplevelser kring vanliga hushållssysslor och vanliga relationella sysslor samt ansvar kring att dessa sysslor görs. De oberoende variablerna behandlar därmed frågor som rör det obetalda och känslomässiga arbetet i ett hem och hushåll. Det är dock svårt att mäta både obetalt och känslomässigt arbete i fysiska och handbegripliga sysslor då mycket av själva arbetet sker i en individs planerande och tänkande. Det är inte nödvändigtvis samma person som initierat

uppgiften och uppmärksammat behovet som i slutändan utför handlingen. Det ligger därmed för det mesta både obetalt och känslomässigt arbete bakom de flesta uppgifter och utföranden i ett hem. Men de variabler som valts ut i denna analys är en del av sådana sysslor som är lätta att både se och tala om, därför valdes dessa till att analyseras.

“Hushållsarbete_index” består av sex stycken variabler som slagits ihop och utgör därmed en variabel i analysen. Frågorna har likadana svarsalternativ vilket möjliggör skapandet av ett index. Dessa variabler mäter olika delar av hushållsarbete och indexet operationaliseras framförallt som obetalt arbete och svarsalternativen sträcker sig från 1 - Alltid jag, till 5 - Alltid min partner samt 6 - Det görs av någon annan.

Variabel två och tre i regressionsanalysen har det gjorts dummies på då de behövde tillges siffror, och därmed värden, till de olika svarsalternativen.

Den andra oberoende variabeln i regressionsanalysen och som framförallt operationaliseras som upplevelsen samt utförandet av känslomässigt arbete är “Vem beslutar om aktiviteter på helgen”. Variabeln har kodats om till dummyvariabler där ena är att respondenten oftast bestämmer själv och den andra är att respondentens partner oftast bestämmer helgens aktiviteter själv.

Den tredje oberoende variabeln som används i regressionsanalysen, och som operationaliseras som upplevelsen samt utförandet av obetalt och känslomässigt arbete, är fråga nummer 23 som heter “Fördelning av hushållsarbete”. Variabeln har kodats om till dummyvariabler där ena är att respondenten gör mer av hushållsarbetet än vad som är rättvist och den andra är att respondenten gör mindre av hushållsarbetet än vad som är rättvist.

4.4.4 Kontrollvariabler

I studien har två stycken kontrollvariabler använts för att stärka upp analysen. Den första kontrollvariabeln är fråga 35 där respondenten skulle fylla i sitt födelseår. Den andra kontrollvariabeln är fråga 36 där respondenten har ombetts att fylla i sin sammanlagda utbildningslängd. Dessa är kontrollerade. Kontrollvariablernas medverkan i analysen

motiveras genom möjlighörandet i att se om ålder och utbildningslängd har någon inverkan på det obetalda och känslomässiga arbetet i hushållet.

4.4.5 Metod för regressionen

För att utföra regressionsanalysen gjordes tre stycken analyser för vardera kategori kön, alltså kategorin män och kategorin kvinnor. För varje analys lades det till ytterligare en oberoende variabel med syftet att se om resultaten förändrades beroende på antal oberoende variabler som var med i analysen. Analyserna är uppdelade efter kön för att möjliggöra att se eventuella skillnader och likheter mellan könen. För att styra urvalet skapades det filter som aktiverades inför varje analys, vilket redovisades under avsnittet *urval*.

Den första multipel regressionsanalys, modell 1, analyserade endast männen som bor i samma hushåll som sin partner, och den bestod av fråga 27 som lyder “Hur lycklig/olycklig med livet i största allmänhet” som beroende variabel samt som oberoende variabler variablerna “Hushållsarbete_index” och kontrollvariablerna fråga 35 “Födelseår” och fråga 36 “Utbildningslängd”. Till den andra multipel regressionsanalysen lades variabeln fråga 24 “Vem beslutar om aktiviteter på helgen” till. Resultaten som kom fram av denna analys skiljde sig ej något märkbart från resultaten från modell 1. Till den tredje multipel regressionsanalysen lades variabeln fråga 23 “Fördelning av hushållsarbete” till. Resultaten som kom fram av denna analys skiljde sig ej något märkbart från resultaten från modell 1 och 2. Som följd av detta har modell 3 valts ut att analyseras i denna uppsats.

Efter genomförda multipel regressionsanalyser på män som bor med partner i samma hushåll gjordes likadana analyser fast med endast kvinnor som bor i samma hushåll som sin partner. Den första multipel regressionsanalys i detta format, modell 1, analyserade endast kvinnor som bor i samma hushåll som sin partner, och den bestod av fråga 27 som lyder “Hur lycklig/olycklig med livet i största allmänhet” som beroende variabel samt som oberoende variabler “Hushållsarbete_index” och kontrollvariablerna fråga 35 “Födelseår” och fråga 36 “Utbildningslängd”. Till den andra multipel regressionsanalysen lades variabeln fråga 24 “Vem beslutar om aktiviteter på helgen” till. Resultaten som kom fram av denna analys skiljde sig ej något märkbart från resultaten från modell 1. Till den tredje multipel regressionsanalysen lades variabeln fråga 23 “Fördelning av hushållsarbete” till. Resultaten

som kom fram av denna analys skiljde sig ej något märkbart från resultaten från modell 1 och 2. Som följd till detta har modell 3 i även detta urval valts till att analyseras i denna uppsats.

5. Resultat och analys

5.1 Innehållsanalys

Tabell 1: visar medelvärde samt procent för variablerna i analysen.

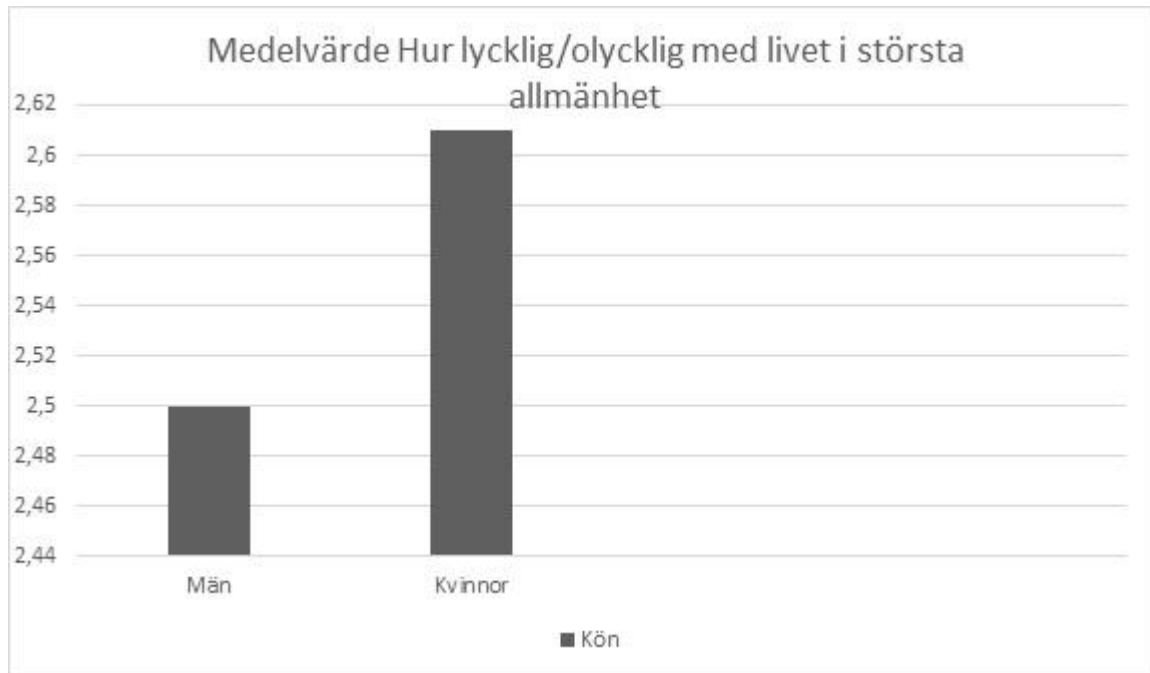
		<i>Män</i>	<i>Kvinnor</i>	<i>Totalt</i>
Medelvärde				
	Hushållsarbete_index	3,25	2,81	3,0
	Lycka	2,50	2,61	2,56
	Födelseår	1958,36	1961,37	1959,99
	Utbildningslängd i antal år	12,52	12,96	12,76
Procent	F23 Gör mindre av hushållsarbetet	45,5 %	3,3 %	23,4 %
	F23 Gör mer av hushållsarbetet	8,2 %	47,4 %	28,7 %
	F24 Jag beslutar oftast över helgens aktiviteter	3,0 %	14,9 %	9,2 %
	F24 Min partner beslutar oftast över helgens aktiviteter	11,2 %	3,9 %	7,4 %
Urval		336	371	707

Hushållsarbete_index tolkas på detta sätt: 1 - Alltid jag, 5 - Alltid min partner, 6 - Det görs av någon annan. Resultatet visar att desto lägre siffra det är, desto mer hushållsarbete utför respondenten och desto högre siffran är, desto mindre hushållsarbete utför respondenten. Det innebär att kvinnor gör i genomsnitt mer hushållsarbete med sina 2,81 i medelvärde jämfört med vad män gör, med sina 3,25 i medelvärde. Skillnaden hade varit större i medelvärdet på Hushållsarbete_index om variabeln om reparationer i bostaden inte hade varit med. På just den variabel ligger männen lägre, alltså de gör arbetsuppgiften oftast själva, och för kvinnorna i sin tur görs samma arbetsuppgift oftast av deras partner, se bilaga 2.

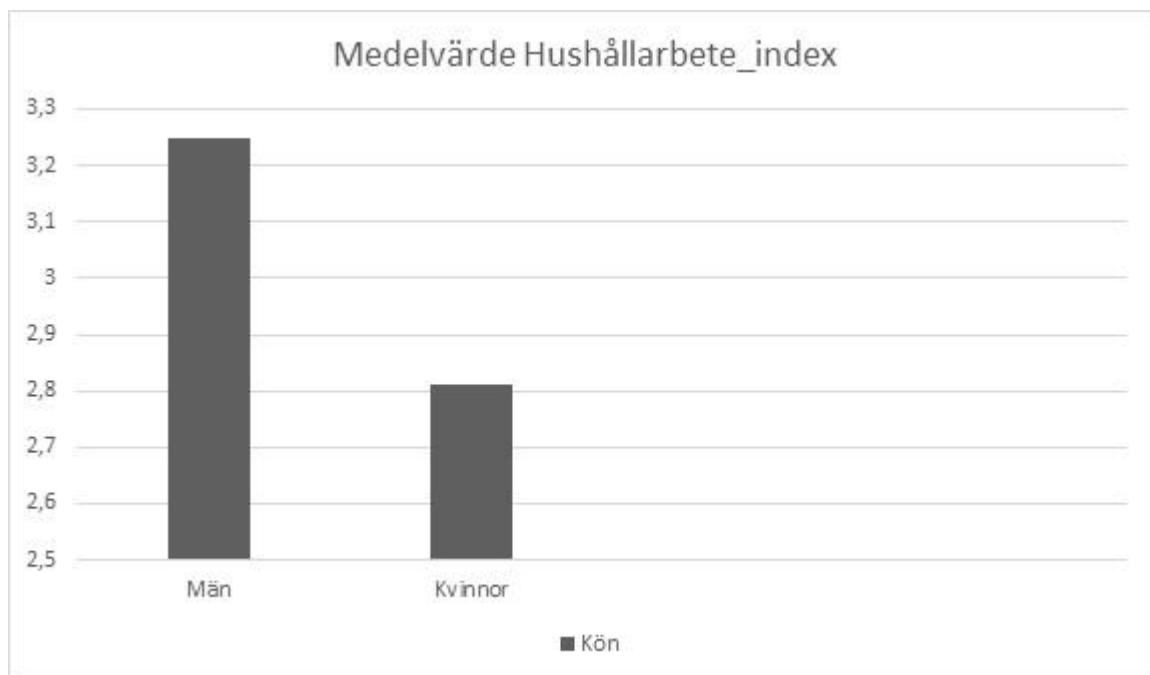
Beroende variabeln om lycka, det vill säga hälsa, tolkas på följande sätt: Lycka: 1 - Fullständigt lycklig, 6 - Mycket olycklig. Ju högre värde variabeln har, desto högre är känslan av olycka för individen. Kvinnor ligger lite högre på skalan med sina 2,61 i medelvärde jämfört med män som ligger på 2,50 i medelvärde. Detta innebär att kvinnor i medelvärde är

0,11 enheter olyckligare än män. Med andra ord betyder det att kvinnor i genomsnitt är olyckligare än män. Förtydliganden i form av stapeldiagram för variablerna för Hushållsarbete_index samt lycka finns i medelvärdesstapeldiagramen här nedan.

Figur 1: Medelvärde över olycka för män och kvinnor.



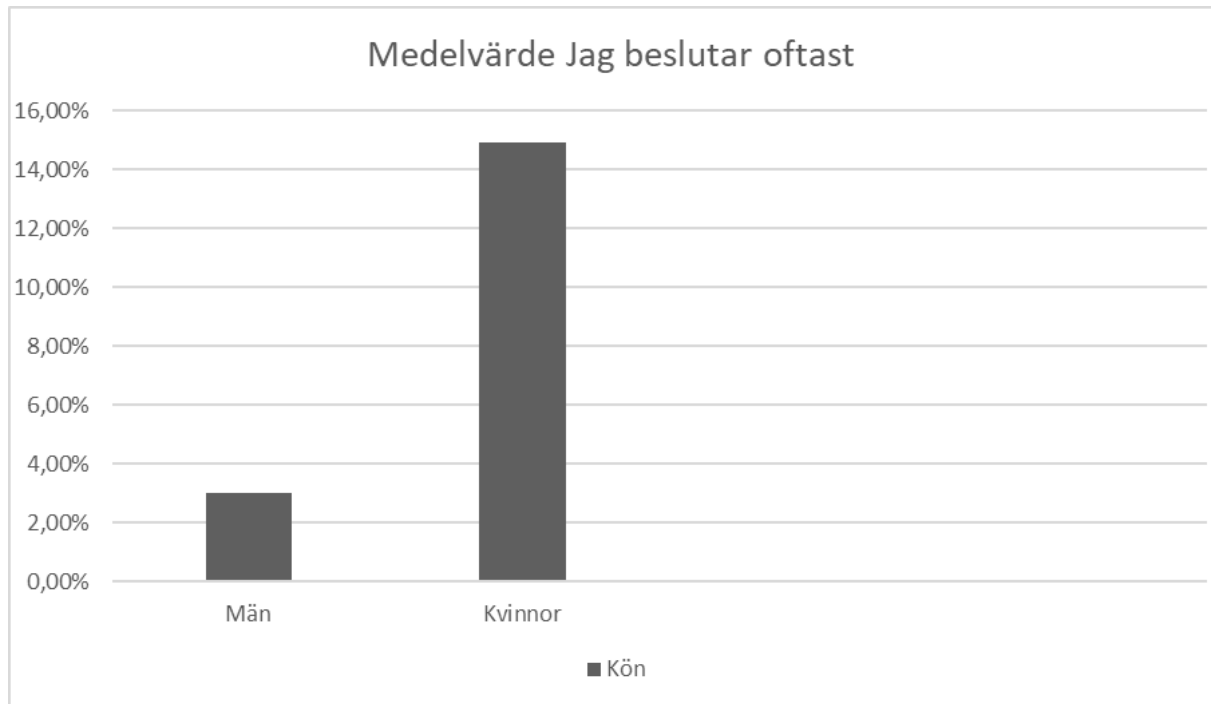
Figur 2: Medelvärde över arbetsfördelning i hushållet för män och kvinnor.



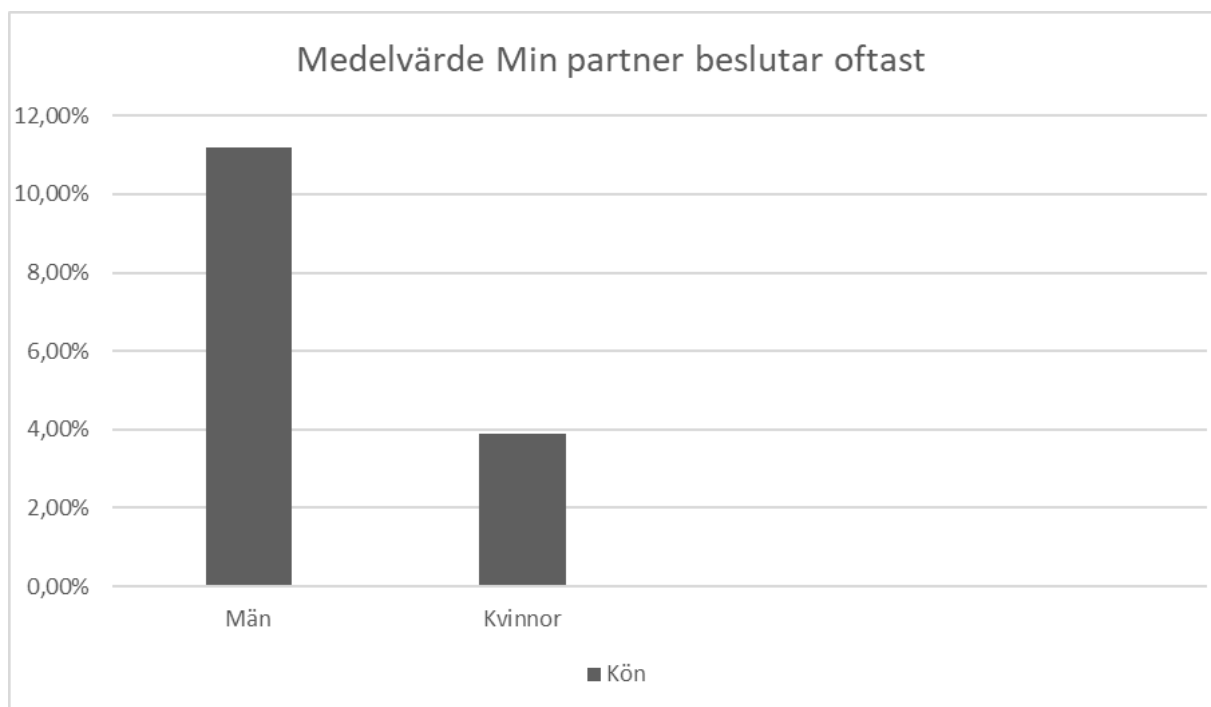
Medelvärdet för de två kontrollvariablerna är också uträknade. För män är medelvärdet på födelseår cirka 1958 och för kvinnor är medelvärdet för födelseår cirka 1961. Det skiljer alltså cirka 3 år på detta medelvärde. När det kommer till utbildningslängd är det även mellan dessa siffror för könen inte särskilt stor skillnad. Både män och kvinnor har i genomsnitt studerat i cirka 13 år. Det är endast en minimal skillnad, där kvinnor i genomsnitt studerat lite längre än män.

Vidare visar tabell 1 även variablerna som mäter vem det är i hushållet som oftast beslutar över helgens aktiviteter. Dessa variabler är uppdelade i två kategorier och de mäts med den genomsnittliga procenten. Den ena variabeln är att respondenten själv brukar bestämma över helgens aktiviteter. På denna variabel har män fått 3,0 procent och kvinnor 14,9 procent, vilket visar en skillnad på 11,9 procentenheter mellan könen. På variabeln som mäter hur ofta respondentens partner brukar bestämma, har män fått 11,2 procent och kvinnor 3,9 procent. Detta är en skillnad på 7,3 procentenheter mellan könen. Det är därmed vanligare att kvinnor bestämmer över helgens aktiviteter i hushållet jämfört med att män bestämmer det. För männen är det vanligare att deras partner bestämmer vad som ska göras under helgen och för kvinnor är det vanligare att de själva bestämmer. Förtydliganden i form av stapeldiagram för variablerna för hur ofta respondenten själv eller respondentens partner beslutar finns i medelvärdesstapeldiagramen nedan.

Figur 3: Medelvärde för män och kvinnor över att respondenten bestämmer över helgens aktiviteter.



Figur 4: Medelvärde för män och kvinnor över att partnern bestämmer över helgens aktiviteter.



Slutligen visar tabell 1 även variablerna som mäter upplevelsen av huruvida hushållsarbetet är rättvist fördelat. Variablerna är uppdelade i två kategorier och dessa mäts med den genomsnittliga procenten. Den ena är att respondenterna anser att de gör mindre av hushållsarbetet än vad som är rättvist. På denna variabel har män fått 45,5 procent och kvinnor 3,3 procent. Det är en total skillnad på 42,2 procentenheter, det är därmed en relativt stor skillnad mellan könen. På variabeln som mäter respondenternas upplevelse av att de själva gör mer av hushållsarbetet än vad som är rättvist har män fått 8,2 procent och kvinnor 47,4 procent. Det är en skillnad på 39,2 procentenheter. Även här är det en relativt stor skillnad mellan könen. Detta innebär alltså att män anser att de gör mindre av hushållsarbetet än vad de själva bedömer är rättvist. Detta passar även ihop med kvinnors upplevelse att de gör mer av hushållsarbetet än vad de själva finner är rättvist.

5.2 Regressionsanalys

I detta avsnitt presenteras en regressionsanalys som visar samband mellan den beroende variabeln och de oberoende variablerna. Positivt samband innebär ökad olycka, alltså ökad psykisk ohälsa. Negativt samband innebär ökad lycka, vilket innebär minskad psykisk ohälsa. Den oberoende variabeln har ett högt värde för partnern, samt ett lågt värde för respondenten själv. Den beroende variabeln har ett högt värde för olycklig, alltså psykisk ohälsa, samt ett lågt värde för lycka.

5.2.1 Endast män + partner i samma hushåll

Tabell 2: *visar R2 över mäns hälsa och det känslomässiga samt obetalda arbetet*

<i>R2</i>
<i>,010</i>

R2: I modellen går det att läsa att *R2* är 1 procent, detta innebär att endast 1 procent av *y*, en mans upplevda lycka/olycka, kan förklaras med modellen. Det innebär därmed även att det inte går att se ett samband mellan mäns obetalda samt känslomässiga arbete och deras psykiska hälsa i denna studie. Mäns hälsa påverkas inte av arbetsuppgifter i ett hushåll, utan det är andra faktorer som har en inverkan på deras psykiska hälsa.

Tabell 3: visar hur variabel x påverkar mäns psykiska mående i form av olycka.

	B	p-värde
(Constant)	2,375	,725
Hushållsarbete_index	,028	,761
F. 36 Utbildningslängd	-,018	,248
F. 35 Födelseår	,000	,973
F.24 DummyOftastminpartner	,018	,904
F. 24 DummyOftastjag	,321	,281
F. 23 DummyGörmeravhushållsarbetet	-,025	,893
F. 23 DummyMindreavhushållsarbetet	,009	,933

Signifikans: Det finns inget statistiskt säkerställt samband för någon variabel i denna regression över männen. Det finns inget statistiskt säkerställt samband mellan hushållsarbete och mäns upplevda lycka/olycka då p-värdet är 0,761 och därmed $p > 0,05$. Frågan om vem som beslutar om aktiviteter på helgen visar inte heller något samband, varken för när det är partner som beslutar då p-värdet är 0,904, eller när mannen själv bestämmer då p-värdet är -0,281. Slutligen är det likadant för frågan angående fördelningen av hushållsarbete, där svaret att mannen själv gör mer av arbetet fått p-värdet -0,893 och svaret att mannen gör mindre av hushållsarbetet än vad som anses rättvist fått p-värde -0,933. Urvalet av kvinnor (371 stycken) och män (336 stycken) anses inte påverka resultatet då skillnaden i antal ej är tillräckligt stor för att kunna påverka analysens utgång.

Kontrollvariablerna, utbildningslängd med p-värdet 0,248 och födelseår med p-värdet 0,973, visar inte på att det är statistiskt signifikant i relation till psykisk ohälsa i form av lycka.

B-koefficient: B-koefficienten tolkas inte här då inga av variablerna är signifikanta.

Slutsats: Denna analys visar att det inte går att fastslå att mäns psykiska hälsa påverkas negativt av hushållsarbete. Alltså, mäns olycka ökar inte som resultat av hushållsarbete. En anledning till detta går att läsa i resultatet från R^2 som visar att det endast är 1 % av mäns psykiska mående som kan förklaras med hushållsarbete och känslomässigt arbete. Mäns psykiska hälsa påverkas därmed minimalt av arbetsuppgifter i hem och hushåll.

5.2.2 Endast kvinnor + partner i samma hushåll

Tabell 4: visar R2 över kvinnors hälsa och det känslomässiga samt obetalda arbetet

R2
,101

R2: I modellen går det att läsa att R2 är 10,1 procent, detta innebär att 10,1 procent av y, en kvinnas upplevda lycka/olycka, kan förklaras med modellen. Det finns därmed ett samband mellan kvinnors obetalda och känslomässiga arbete och deras psykiska hälsa. 10,1 procent av en kvinnas psykiska ohälsa påverkas av hennes arbete i hushållet.

Tabell 5: visar hur variabel x påverkar kvinnors psykiska mående i form av olycka.

	B	p-värde
(Constant)	17,163	,018
Hushållsarbete_index	-,188	,046
F. 36 Utbildningslängd	-,010	,522
F. 35 Födelseår	-,007	,056
F.24 DummyOftastminpartner	,859	<,001
F24. DummyOftastjag	,378	,008
F.23 DummyGörmeravhushållsarbetet	,082	,465
F.23 DummyMindreavhushållsarbetet	,314	,288

Signifikans: Det kan finnas ett statistiskt signifikant samband mellan hushållsarbete, det vill säga det obetalda arbetet, och kvinnors upplevda olycka då p-värdet är 0,046 och därmed $p < 0,05$. Det finns även ett samband mellan det känslomässiga arbetet med att besluta över aktiviteter på helgen, då p-värdet för att kvinnor ofta själva bestämmer är -0,008, och partnern bestämmer har p-värdet $< 0,001$. Dessa båda stämmer överens med uppsatsen hypotes. Frågan som tar upp huruvida fördelningen av hushållsarbete upplevs som rättvis visar inget statistiskt samband. Det går inte att säga att det är statistiskt signifikant att upplevelsen av rättvist fördelat hushållsarbete påverkar den psykiska ohälsan. Detta då p-värdet för att kvinnan gör

mer av arbetet fått -0,465 och att kvinnan gör mindre av arbetet än vad som ses som rättvist fått p-värdet -0,288.

Här, precis som i analysen för endast män, finns det ingen statistisk signifikans mellan utbildningslängd, med p-värdet 0,522, samt födelseår, med p-värdet 0,056, och den beroende variabeln som mäter psykisk hälsa i form av lycka. Dock ligger variabeln födelseår nära gränsen, men det är inte relevant i denna undersökning.

B-koefficient: I B-koefficienten går det att se att ökad olycka, med 0,859 och därmed nästan en ökning med en hel enhet, är en följd av att partnern bestämmer över helgens aktiviteter. Att kvinnan själv beslutar över helgens aktiviteter får 0,378. Kvinnor mår dåligt när de oftast bestämmer själva och de mår sämre när partnern oftast bestämmer själv. Bäst mår hon när de gemensamt, eller lika ofta, beslutar över helgens aktiviteter. Variabeln över rättvis kontra inte rättvis uppdelning av hushållsarbete är ej signifikant och därför görs det ingen tolkning av b-koefficienten. Hushållsarbete_index har en b-koefficient på -0,188. Vilket visar att ju mindre hushållsarbete kvinnan gör desto mindre olycklig är hon.

Kontrollvariablernas b-koefficienter tolkas ej på grund av låga värden.

Slutsats: Summan blir därmed att det i tabellerna går att utläsa att ju mer hushållsarbete - det vill säga känslomässigt samt obetalt arbete - som kvinnor står för, desto mer ökar deras känsla av olycka. Kvinnor mår psykiskt sämre när andelen hushållsarbete ökar i deras liv. Hela 10,1 procent av kvinnors psykiska mående och hälsa påverkas av obetalt och känslomässigt arbete som sker i hem och hushåll. Det är därmed cirka en tiondel, av allt som påverkar kvinnors psykiska ohälsa, som existerar i deras hem och vardag.

5.3 Begränsningar

Undersökningen som analysen bygger på heter som tidigare nämnt *ISSP 2012 - Åsikter om familjeliv och arbete*. Undersökningen är från 2012, vilket är drygt 10 år sedan. Detta kan ha en påverkan på de svar som undersökningen fick, av den anledningen att vissa aspekter möjligtvis har förändrats sedan undersökningen gjordes. På det sättet är inte uppsatsens analys representativt då det finns en risk att svaren hade sett annorlunda ut om undersökningen gjordes idag. Dock är 10 år inte på något sätt oöverkomligt i detta

sammanhang och det behöver därmed inte ha en påverkan på resultatet. Svarsfrekvensen är på 55,1 procent vilket även det kan ha haft inverkan på analysen. Utfallet på analysen med en högre svarsfrekvens kunde lett till ett annat resultat. En tredje möjlig påverkan på analysen är hur respondenterna tolkade och därmed svarade på frågorna i undersökningen. Varje respondents förståelse för varje enskild fråga påverkar deras svar och i längden denna analys. En aspekt som kan anses vara problematisk är undersökningens urval av frågor samt valet av dessa som användes i denna uppsats. Eftersom uppsatsen bygger på en redan genomförd undersökning fanns det ingen möjlighet att påverka vad för typ av frågor som ställdes till respondenterna. De frågor som valdes är sådana som ansågs vara de som bäst motsvarar uppsatsens fokus och frågeställning, nämligen obetalt och känslomässigt arbete. Vilken beroende variabel som valdes till analysen stod mellan två olika. Dels den som har använts i analysen som mäter respondentens upplevelse av lycka, som operationaliseras till en faktor för psykisk ohälsa. Den andra variabeln som ej valdes till beroende variabel var även den en fråga som handlade om respondentens uppskattning av dess hälsa. Dock efterfrågade den nämnda frågan efter respondentens fysiska hälsa, vilket inte kan likställas med psykisk hälsa.

6. Diskussion

Syftet med denna uppsats har varit att se om kvinnors känslomässiga och obetalda arbete påverkar deras psykiska mående. Utifrån tidigare forskning fanns det indikationer på att kvinnors hälsa försämras av det obetalda och känslomässiga arbetet. Av den anledningen valde vi att även undersöka fördelningen av obetalt och känslomässigt arbete mellan kvinnor och män, för att på så sätt synliggöra en eventuell skillnad mellan de två könen. I denna del av uppsatsen kommer uppsatsens resultat diskuteras med hjälp av valda teorier och forskning som presenterats tidigare. Fokus kommer att ligga på kvinnor och hur deras mående, det vill säga upplevda känsla av olycka, påverkas. Detta operationaliserar vi som psykisk ohälsa. Valet att fokusera diskussionsdelen på framförallt kvinnor grundar sig på uppsatsens frågeställning samt det faktum att det via gjorda analyser framkommer att det inte finns ett samband mellan mäns psykiska mående och obetalt samt känslomässigt arbete. Med anledning av saknaden av forskning inom ämnet är uppsatsens syfte att belysa och rikta fokus på kvinnors psykiska ohälsa som är ett resultat av den ojämsställda fördelningen i hemmet.

Enligt det framtagna resultatet, i den genomförda analysen, framkom det att det kan finnas ett statistiskt samband mellan ökad psykisk ohälsa hos kvinnor som också utför mer obetalt arbete. Detta resultat är i enlighet med tidigare forskning. Likväl visade analysen även att det kan finnas ett statistiskt signifikant samband mellan kvinnor som utför merparten av det känslomässiga arbetet och kvinnor som mår psykiskt sämre. Detta innebär att ökat känslomässigt arbete för kvinnor ökar deras psykiska ohälsa och känsla av olycka. Cirka 10 procent av en kvinnas psykiska ohälsa påverkas av det arbete hon gör i ett hem. Detta resultat överensstämmer med uppsatsens hypotes som grundar sig på att kvinnors psykiska ohälsa ökar i takt med utförandet av obetalt och känslomässigt arbete.

För att besvara uppsatsens frågeställning undersöktes svaren från specifikt utvalda frågor från enkätundersökningen *ISSP 2012 - Åsikter om familjeliv och arbete* (Edlund, 2013). Frågorna behandlade hur respondenterna uppskattar sin lycka, hur rättvist de uppskattar fördelningen av hushållsarbetet, vem som ansvarar för planering av gemensamma aktiviteter samt vem som utför hushållsarbetet. Utifrån analysen av dessa frågeställningar går det att dra en slutsats som påvisar att kvinnors känslomässiga och obetalda arbete påverkar deras psykiska hälsa negativt. Analysen visade att det inte finns något statistiskt signifikant samband mellan hur rättvist man uppfattar fördelningen av hushållsarbete och respondenternas mående.

6.1 Rättvis fördelning av hushållsarbete

Variabeln hur rättvist man uppfattar fördelningen av hushållsarbete visade inga statistiska samband. Analysen visade att de som känner att de gör mindre av vad som anses rättvist känner sig mindre olyckliga samt att hushållsarbete inte har någon större påverkan på hälsan varken för män eller kvinnor. Analysen visade att det inte finns något statistiskt signifikant samband mellan hur rättvist man uppfattar fördelningen av hushållsarbete och respondenternas mående. Dock visar analysen att kvinnor anser att de gör mer av hushållsarbetet än vad de tycker är rättvist, hela 47,4 procent av kvinnorna anser detta. De flesta männen anser att de gör mindre av hushållsarbetet än vad de tycker är rättvist, 45,5 procent av männen anser detta. Trots det fick inte dessa variabler något utslag i regressionsanalysen där ämnet analyserades med respondenternas upplevelse av olycka. Trots att den framkomna data i analysen är intressant saknar den statistiskt signifikant samband vilket medför att vidare diskussion om variabeln inte kommer att föras.

6.2 Obetalt arbete

Studien visar på att det är vanligare i Sverige att kvinnor utför mer obetalt arbete i hemmet jämfört med män. Vi finner även ett signifikant samband med att dessa kvinnor mår sämre. Med tanke på att Sverige anses vara ett av de mest jämlika länderna i världen kan detta anses vara paradoxalt att siffrorna tyder på detta. Försäkringskassan har visat på statistik att kvinnor löper 41 procent högre risk för stressrelaterade sjukfall jämfört med män (Försäkringskassan, 2020). Fyndet i vår studie kan tänkas vara en av de faktorer som påverkar dessa siffror. Vi fann även att det finns ett samband mellan ökandet utav hushållssysslor och en ökad psykisk ohälsa för kvinnor, vilket även bekräftas av tidigare studier. Hochschilds (1989) studie visar på att även i de relationer som är förhållandevis jämställda tenderar kvinnor att ta ett större ansvar för hushållsarbetet. I sin bok upprättar Hochschild termen *The second shift* vilket belyser hur kvinnor påbörjar sitt andra arbetsskift, det vill säga hushållsarbetet, när de kommer hem från jobbet (Hochschild, 1989). Frankenhaeuser (1993) belyser hur kvinnors stresshormoner och blodtryck stiger vid arbetsdagens slut då nästa arbete påbörjas när den betalda arbetsdagen är över. Eftersom Frankenhaeusers studie är 30 år gammal och Hochschilds (1989) studie är 34 år gammal skulle det kunna antas att samhället har förändrats och deras studier av den anledningen inte skulle vara relevant längre. Dock visar bland annat resultatet från denna uppsats att ämnet är högst aktuellt idag. Kvinnor utför fortfarande merparten av det obetalda arbetet i hemmet. I resultatet framkom det att kvinnor utför majoriteten av tvättningen, städningen och matlagningen. Dessutom lägger de i genomsnitt cirka 4,5 timmar mer per vecka på hushållsarbete än vad män gör, se bilaga 2. Även författarna Boye och Evertsson (2014) belyser statistik som visar att kvinnor fortfarande utför merparten av hushållsarbetet. Bland annat visar Levnadsundersökningen från 2010 att kvinnor lägger dubbelt så mycket tid på obetalt arbete jämfört med män (Boye & Evertsson, 2014). Detta tyder på att kvinnor utför större delen utav hushållsarbetet vilket vi har kunnat korrelera till en negativ påverkan på den psykiska hälsan.

Vidare visar resultatet i denna uppsats ytterligare hur kvinnors mående påverkas negativt på grund av det obetalda arbetet i hemmet då analysen visar att kvinnor skattar högre olycka ju mer hushållsarbete de utför. Boye och Evertsson (2014) visar även här forskning som indikerar att kvinnor generellt löper högre risk av morbiditet i form av stressrelaterade sjukdomar på grund av större ansvar av hem och hushållsarbete (Boye & Evertsson, 2014). Även Jämställdhetsmyndigheten undersökte i ”Rapport 2021:4” hur kvinnors sjukfrånvaro på

grund psykisk ohälsa har ökat och hur det kan ha kopplingar till det obetalda arbetet som kvinnor utför i högre utsträckning än män, vilket uppsatsens analys även kan bekräfta. Jämställdhetsmyndighetens rapport visade att det obetalda arbetet leder till psykisk ohälsa såsom stress och utmattning hos kvinnor (Jämställdhetsmyndigheten, 2021). Teorin *Defining and Redefining Work* belyser problematiken kring hur kvinnor behöver balansera de krav och skyldigheter som ställs på dem och hur detta resulterar i en överbelastning som bidrar till höga stressnivåer och utmattningssyndrom (Hilfinger Messias et al., 1997).

Utifrån uppsatsens resultat kan en undran väckas om varför kvinnor fortsätter att utföra det obetalda arbetet i form av hushållssysslor när det påverkar deras mående negativt. Beckers teori om avvikande handling kan visa att en potentiell förklaring kan vara att kvinnor traditionellt sett varit de som tagit hand om hemmet, familjen och vården av anhöriga. Förr i tiden var det ovanligt att kvinnor hade förvärvsarbete och därmed var det hemmafruar som utförde hushållsarbetet. I dagens samhälle arbetar 85 procent av kvinnorna i Sverige. Det innebär likt Hochschilds forskning i *The second shift* att kvinnor jobbar dubbelt där de har ett förvärvsarbete, det vill säga det betalda arbete, samtidigt som det fortsatt sköter hushållsarbetet, vilket är det obetalda arbetet (Hochschild, 1989). West och Zimmermans teori "Doing gender" förklarar hur människors beteenden formas utifrån kulturella normer och förväntningar som råder i samhället. De olika normerna och förväntningarna skapar i sin tur könsroller och könsstereotyper som bidrar till ojämställdhet mellan kvinnor och män. Teorin framhåller hur vissa egenskaper tillskrivs könen, som exempelvis att kvinnor är bättre på att ta hand om hem och barn. Detta antagande kan ha sin grund i att kvinnor historiskt sett haft ansvaret som tidigare nämnts, men det betyder inte att kvinnor biologiskt sett är bättre lämpade att ta hand om hushållet. Följden av dessa antaganden är att det skapas klyftor mellan könen både i hemmet och på arbetsmarknaden. West och Zimmerman (1987) betonar att framför allt fördelningen av obetalt arbete är ett typiskt exempel på hur en uppgift tillskrivits kvinnor och hur denna bild, av att kvinnor är mer skapta för att ta hand om hemmet och familjen, bidrar till upprätthållandet av ojämställdhet (West & Zimmerman, 1987). Denna teori kring att skapa kön kan anses vara en möjlig förklaring till det resultat som analysen visar. Resultatet visar att kvinnor är överrepresenterade på de kvinno-typiska hushållssysslorna såsom matlagning, städning och tvättning, som går att läsa i bilaga 2. Männen, däremot, är istället överrepresenterade på de typiska manliga sysslorna som att ta hand om reparationer i bostaden. Resultaten i analysen säger inget om huruvida dessa

uppdelningar av hushållssysslor grundar sig på intresse hos respondenterna eller om uppdelningarna, vilket förmodligen är troligast, grundar sig på könsstereotyper.

Beckers teori om avvikande handling förtydligar ytterligare svårigheterna med att bryta normer och specifikt i detta fall könsnormer. Att kvinnor ansvarar för hushållsarbetet har tidigare varit normen i samhället och dessa normer har fortsatt upprätthållits eftersom det annars hade ansetts som normbrytande och med det kvinnans beteende som avvikande av hennes omgivning. Becker (2006) poängterar i sin teori hur människor gärna följer normer på grund av att det finns en rädsla för att bryta mot starka konventioner i samhället (Becker, 2006). Även detta kan förklara varför kvinnor fortsatt tar det största ansvaret för hushållsarbetet, för att inte bryta mot de starka normer som finns kring kvinnans roll. Boye och Evertsson (2014) belyser studier som visar att den ojämlika fördelningen av det obetalda arbetet påverkas av de normer och förväntningar som finns i samhället (Boye & Evertsson, 2014). Även Hochschild (1989) argumenterar att anledningen till att kvinnor i två karriärfamiljer tar ansvaret för hushållet beror på traditionella könsroller och normer som fortfarande har en stor påverkan på fördelningen av det obetalda arbetet (Hochschild, 1989). Denna ojämlikhet har dock konsekvenser för hela samhället eftersom det bidrar till att kvinnor drabbas av stress och utbrändhet vilket i sin tur leder till både kostnader och förlorad kompetens som hindrar samhället från bättre utveckling. Kopplingen mellan ökat hushållsarbete och obetalt arbete i hemmet med psykisk ohälsa blir en tydlig negativ faktor för kvinnor när vi ser över dagens forskningsläge. Det verkar finnas ett tydligt mönster i den utförda forskningen som stämmer överens med våra fynd i studien. Kvinnors ökade arbetsuppgifter utanför det betalda arbetet är påtagligt och även korrelationen mellan denna arbetsbörda till psykisk ohälsa.

6.3 Känsломässigt arbete

Studien visade även att kvinnor med ökat känsломässigt arbete mår sämre. Frågan om planering av aktiviteter i undersökningen ISSP 2012 som operationaliseras till känsломässigt arbete visade i samklang med både tidigare forskning och valda teorier att den psykologiska bördan påverkar kvinnors mående negativt. Ju mer känsломässigt arbete, i form av planering och beslutande över helgens aktiviteter, desto mer ökar känslan av olycka hos kvinnor. Våra resultat förtydligade att planeringen kring saker i hemmet sker till största del av kvinnor och kan vara en orsak till varför kvinnor i större utsträckning mår psykiskt dåligt. Man bör dock ha i åtanke att analysen bygger på data från en nationell undersökning där tillhörande syfte

inte kretsar kring känslomässigt arbete. Känslomässigt arbete är svårt att mäta och urvalet av data som resultatet bygger på kommer från några få frågor. Detta medför att det kan vara svårt att analysera känslomässigt arbete fullt ut endast utifrån den använda datan.

Teorin ”Defining and Redefining Work” lyfter hur det känslomässiga arbetet är lika krävande som det obetalda arbetet och därmed en viktig del av diskussionen kring problematiken om det ojämlika arbetsfördelning och dess negativa påverkan på hälsan. Vidare poängterar teoretikerna hur det känslomässiga arbetet är en viktig del av samhällets välbefinnande och benämner termen ”social reproduktion” för att förtydliga alla aktiviteter och relationer som människor aktivt upprätthåller genom sina handlingar, känslor och sociala ansvarstaganden. Dessa aktiviteter och relationer skapas genom det känslomässiga arbetet och har en viktig roll i samhället och inte minst för att skapa och bibehålla välfungerande liv. Den sociala reproduktionen förs oftast vidare i generationer till kvinnor och flickor (Hilfinger Messias et al., 1997). Som tidigare nämnt mäts det känslomässiga arbetet i denna analys genom vem som bestämmer över helgens aktiviteter i hushållet. Resultaten visar att kvinnor tar det större ansvaret över att besluta över vad som ska ske under helgen. Resultaten visar även att detta får kvinnor att må sämre psykiskt.

Umberson et al. (2015) studie av både heterosexuella och homosexuella par visar att det känslomässigt arbete har psykologiska effekter i form av höga nivåer av stress, ångest och depression. Studien visade att det känslomässiga arbetet var främst kvinnors ansvar i heterosexuella förhållanden och därav fann man ingen påverkan på mäns psykiska hälsa. Kvinnor i heterosexuella förhållanden visade dock ett större behov av en rättvis fördelning utav det känslomässiga arbetet (Umberson et al., 2015). I en studie utförd fem år senare visar Umberson et al. att det känslomässiga arbetet är bland de större riskfaktorerna för psykisk ohälsa och att risken för att ha ansvaret för det känslomässiga arbetet ökar när man är gift med en man. Studien visar att ökad uppskattning och ömsesidighet är faktorer som minskar den psykiska påfrestningen (Umberson et al., 2020). Likt resultaten från studierna i Umberson et al. visar vår studie tydliga skillnader på den ojämna fördelningen av det känslomässiga arbetet mellan kvinnor och män. Vårt resultat visar även att den ojämställdhet av det känslomässiga arbetet påverkar kvinnors hälsa negativt. En potentiell lösning på detta skulle kunna vara att dela på ansvaret och genom det så skapas det en större förståelse av det osynliga som kännetecknas av framförallt det känslomässiga arbetet. Som ett resultat av större insikt och förståelse kan uppskattning och ömsesidighet uppkomma. Även Holmbergs

studie visar att män som har lägre delaktighet i hushållssysslor visar mindre förståelse för vilka arbetsuppgifter hushållsarbetet innefattar och därmed har mindre insikt i hur mycket deras partners utför i deras gemensamma hem (Holmberg, 1993).

Inom ramen för obetalt arbete ingår även vård av barn och vård av nära anhöriga. Det kan vara exempelvis sjuka och äldre föräldrar, där vården delvis är arbete på grund av själva omhändertagandet, men det kan även falla in under känslomässigt arbete. Teorin “Defining and Redefining Work” betonar hur vård av anhöriga kan vara väldigt emotionellt ansträngande och skapa stress och oro vilket i sin tur kan leda till hälsoproblem som depression, ångest och sömnstörningar (Hilfinger Messias et al., 1997). Majoriteten utav respondenternas svar visar att det finns en jämn fördelning mellan kvinnor och män för de som tar hand om sjuka familjemedlemmar. Därefter svarade respondenterna att det var kvinnorna som ansvarade för att ta hand om sjuka familjemedlemmar, se bilaga 2. Jämställdhetsmyndighetens delmål 4 strävar efter jämn fördelning utav det obetalda hem- och omsorgsarbetet. Våra resultat visar att den generella fördelningen utav omsorgen verkar vara relativt jämn vilket tyder på att just denna punkt verkar gå åt rätt håll. Däremot framkommer det att män gör mer punktsatser medan kvinnors omsorg innefattar tillsyn och socialt umgänge. Här kan man, utifrån tidigare studier och teorier, anta att kvinnor bidrar med mer känslomässigt arbete som är emotionellt ansträngande än vad män gör (Jämställdhetsmyndigheten, 2021).

Det känslomässiga arbetet skulle kunna liknas vid rollen som projektledare, en sådan behöver hålla många tankar och känslor i huvudet samtidigt för att få ett projekt att drivas framåt. Det sker ständigt pågående aktiviteter mentalt för att upprätthålla alla relationer och aktiviteter som ser till att projektet hålls vid liv och blir genomförbart. En potentiell förklaring till att kvinnor lider större risk för psykisk ohälsa på grund av känslomässigt arbete kan vara bristen på återhämtning. Kvinnor har generellt mindre tid för återhämtning och rekreation än vad män har eftersom de lägger dubbelt så mycket tid på både känslomässigt och obetalt arbete. Just återhämtning har visat sig vara en viktig faktor ur ett hälsoperspektiv. Även Larsson belyser hur många kvinnors livssituationer är ohållbara när det har orealistiska arbetsbördor och poängterar vikten av återhämtning och reflektion för att bevara en god hälsa (Boye & Evertsson, 2014).

7. Konklusion och vidare studier

Studiens resultat bekräftar vad tidigare forskning visat med en ökad belastning utav obetalt och känslomässigt arbete för kvinnor i heterosexuella förhållanden. Det verkar finnas en korrelation mellan hälsa och dessa två, icke betalda, arbeten. Ökningen utav denna arbetsbelastning verkar ha en korrelation med sämre psykisk hälsa. Detta betyder alltså att kvinnor överlag i Sverige får en sämre hälsa på grund av det obetalda- och känslomässiga arbetet de utför. Detta går inte i linje med Jämställdhetsmyndighetens politiska målsättning för jämn fördelning utav det obetalda hem- och omsorgsarbetet samt jämställd hälsa vilket visar att de behövs mer resurser för att nå målen.

Vidare forskning behövs inom området för att bekräfta fynden och för att möjliggöra lösningar för denna uråldriga norm som inte har anpassats till de förändringar som har skett i samhället under de senaste decennierna.

Vi hade gärna sett interventionsstudier som tittar på förändringar hos kvinnors psykiska hälsa där de får avlastning i hemmet av sina partners. Detta kan vara en komplex studie att utföra men det hade kunnat bekräfta korrelationen mellan psykisk hälsa och det osynliga arbetet. Andra studier som hade varit intressanta att utföra skulle vara hur barns roll påverkar det osynliga arbetet och kvinnors psykiska hälsa. Finns det någon skillnad mellan barnfamiljer med barn i olika åldrar och hur påverkar detta den osynliga arbetsbördan? Är förhållandet för det osynliga arbetet likadant som i denna studie som involverade både samboende med och utan barn?

8. Referenser

- Becker, H.S. (2006). *Utanför: avvikandets sociologi*. Lund: Arkiv.
- Boye, K. & Magnusson, C., Kapitel 6. *Vem gör vad när? Kvinnors och mäns tid i betalt och obetalt arbete*. Evertsson, M. & Magnusson, C. (2014). *Ojämlighetens dimensioner*. Liber.
- Djurfeldt, G., Larsson, R. & Stjärnhagen, O. (2022). *Statistisk verktyglåda: samhällsvetenskaplig orsaksanalys med kvantitativa metoder*. Stockholm: Studentlitteratur.
- Edlund, J. (2013). ISSP 2012 - Åsikter om familjeliv och arbete (SND0921-001).
- Folkhälsomyndigheten. (2022). *Vad är folkhälsa, jämlik hälsa och folkhälsoarbete?*
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/om-folkhalsa-och-folkhalsoarbete/tema-folkhalsa/vad-ar-folkhalsa/folkhalsa-och-jamlik-halsa/>
- Frankenhaeuser, M. (1993). *Kvinnligt, manligt, stressigt*. Höganäs: Bra böcker/Wiken.
- Försäkringskassan. (2022) Stressrelaterade sjukskrivningar ökar igen efter pandemin.
<https://www.forsakringskassan.se/nyhetsarkiv/nyheter-press/2022-10-24-stressrelaterade-sjukskrivningar-okar-igen-efter-pandemin>
- Försäkringskassan. (2023a). *Det som är bra delar man lika på*.
<https://www.forsakringskassan.se/privatperson/foralder/det-som-ar-bra-delar-man-lika-pa>
- Försäkringskassan. (2023b). *Hur många är sjukskrivna?*
<https://www.forsakringskassan.se/statistik-och-analys/sjuk/statistik-om-sjukpenning-och-rehabiliteringspenning/hur-manga-ar-sjukskrivna>
- Hartley, G. (2019). *Så jävla trött: om kvinnors känslomässiga arbete – och vägen till förändring*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Hilfinger Messias, D., Im, E., Page, A., Regev, H., Spiers, J., Yoder, L., & Ibrahim Melei, A. (1997). Defining and Redefining Work: Implications for Women's Health. *Gender and Society* 11 (3) 296-323. <https://doi.org/10.1177/0891243970111003>
- Hochschild, A.R. & Machung, A. (1989). *The second shift: working parents and the revolution at home*. New York, N.Y.: Viking.
- Holmberg, C. (1993). *Det kallas kärlek: en socialpsykologisk studie om kvinnors underordning och mäns överordning bland unga jämställda par*. Diss. Göteborg: Univ.
- Jämställdhetsmyndigheten. (2021a). *Delmål 4: Jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet*.

<https://jamstalldhetsmyndigheten.se/jamstalldhet-i-sverige/delmal-4-jamn-fordelning-av-det-obetalda-hem-och-omsorgsarbetet/>

Jämställdhetsmyndigheten. (2021b). *Delmål 5: Jämställd hälsa.*

<https://jamstalldhetsmyndigheten.se/jamstalldhet-i-sverige/delmal-5-jamstalld-halsa/>

Jämställdhetsmyndigheten. (2021c). *Nordisk forskning om obetalt arbete och familjeliv och samband med sjukfrånvaro med psykisk diagnos.*

<https://jamstalldhetsmyndigheten.se/media/mo4d1nnm/2021-4-nordisk-forskning-om-obetalt-arbete-och-familjeliv-2021-02-19.pdf>

Kjellsson, S., Kapitel 11. *Ojämlighet i hälsa. vilken betydelse har social klass och kön?* Evertsson, M. & Magnusson, C. (2014). *Ojämlighetens dimensioner.* Liber.

Nordenmark, M. & Rashid, S. (red.) (2008). *Arbete, hälsa och kön.* Östersund: Mittuniversitetet.

Patten, M.L. & Newhart, M. (2018). *Understanding research methods an overview of the essentials.* (Tenth edition). New York: Taylor & Francis Ltd.

Statistikmyndigheten. (2022) *Jämställdhetsstatistik*

<https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/levnadsforhallanden/jamstalldhet/jamstalldhetsstatistik/>

Statistikmyndigheten. (2022) *På tal om kvinnor och män Lathund om jämställdhet.*

https://www.scb.se/contentassets/b3ba3d3ad7a74749936c7fd2e3b4bee6/le0201_2021b22_x10br2201.pdf

Steptoe, A. (2019). Happiness and Health. *Annual Review of Public Health, 40*, 339-359. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-040218-044150>

Svensk nationell datatjänst. <https://snd.gu.se/sv/catalogue/study/snd0921>

Umberson D, Thomeer MB, Lodge AC. (2015). Intimacy and Emotion Work in Lesbian, Gay, and Heterosexual Relationships. *Journal of Marriage and Family, 77* (2), 542–556. <https://doi.org/10.1111/jomf.12178>

Umberson D, Thomeer MB, Pollitt AM, Mernitz SE. (2020). The Psychological Toll of Emotion Work in Same-Sex and Different-Sex Marital Dyads. *Journal of Marriage and Family, 82* (4), 1141-1158. <https://doi.org/10.1111/jomf.12686>

Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningssed.*

<https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2017-08-29-god-forsknings-sed.html>

West, C. & Zimmerman, D. (1987). Doing Gender. *Gender and Society*, 1 (2), 125-151. <https://doi.org/10.1177/0891243287001002002>

Östensson, I. & Rutgersson, T. (2023). *Allt vi inte ser: så påverkas du av det osynliga arbetet - hemma och på jobbet*. [Stockholm]: Mondial.

9. Bilaga

9.1 Bilaga 1: Enkätundersökning

Edlund, J. (2013). ISSP 2012 - Åsikter om familjeliv och arbete (SND0921-001).

https://drive.google.com/file/d/1pzHTXShzXboJC8qUn98g-GyMYKFW8sFj/view?usp=share_link

9.2 Bilaga 2: Frekvenstabeller

https://drive.google.com/file/d/1O_foOBNE5CBgroZ2jlcnsqmiZ_qjK_mh/view?usp=sharing