



# Lifeskills udviklet i forbindelse med barsel

*– en undersøgelse af forældres selvopfattede personlige udvikling  
når de stifter familie*

**PARENTAL  
LEAVE  
FORUM**

April 2018

# Baggrund

- Formålet med undersøgelsen var at afdække, hvordan forældre, der har været på barsel selv oplever, de har udviklet sig under barslen.
- Undersøgelsen blev gennemført som en kort web-survey, der blev udsendt til potentielle respondenter i en række forældre-fora på de Sociale Medier.
- Undersøgelsen var henvendt til både mænd og kvinder, der har været på barsel, men da størstedelen af barselsorloven tages af mødrene, er der også en klar overvægt at kvinder, der har besvaret undersøgelsen.
- Undersøgelsen blev gennemført i foråret 2018.

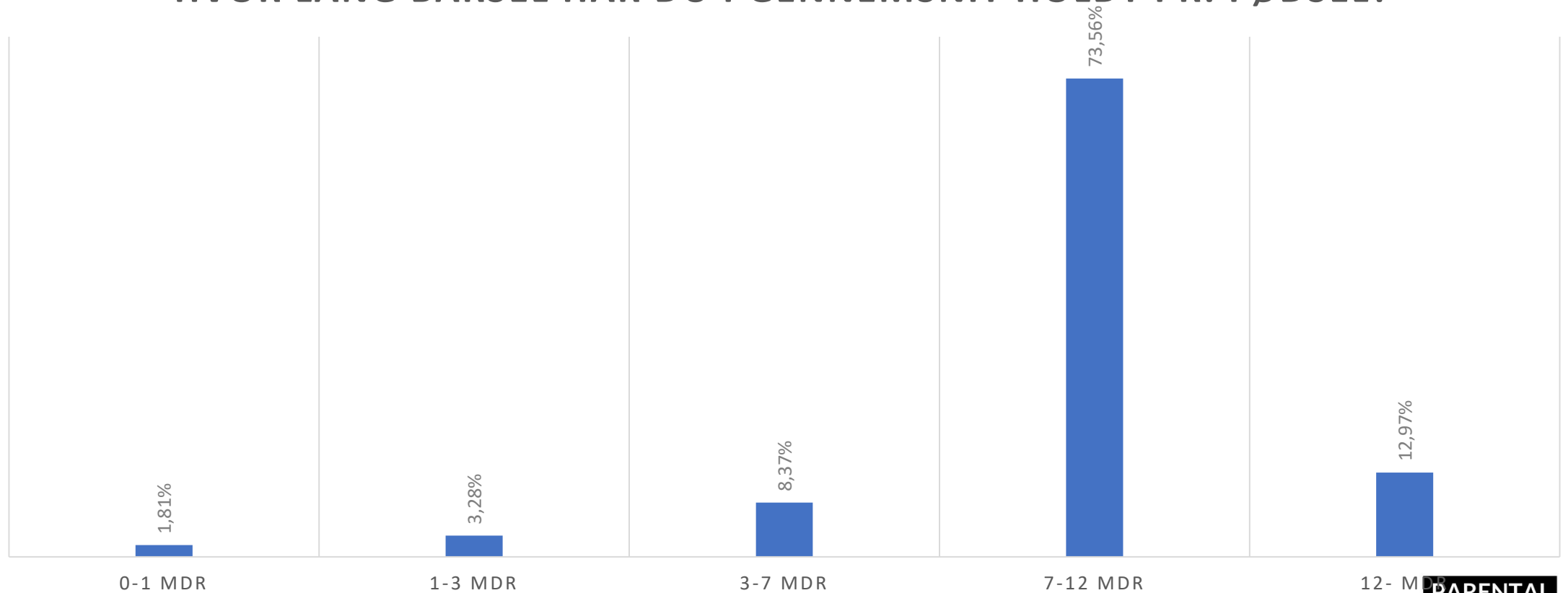
# Baggrund

- 610 respondenter
- 26 mænd – 584 kvinder
- 19% 20-29 årige
- 63% 30-39 årige
- 16% 40-49 årige
- 2% 50- årige

Demografi:

# Flest respondenter har taget lang barsel

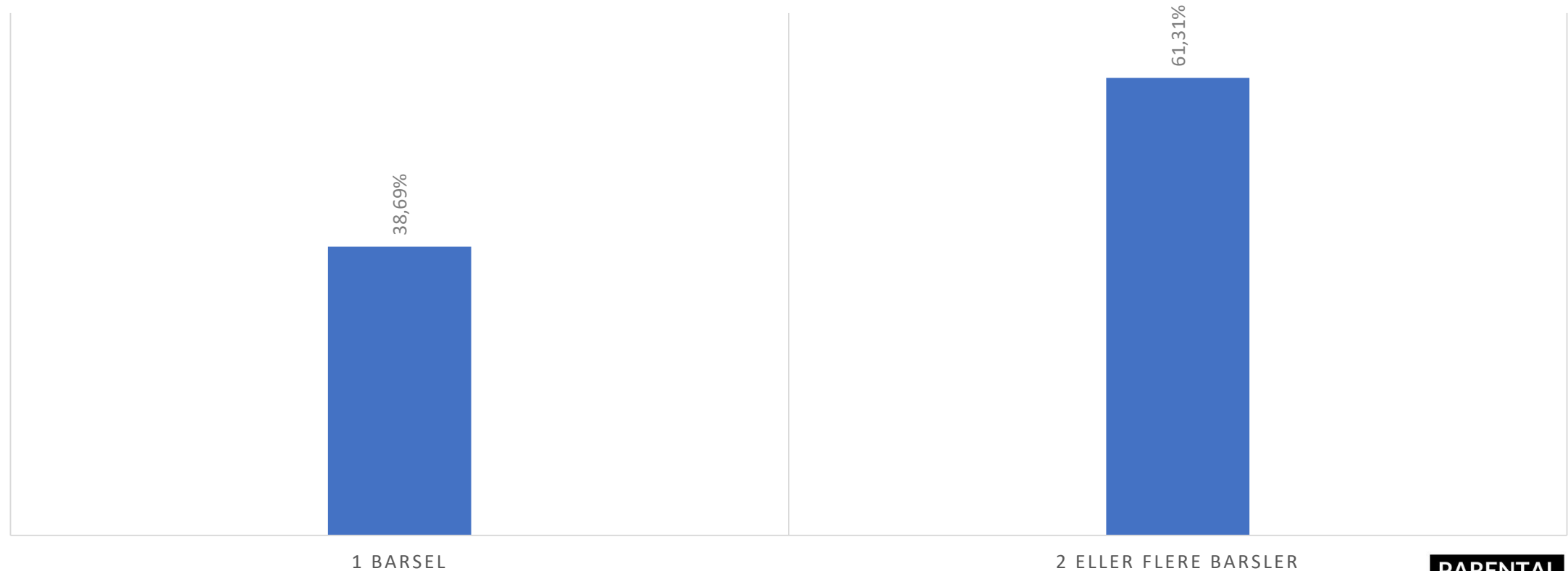
HVOR LANG BARSEL HAR DU I GENNEMSNIT HOLDT PR. FØDSEL?



Demografi:

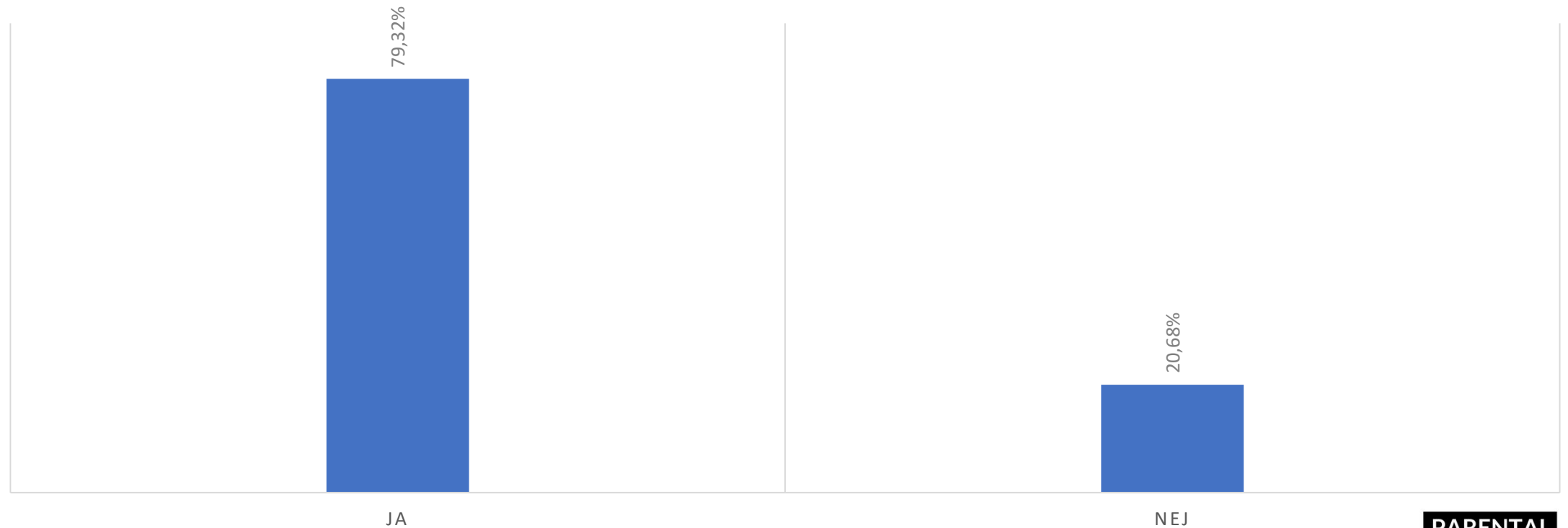
Stort erfaringsgrundlag at trække på blandt respondenterne

### HVOR MANGE BARSLER HAR DU HOLDT?



Der er forskel på evnerne, man udvikler, afhængig af hvor mange barsler man har bag sig

**SYNES DU, DER ER FORSKEL PÅ DE EVNER, MAN UDVIKLER, NÅR MAN HOLDER BARSEL 1., 2., 3. ELLER 4.GANG?**



# Uddrag fra fritekst-spørgsmål

Synes du der er forskel på de evner, man udvikler, når man holder barsel 1. 2. 3. eller 4. gang?

UDDRAG 1:

## Uddannelse til direktør i livets første organisation

”Barsel 1: altoverskyggende kærlighed og den første behovsudsættelse. Barsel 2 : Multitasking, søskende jalousi, udfordringer i parforholdet pga begge forældre må på banen. Barsel 3: nu er vi igang... så alt det basale med spædbarnets behov er på plads, ligeledes søskenderelationer. Her længere barsel for at få enderne til at mødes og helt fantastiske skills ud i planlægning og skemaer. Multitasking på højt plan for at nå alle børns fritidsinteresser, engagement i skolen med den ældste samtidig med fodbold, håndbold, svømning, amning og forsøge at nå at være kærester. Barsel 4: Pubertetsbørn samtidig med ammebaby og manglende nattesøvn. Storudvikler på kompetencer indenfor tolerance. Effektivitet og planlægning. Performer i de mest komplekse situationer. **Forsøger at holde foden inden for arbejdsmarkedet. Burde egentlig skrive direktør i storfamilie efter barsel fire 😊**”



UDDRAG 2:

**Første barsel er et granatchok. De næste gange konsoliderer man sig.**

”Første gang er livet som Mor helt nyt, så man udvikler sig meget specifikt (lær at amme, skifte ble, lave mos) og personligt (planlæg til at være omstillingparat, øget tålmodighed o.l.). Anden gang handler det meget om organisering og prioritering (man bliver benhård til at prioritere børnenes krav i forhold til hinanden)”

”Første gang et det hele nyt. De næste gange forbedrer man rutiner og måderne, man gør ting på. Man bliver også bedre til at slappe og fokusere på det vigtigste.”

### UDDRAG 3:

## Barsel er det bedste personlige udviklingskursus, du nogensinde vil gennemgå

- "Jeg er blevet helt klar på mine hvad mine værdier er, bedre til at arbejde under pres og dermed også vide hvordan jeg reagerer og tackler det bedst."
- "Jo flere barsler jeg har holdt jo mere målbevidst er jeg blevet. Jeg er blevet helt klar på mine hvad mine værdier er, bedre til at arbejde under pres og dermed også vide hvordan jeg reagerer og tackler det bedst. Jeg er blevet langt mere effektivt som et resultat af det hele. Så er jeg blevet aldeles tolerant hvilket er rigtig godt ift. Til samarbejde."
- "Første gang er livet som Mor helt nyt, så man udvikler sig meget specifikt (lær at amme, skifte ble, lave mos) og personligt (planlæg til at være omstillingparat, øget tålmodighed o.l.). Anden gang handler det meget om organisering og prioritering (man bliver benhård til at prioritere børnenes krav i forhold til hinanden)"

Fokus på de konkrete  
færdigheder, der udvikles

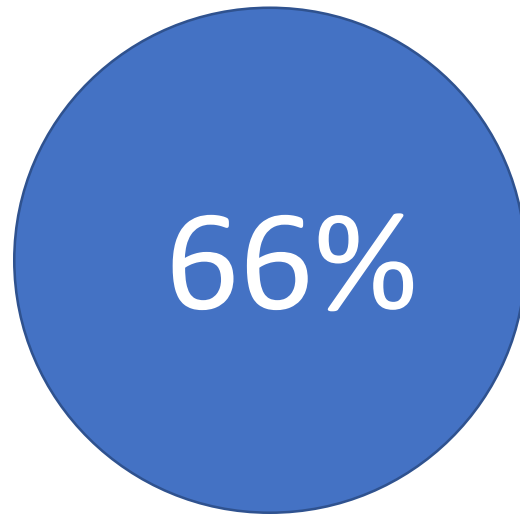
# Færdighederne, der udvikles hører til de mest efterspurgte i erhvervslivet

Top 10 (gennemsnit, 1-4 i parentes):

1. Udholdenhed (3,49)
2. Personlig selvindsigt (3,42)
3. Empatisk sans (3,37)
4. Effektivitet (3,32)
5. Følelsesmæssigt selvbevidst (3,32)
6. Forandringsparathed (3,19)
7. Løsningsorientering (3,15)
8. Handlekraft (3,15)
9. Robusthed (3,03)
10. Forhøjet stresstærskel (2,84)

34 % af færdighederne bruges slet ikke professionelt

”I hvor høj grad bruger du dine tillærte færdigheder fra barselstiden?”  
(Besvarelse leveret på slide-håndtag fra 0-100%)



# Fodnoter

- Ingen signifikant forskel på hvad man tilegner sig, ift. antal barsler man har holdt.
- Ingen signifikant forskel på hvad man tilegner sig, ift. længden af barslen.

# Copyright og yderligere information

Ved brug af tallene, citer venligst: *”Parental Leave Forum: Lifeskills udviklet i forbindelse med barsel – en undersøgelse af forældres selvopfattede personlige udvikling når de stifter familie, April 2018”*

*For yderligere information, kontakt venligst:*

*Lisbeth Odgaard Madsen*

*Co-founder, Parental Leave Forum*

*CEO, Potential Company*

[lom@potentialco.dk](mailto:lom@potentialco.dk) – 5098 4221

*Anne Sophie Sehested Münster*

*Co-founder, Parental Leave Forum*

*CEO, Inspired Beyond Babies*

[as@inspiredbeyondbabies.dk](mailto:as@inspiredbeyondbabies.dk) – 5385 5351