



MAMMARAPPORTEN

2021

OM MAMMOR
I PANDEMIN

Läkarmissionen 



FÖRORD

För Läkarmissionen är mammors välfärd en nyckelfråga, både globalt och lokalt. I de olika delar av världen där vi verkar möter människor olika typer av svårigheter, men gemensamt för dem är att om vi ser ett ökat välbefinnande hos mammor, så är det i regel en indikator på en positiv utveckling generellt i området. Här i Sverige spelar också mammor en nyckelroll i vårt arbete och är en av de grupper som är mest engagerade i att stötta oss. På så vis hänger det ihop, mammor i Sverige är avgörande för våra möjligheter till hjälpinsatser för mammor på andra ställen.

Det senaste året har livet vänts upp och ned för oss alla. Vardagen har förändrats radikalt i och med pandemin och restriktionerna som följt på den. Detta har påverkat nästan alla delar i livet och i Mammarapporten 2021 tar Läkarmissionen tempen på hur det har varit att vara mamma i Sverige under den här tiden.

Många mammor anger att vardagen trots omständigheterna har varit bra, men att oro, ensamhet och stress samtidigt har ökat. En grupp som påverkats extra hårt av dessa faktorer är mammor utan partner. Detta ger oss alla anledning att tänka extra mycket på hur vi kan hjälpa singelmammor runt omkring oss. Sitta barnvakt, laga middag, ge bort en spontan present och ge all uppmuntran du kan!

Men det kanske mest intressanta i Mammarapporten 2021 är att resultatet visar på mer jämställda hushåll. Över hälften av mammorna med partner svarar att man delar lika på hemarbetet. Dessa siffror står i stark kontrast till fjolårets rapport där lika många mammor svarade att de själva tog mest ansvar hemma. Kan det vara så att mer hemmatid för båda parter också innebär ett mer jämställt hushåll?

Om det här och mycket mer kan du läsa i Mammarapporten 2021.

God läsning!
Josephine Sundqvist, Generalsekreterare

KARANTÄN OCH PANDEMILIV

Med coronapandemin följde restriktioner som alla måste förhålla sig till. Framför allt handlar det om att hålla sig hemma och inte träffa människor utanför den inre cirkeln. För många svenska mammor och deras familjer har det inneburit hemmajobb, att barnen varit hemma mer från skola och förskola, begränsad möjlighet att göra aktiviteter utanför hemmet och ett snävare socialt liv där man inte kunnat träffa vänner och mor- och farföräldrar som vanligt.

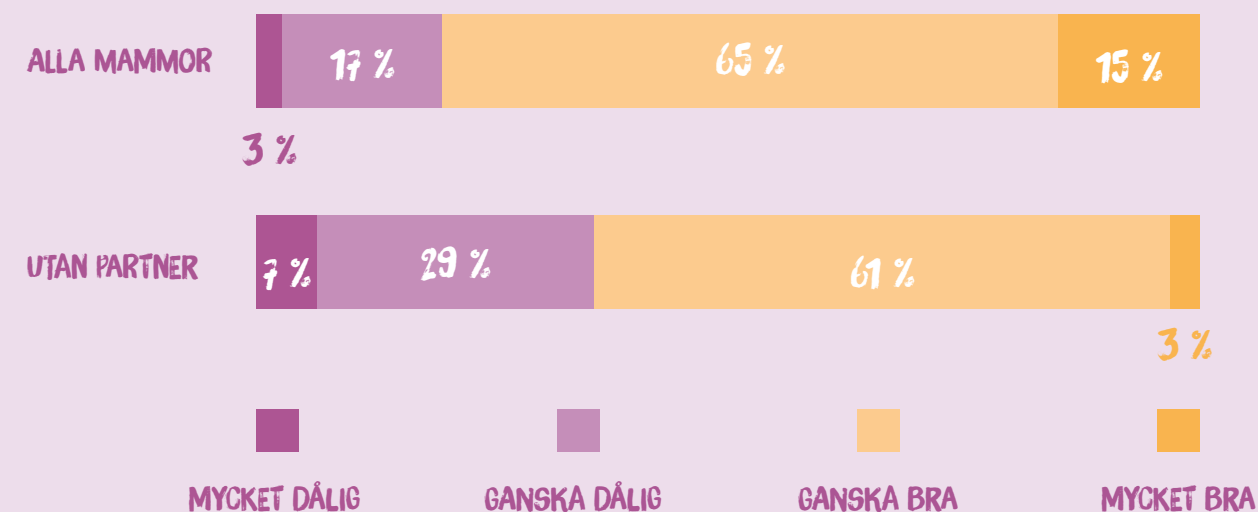
Men det innebär också en paus från den hetsiga världen innan corona och mer tid med familjen. Mammaraporten 2020 visar att mammor generellt uppger att de haft en bra vardag under pandemin men att stress och oro ökat. Och de som starkast upplevt det är singelmammorna.



MAJORITETEN HAR UPPLEVT ATT DE HAFT EN BRA VARDAG...

Under året med corona har åtta av tio mammor upplevt sin vardag som bra. En av fem har haft det sämre och svarar att vardagen har varit dålig. Omkring var tredje mamma utan partner svarar att vardagen har varit dålig under året med pandemin.

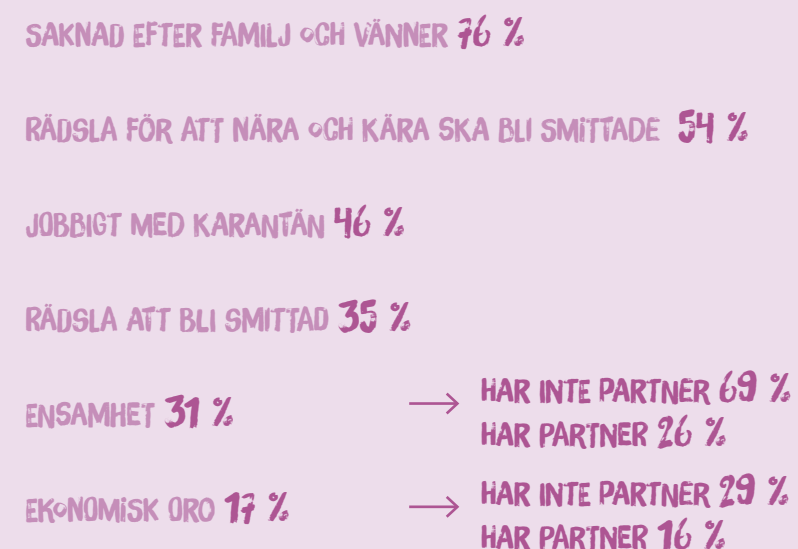
HUR HAR DU UPPLEVT ATT DIN VARDAG HAR VARIT UNDER ÅRET MED CORONAPANDEMIN?



...MEN PSYKISK OHÄLSA OCH STRESS HAR ÖKAT

Fyra av tio mammor svarar att de mått sämre psykiskt under pandemin. Orsaken till det är att man saknat familj/vänner, följt av rädsla att nära och kära ska bli smittade samt att man upplevt det jobbigt med karantän. Frågar man mammor utan partner har de i större utsträckning än mammor i en relation upplevt ensamhet och ekonomisk oro som problem.

VARFÖR HAR DU MÅTT SÄMRE UNDER ÅRET MED CORONAPANDEMIN, JÄMFÖRT MED INNAN?



STRESS

En av tre svarar att man upplevt samma nivå av stress som innan. Men mammor utan partner svarar i markant högre grad än de som lever med någon att de känt sig mer stressade än innan.

Det område man känner störst stress över är sin jobbsituation, vilket skiljer sig från mammor med partners där oro för nära och kära varit den största stressfaktorn. Smittorisk finns med som en stor stressfaktor för samtliga mammor.

VARFÖR HAR DU KÄNT DIG MER STRESSAD UNDER ÅRET MED CORONAPANDEMIN?



ORO FÖR NÄRA OCH KÄRA 60 %



JOBBSITUATIONEN 53 %



HAR INTE PARTNER 74 %
HAR PARTNER 50 %



SMITTORISKEN 50 %

PANDEMIN OCH JÄMSTÄLLDHET

Ett liv som mestadels spenderas inom hemmets ramar har nog för många inneburit både skratt och gråt. Uttrycket "att gå varandra på tårna" har nog fått en helt ny, och mer bokstavlig, betydelse för många familjer då varken småbarn, tonåringar eller föräldrar kunnat göra de där aktiviteterna utanför hemmet som i vanliga fall är en naturlig del av vardagen. Men Mammaraporten 2021 visar att det ökade hemmalivet verkar ha haft positiva effekter på vissa plan. En betydande del av de tillfrågade mammorna upplever att fördelningen av hemarbete så väl som sammanhållningen i familjen förbättrats. Kanske är det så att när vi tvingas leva närmare varandra hittar vi sätt att samarbeta för att livet ska flyta på och för att kunna ha så kul som möjligt på vägen.

VISSTE DU ATT

EN AV TRE MAMMOR
UPPLEVER ATT FAMILJE-
SAMMANHÅLLNINGEN HAR
BLIVIT BÄTTRE UNDER
PANDEMIÅRET.

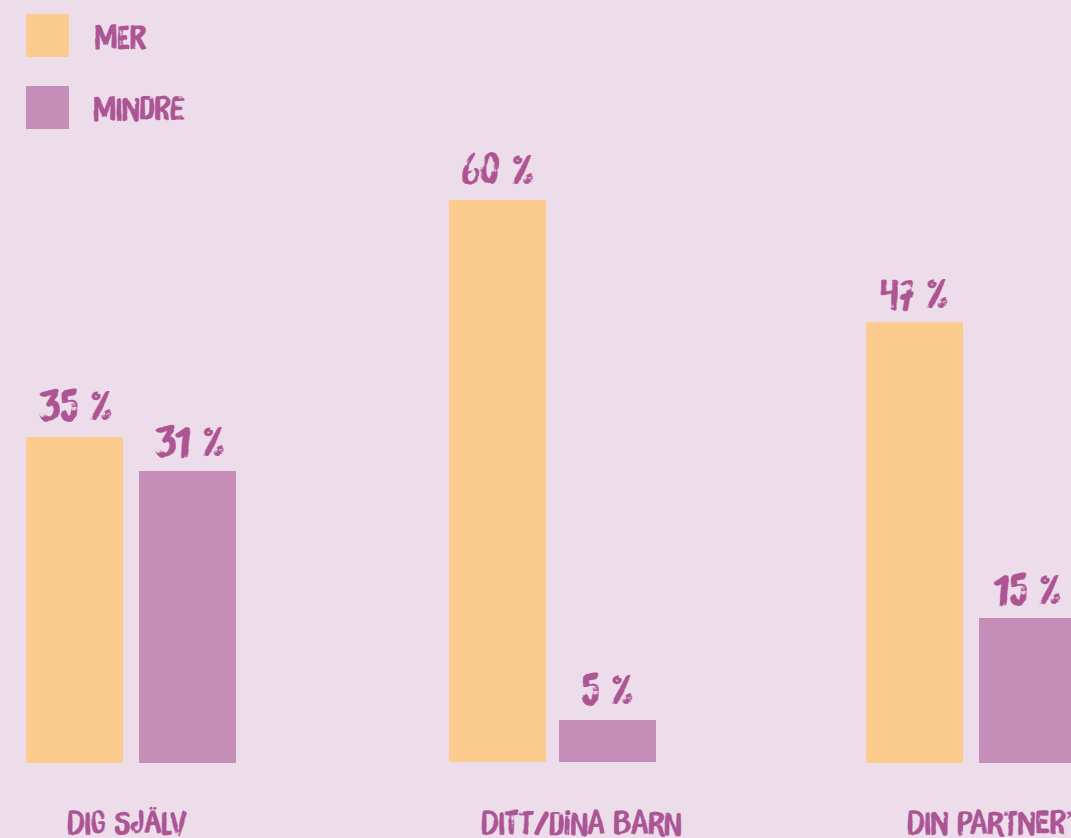
FAMILJEFOKUS ÖVER EGEN TID

Mammorna fick skatta om de under året med coronapandemin fått mer eller mindre tid för sig själva, barnen och partnern (om man har en sådan) och resultaten visar att man haft mer tid för familjen, men mindre för sig själv. Sex av tio har fått mer tid till barnen och hälften mer tid för partnern.

VISSTE DU ATT

SEXLIVET VERKAR OPÅVERKAT
AV PANDEMIN. 6 AV 10 HAR
HAFT LIKA MYCKET SEX UNDER
PANDEMIN SOM TIDIGARE,
BARA EN FEMTEDEL HAR
HAFT MINDRE SEX.

HAR DU FÅTT MER ELLER MINDRE TID FÖR FÖLJANDE UNDER
ÅRET MED CORONAPANDEMIN, JÄMFÖRT MED INNAN?



*Bas: Om har partner, 884 intervjuer

HEMMETS HUVUDANSVAR JÄMNARE FÖRDELAT UNDER CORONAÅRET

Sett till vem som haft huvudansvaret för hemmet (om man inte är ensamstående) och barnet/barnen svarar sex av tio mammor att man delar lika. Detta står i stark kontrast till fjolårets Mammaraapport där samma fråga ställdes och ungefär lika många mammor svarade att de själva drog det största lasset.

2020

SVARADE 6 AV 10 MAMMOR ATT DE TOG
HUVUDANSVARET FÖR HEM OCH BARN.

2021

SVÄRAR 6 AV 10 MAMMOR ATT HUVUD-
ANSVARET FÖR HEM OCH BARN DELAS
LIKA MED PARTNERN.

...MEN FÖRÄLDRASKAPET VARIT MER UTMANANDE

Samtidigt upplever ungefär hälften av de tillfrågade mammorna att det har varit svårare att vara förälder under coronapandemin, jämfört med hur det var innan.

UPPLEVER DU ATT DET HAR
VARIT LÄTTARE ELLER SVÅ-
RARE ATT VARA FÖRÄLDER
UNDER CORONAPANDEMIN,
JÄMFÖRT MED HUR DET VAR
INNAN?



LÄTTARE



SVÅRARE

15 %



46 %



KARANTÄNLIV OCH SCROLLANDE

Enligt rapporten Svenskarna och internet 2020 ökade det dagliga användandet av sociala medier som Instagram, Facebook, Snapchat och TikTok hos alla grupper i samhället under pandemin. Sammantaget scollar, interagerar och handlar vi mycket mer på nätet än tidigare. Hur förhåller sig svenska mammor till det ökande användandet av sociala medier i familjen? Mammaraporten 2021 har bland annat undersökt vad mammor upplever att de får ut av att följa mammainfluencers. Där ligger igenkänning i toppen. Vi har också frågat vid vilken ålder mammor tycker att det är okej att de egna barnen skaffar Instagram-konto och där ligger snittet på 14 år.

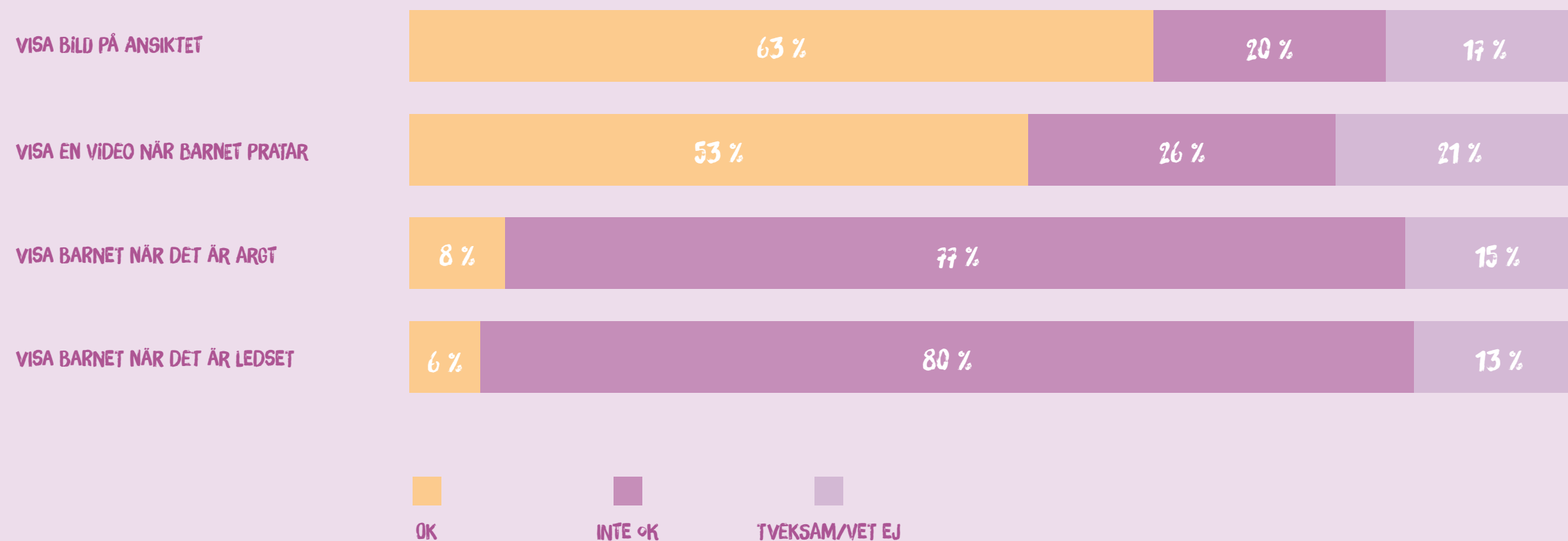
VISSTE DU ATT

**MAMMOR TYCKER
I SNITT ATT 14 ÅR ÄR EN
LÄMPLIG ÅLDER FÖR BARN
ATT SKAFFA ETT EGET
INSTAGRAMKONTO.**

VAD ÄR OK PÅ SOME?

När det kommer till att visa barn under 10 år på sociala medier tycker en majoritet, 63 procent, att det är okej att visa en bild på barnets ansikte. Varannan tycker också att man får visa videor på när barnet pratar. Betydligt färre tycker att det är okej att visa barnet när det är ledset eller argt.

VAD AV FÖLJANDE TYCKER DU ÄR OKEJ NÄR DET KOMMER TILL BARN UNDER 10 ÅR OCH SOCIALA MEDIER?



IGENKÄNNINGSFAKTORN NUMMER ETT PÅ SOCIALA MEDIER

Av de mammor som följer en mammainfluencer uppger flest att de får ut igenkänning, bra tips och inspiration. Längst ner på listan ligger bra erbjudanden och rabatter.

VAD FÅR DU UT AV ATT FÖLJA MAMMAINFLUENCERS?

IGENKÄNNING 81 %

BRA TIPS 58 %

INSPIRATION 53 %

STÖD 34 %

KUNSKAP 25 %

BRA RABATTER FRÅN SAMARBETSPARTNERS 12 %



FRITT FRAM FÖR FÖRÄLDRAR ATT LÄGGA UPP BARNEN PÅ SOCIALA MEDIER

Den vanligaste uppfattningen bland mammor är att det är okej för både dem själva, andra privatpersoner och kändisar att lägga upp bilder på sina barn på sociala medier.

TYCKER DU ATT DET ÄR OK ATT...

...PRIVATPERSONER VISAR
UPP SINA BARN PÅ
SOCIALA MEDIER?

58 %

19 %

23 %

...VISA UPP DITT EGET BARN
PÅ SOCIALA MEDIER?

48 %

34 %

18 %

...KÄNDA PERSONER VISAR
UPP SINA BARN PÅ
SOCIALA MEDIER?

45 %

29 %

26 %

SÅ GJÖRDES UNDERSÖKNINGEN

Undersökningen har genomförts av Kantar Sifo på uppdrag av Läkarmissionen/Juno PR. Den bygger på 1001 intervjuer med mammor till barn under 18 år. Datainsamlingen genomfördes i Kantar Sifos slumpmässigt rekryterade webbpanel, mellan 16 och 23 mars 2021. Andelarna som nämns i rapporten vid skalfrågor är en sammanslagning av de positiva respektive de negativa andelarna. De skillnader som nämns mellan undergrupper är genomgående signifikanta. Resultatet har i efterhand vägts på ålder och region. Mammorna har screenats fram.



WEBBINTERVJUER



1 001 DELTAGARE



16-23 MARS 2021

LÄKARMISSIONEN ÄR EN HJÄLPORGANISATION SOM SEDAN 1958 ARBETAR FÖR ATT FÖRÄNDRA FRAMTIDEN FÖR UTSATTA MÄNNISKOR. VÅRA INSATSER HAR KVINNOR OCH BARN SOM EN PRIMÄR MÅLGRUPP. IDAG GENOMFÖR VI INTERNATIONELLT HJÄLPARBETE OCH KATASTROFHJÄLP I ETT TRETIOTAL LÄNDER. LÄS MER OM VÅRT ARBETE PÅ WWW.LAKARMISSIONEN.SE

Läkarmissionen 