

#Nyhetsbrev 5 – Jämställdhetsbutiken

Har det redan gått en hel månad på 2019? Tiden har verkligen svischat förbi. Hur har ni haft det? Har ni lagt några planer och mål för året?

Själv började jag med att erbjuda en ny tjänst; JämställdhetsPT. En PT i syfte att underlätta för familjer att jobba mot en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet.

Vilket inte är det lättaste!

Även om båda vill ändra vanor och rutiner är det inte bara och bara. Vanor och rutiner är, som hörs på namnet, invanda mönster som vi är vana vid och som oftast går av sig själv. Helt plötsligt ska dessa vanor ändras och för det krävs viljestyrka, långsiktighet och ibland även mod.

Modet handlar om att bryta upp könsmonster som både ni, er omgivning och samhället i stort är vana vid. Nu ska ni dela på föräldraledigheten, vabbandet, hemarbetet och ekonomin. Ibland kan det hända att en får börja med något en aldrig gjort förut.

Att anlita mig som JämställdhetsPT:n betyder att familjen ska kommunicera med mig på ett eller annat sätt för att komma fram till vad de vill förändra. Det kan ske via fysiska möten men också via telefon, mail, webbmöten och dylikt. Beroende på vilket som är lättvindigast och mest bekväma och effektiva. Det handlar inte bara om att prata med mig utan mycket fokus ligger på sammanställning av tid, ekonomi och vilket även sker med hjälp av checklistor och annat material. Sedan kommer familjernas eget jobb för upparbetande av nya vanor och rutiner.

Jag tror verkligen på Jämställdhet som verktyg att lösa många världsiga problem. Förebygga och jobba med våld och hot i samhället och i nära relationer, utbrändhet, kroppshets, inskränkta könsroller samt överlag ett mer empatiskt, snällare och friare samhälle.

En orsak till stress och utbrändhet bland kvinnor kan vara att efter de kommer hem från jobbet har de större delen av det obetalda hem- och omsorgsarbetet kvar. Pulsen och stressen fortsätter att vara hög medan för mannen går pulsen och stressen ner när de kommer hem. Det kan vara den avgörande faktorn om vardagslivet skapar stress och utbrändhet eller inte.



Därför hoppas jag att många tar del av tjänsten JämställdhetsPT. Det är min önskan och förhoppning även om det kommer att ta tid att nå ut med tjänsten. Oavsett hur viktig jämställdhet är för våra relationer, respekten och samförståndet oss emellan så är det ändå en fråga som helt enkelt inte prioriteras. En ser den inte eller tycker inte det är så farligt. Det kan även vara provocerande. Vi är ju alla så vana med våra roller så varför krångla till det. Så kan diskussionerna och tankarna gå. Det är till och med svårare att börja med ett jämställdhetsarbete än att ta tag i vikten.

Då förstår ni motståndet 😊

Men sluta med det! Ge det en chans! Prova i alla fall!

Känner ni någon som ni tror skulle ha nytta av JämställdhetsPT så kanske ni kan berätta *lite försiktigt* om att tjänsten finns och att det finns en sida som heter Jämställdhetsbutikerna där de kan läsa mer.

Kom också ihåg att jag vill höra ifrån er gällande allt som rör jämställdhet. Så skriv gärna till mig på mail; carola.agren@carokomp.com eller skriv offentligt på FB eller Instagram.

Vi hörs igen 1 mars 2019.
Hälsningar Carola Ågren