

Försäkringskassans lägesrapport 2026:3

Jämställdhet och socialförsäkringen

Försäkringskassan

FK1745-2026-11

Ojämställt samhälle speglas i socialförsäkringen

Kvinnor och män har ojämställda livsvillkor. Män har bland annat högre förvärvsinkomst, lägre sjukfrånvaro och tar mindre omsorgsansvar för barn och äldre jämfört med kvinnor. Till exempel står män bara för en femtedel av den obetalda föräldraledigheten.

Det övergripande jämställdhetspolitiska målet i Sverige är att kvinnor och män ska ha samma makt att forma samhället och sina egna liv. För att uppnå det behöver samhället skapa jämställda livsvillkor inom områden som ekonomi, hälsa och obetalt hem- och omsorgsarbete. Dessa tre områden är nära kopplade till ersättningar från socialförsäkringen. I den här rapporten ger vi en lägesbild av jämställdheten inom socialförsäkringen genom att visa hur några av de vanligaste ersättningarna används av kvinnor och män. Vi sätter extra fokus på det jämställdhetspolitiska delmålet om en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet.

Vad är en jämställd socialförsäkring?

Försäkringskassan administrerar stora delar av socialförsäkringen och betalar ut ersättningar motsvarande ungefär en femtedel av Sveriges statsbudget. Att följa hur dessa ersättningar används av kvinnor och män är därför en viktig pusselbit för att förstå hur det ser ut med jämställdheten i Sverige.

En jämställd socialförsäkring förutsätter att tillgången till ersättningarna är likvärdig och att den styrs av individens behov och förutsättningar. Men samtidigt speglar behovet av ersättningar ojämställda livsvillkor och samhällsstrukturer.

Vissa ersättningar inom socialförsäkringen, som föräldrapenning och närståendepenning, kan föräldrar och andra anhöriga dela på. En av förutsättningarna för en jämställd socialförsäkring är att kvinnor och män använder ersättningar som går att dela på i ungefär lika stor utsträckning. På sikt skulle det minska ekonomiska skillnader mellan kvinnor och män och skapa bättre förutsättningar för en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet.



Sveriges jämställdhetspolitiska mål

- En jämn fördelning av makt och inflytande
- **Ekonomisk jämställdhet**
- Jämställd utbildning
- **Jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet**
- **Jämställd hälsa**
- Mäns våld mot kvinnor, våld i nära relationer och utnyttjande i prostitution och människohandel ska upphöra
- Hedersrelaterat våld och förtryck ska upphöra

Kvinnor och män använder socialförsäkringen på olika sätt

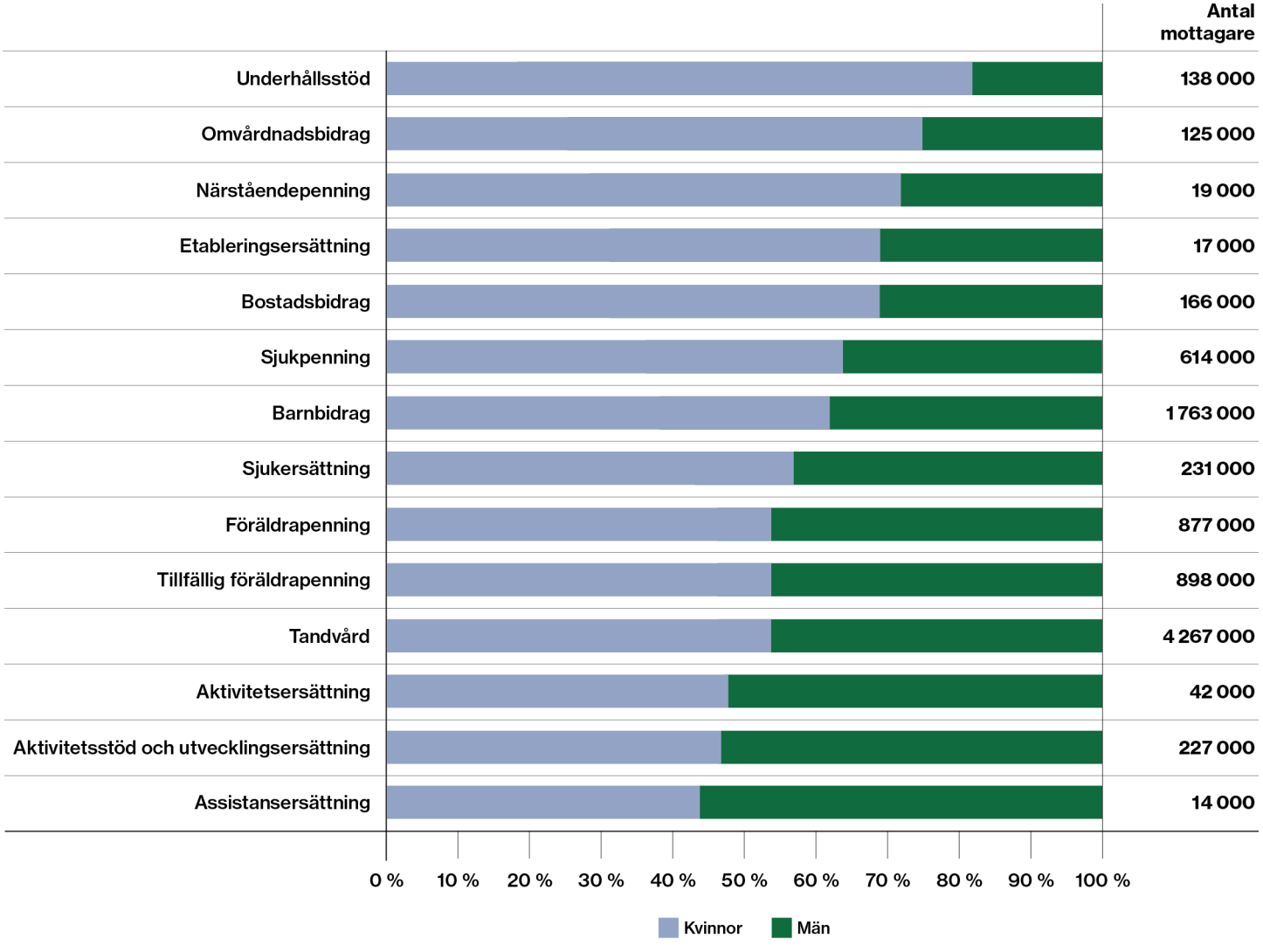
Hur kvinnor och män använder socialförsäkringen speglar i stor utsträckning hur det svenska samhället ser ut. Användningen påverkas bland annat av att kvinnor och män arbetar inom olika yrken och sektorer där arbetsvillkoren skiljer sig åt och att kvinnor tar ett större ansvar för obetalt hushållsarbete och omsorg om barn och familj.

Kvinnor utgör majoriteten av mottagarna av de vanligaste ersättningarna. Andelen kvinnor är särskilt hög inom ersättningar som handlar om omsorg och ekonomiskt stöd till hushåll med barn. Ett exempel på det är underhållsstöd där 82 procent av mottagarna är kvinnor. Den största övervikten av män finns inom assistansersättningen, där 56 procent av mottagarna är män.

Det är ungefär lika många kvinnor och män som får föräldrapenning och tillfällig föräldrapenning. Men när det gäller antalet dagar som kvinnor och män är föräldralediga är fördelningen betydligt mer ojämställd.

> Kvinnor utgör majoriteten av mottagarna av de vanligaste ersättningarna. Andelen kvinnor är särskilt hög inom ersättningar som handlar om omsorg och ekonomiskt stöd till hushåll med barn.

Andel kvinnor och män som fick ersättning från socialförsäkringen, 2025



Försäkringskassan

Män har högre inkomster men kvinnor får mer pengar från socialförsäkringen

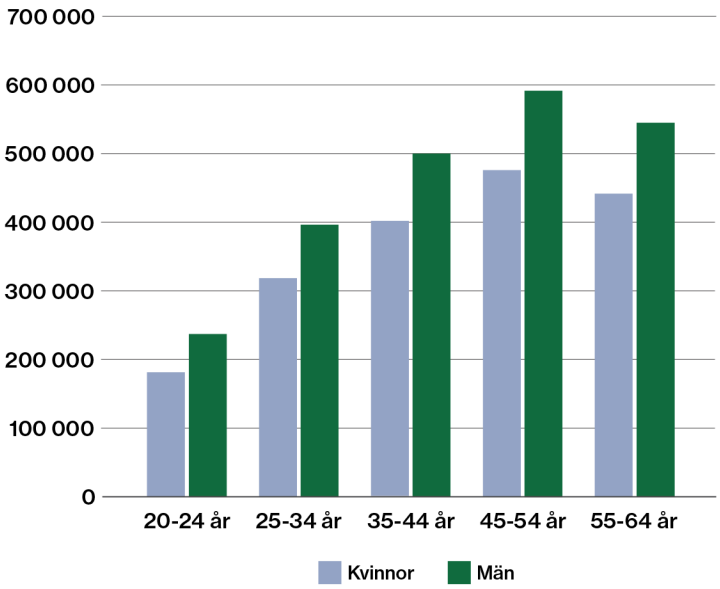
Socialförsäkringen ska ge ekonomisk trygghet för människor i olika delar av livet genom att bland annat kompensera för inkomstbortfall vid sjukdom, funktionsnedsättning och i föräldraskap.

Det är fler kvinnor än män som nyttjar de olika ersättningarna och kvinnor får oavsett ålder högre utbetalningar under ett år än män. Högst utbetalningar får både kvinnor och män i åldrarna 35–44 år. Under 2024 fick kvinnor i den åldersgruppen i genomsnitt 51 000 kronor utbetalt från socialförsäkringen medan män i samma grupp fick knappt hälften, 25 000 kronor. Skillnaderna beror till stor del på att kvinnor använder fler dagar med föräldrapenning, men också att kvinnor har fler sjukpenningdagar än män.

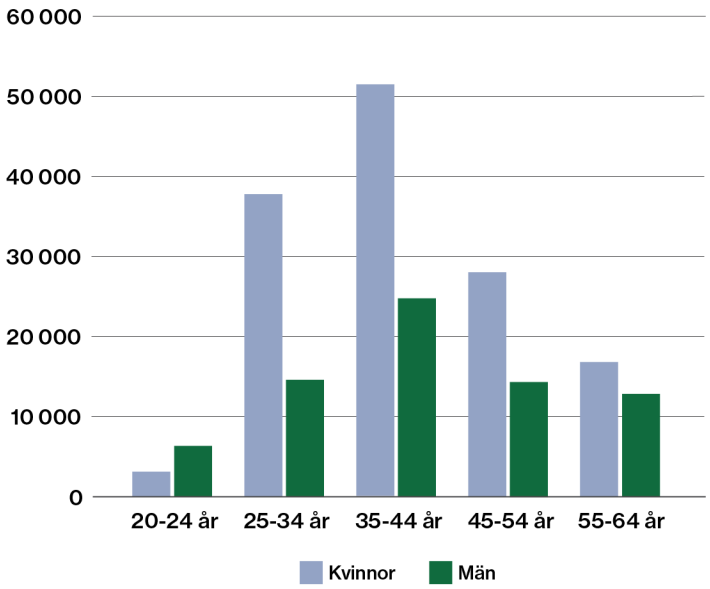
Eftersom ett av syftena med socialförsäkringen är att den ska kompensera för inkomstbortfall, är det också intressant att se hur förvärvsinkomst skiljer sig åt mellan män och kvinnor. År 2024 hade män i åldern 35–44 år en medelårsinkomst på 503 000 kronor, vilket var 100 000 kronor mer än kvinnor i samma ålder. Det finns flera förklaringar till de stora skillnaderna i förvärvsinkomsten, till exempel att kvinnor och män generellt sett arbetar inom olika yrken och sektorer och att kvinnor oftare är föräldralediga och arbetar deltid. Utöver dessa faktorer kvarstår en oförklarad löneskillnad på cirka 4 procent. Det innebär att kvinnor i genomsnitt tjänar mindre än män även när hänsyn tas till faktorer som yrke, utbildning och arbetstid.

> År 2024 hade män i åldern 35–44 år en medelårsinkomst på 503 000 kronor, vilket var 100 000 kronor mer än kvinnor i samma ålder.

Inkomst från förvärvsarbete per individ i befolkningen, fördelat på ålder och kön, 2024



Inkomst från socialförsäkringen per individ i befolkningen fördelat på ålder och kön, 2024



Anm: I inkomst från socialförsäkringen ingår aktivitetsersättning, arbetsskadelivränta, barnbidrag, bostadsbidrag, bostadstillägg, föräldrapenning, omvårdnadsbidrag, sjukersättning, sjukpenning, tillfällig föräldrapenning och underhållsstöd.

Försäkringskassan

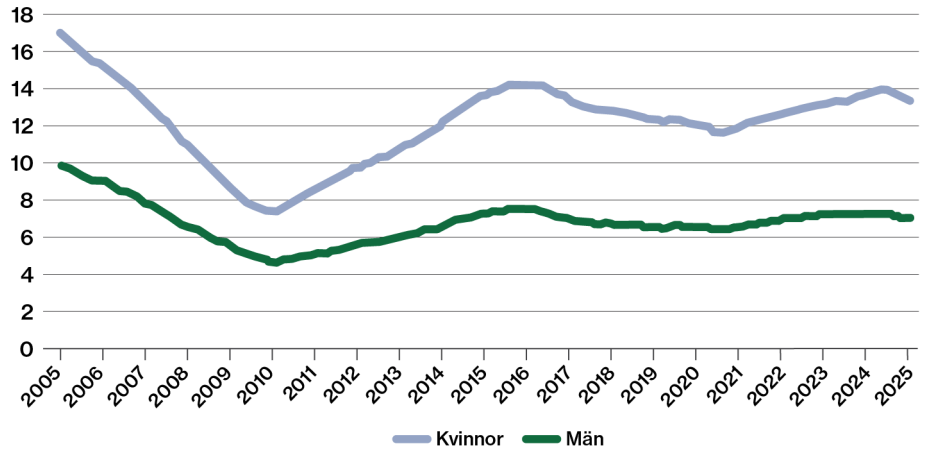
Ekonomisk jämställdhet handlar bland annat om att kvinnor och män ska ha samma möjligheter att försörja sig själva och sina eventuella barn. Att kvinnor får högre ersättningar från socialförsäkringen kompenserar bara delvis för inkomstskillnaden mellan kvinnor och män.

Kvinnor är mer sjukskrivna än män

Sjukdom påverkar människors livsvillkor på flera sätt, inte minst möjligheten att arbeta och försörja sig. Sjukpenning fyller därför en viktig funktion i socialförsäkringen, genom att ge ekonomisk trygghet när arbetsförmågan är nedsatt på grund av sjukdom. Fler kvinnor än män är sjukskrivna och får sjukpenning, vilket speglar ojämlikheter i hälsa. Det får även konsekvenser för det politiska målet om jämställd hälsa. Kvinnors och mäns ekonomiska villkor påverkas också, både under sjukskrivningen och på längre sikt, vilket bidrar till skillnader i ekonomisk jämställdhet.

Kvinnor har konsekvent fler dagar med sjukpenning än män. De senaste åren har skillnaderna ökat något och under 2025 var kvinnor sjukskrivna i genomsnitt dubbelt så många dagar som män, 14 dagar jämfört med 7 dagar.

Antal utbetalda dagar med sjuk- och rehabiliteringspenning per försäkrad 16–64 år, fördelat på kön, 2005–2025



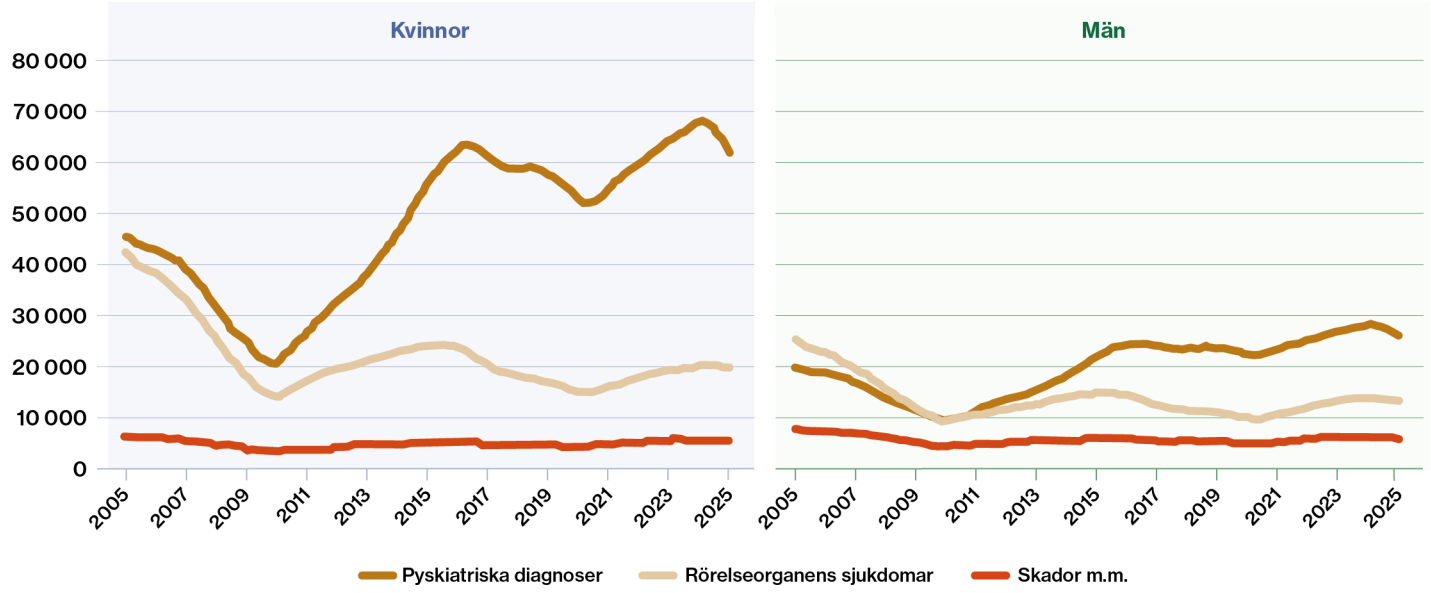
En stor del av förklaringen till att kvinnor är sjukskrivna i högre utsträckning än män är de stora skillnaderna i antalet personer med psykiatriska diagnoser. År 2025 stod de psykiatriska diagnoserna för drygt 60 000 pågående sjukfall bland kvinnor och 26 000 bland män. Det är de vanligaste diagnoserna för både kvinnor och män och rör sig bland annat om svåra stressreaktioner, anpassningsstörningar och depressioner. Näst vanligast för både kvinnor och män är att vara sjukskriven för sjukdomar kopplade till rörelseorganen. Det kan till exempel vara ryggvärk, artros och olika former av muskelsmärta. Den tredje vanligaste orsaken till sjukskrivning är olika skador, till exempel handledsfrakturer eller knäskador.

> **Fler kvinnor än män är sjukskrivna och får sjukpenning, vilket speglar ojämlikheter i hälsa. Det får även konsekvenser för det politiska målet om jämställd hälsa.**

Försäkringskassan

De psykiatriska diagnoserna har ökat mest över tid. Mellan 2010 och 2017 ökade de mycket kraftigt bland kvinnor, och därefter har de både minskat och ökat, men på en betydligt högre nivå än tidigare. Även för män har psykiatriska diagnoser ökat sedan 2010, och de är idag dubbelt så vanliga som sjukdomar i rörelseorganen.

Antal pågående sjukfall för kvinnor och män efter diagnoskapitel (enligt Socialstyrelsen ICD-10 klassificering), 2005–2025



Forskning visar att en orsak till de stora skillnaderna i kvinnors och mäns sjukfrånvaro är den könssegregerade arbetsmarknaden, det vill säga att kvinnor och män arbetar inom olika yrken och olika sektorer. En viktig förklaring till att fler kvinnor än män är sjukskrivna med psykiatriska diagnoser är att kvinnor i större utsträckning arbetar i kontaktyrken med bristande social och organisatorisk arbetsmiljö. Sådana yrken finns inom vård, omsorg, sociala insatser och utbildning. Eftersom kvinnor till stor del arbetar inom dessa yrken har de inte samma förutsättningar som män att uppnå en god fysisk och psykisk hälsa. Att nå det politiska målet om jämställd hälsa skulle därför kräva stora samhällsinsatser.

Socialförsäkringen speglar en ojämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet

Ett av de jämställdhetspolitiska delmålen är en jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet. Kvinnor och män behöver bidra lika mycket till hushållsarbete och omsorg av barn och andra anhöriga, för att ges jämställda förutsättningar till arbete och andra aktiviteter. Det finns en tydlig koppling mellan kvinnors och mäns obetalda hem- och omsorgsarbete och hur de använder socialförsäkringen. Kvinnor bidrar i större utsträckning till omsorg av barn och andra anhöriga, och är överrepresenterade bland de som får ersättningar kopplat till just sådant omsorgsarbete.

Föräldraförsäkringen möjliggör för både kvinnor och män att vara hemma med barn

Föräldraförsäkringen infördes 1974 med syfte att öka kvinnors deltagande på arbetsmarknaden, och gjorde det möjligt att kombinera förvärvsarbete med att ha barn. Pappors deltagande i omvårdnad av barn betonades också. Men trots att det blev möjligt för både kvinnor och män att ta hand om sina barn med ersättning från Försäkringskassan, var det under de första åren nästan uteslutande kvinnor som var föräldralediga.

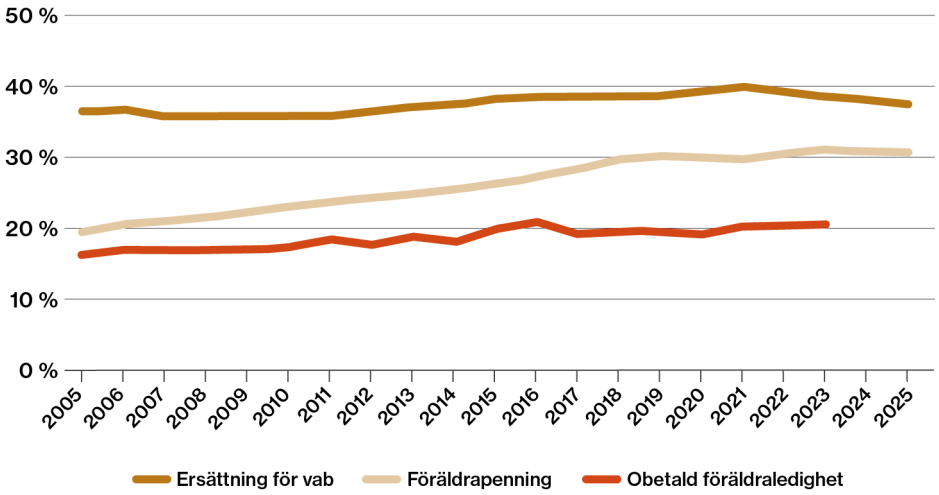
Under åren har flera reformer genomförts för att öka mäns uttag av föräldrapenning. År 1995 infördes reserverade dagar, som sedan ökade i antal 2002 och 2016. Det motiverades av en politisk vilja att nå ökad jämställdhet i uttaget av föräldraförsäkringen. Idag är 90 dagar reserverade till respektive förälder.

Män tar bara ut 20 procent av den obetalda föräldraledigheten

Ett sätt att studera jämställdhet i föräldraförsäkringen är att titta på hur uttaget av föräldrapenning, ersättning för vab, och den obetalda föräldraledigheten fördelas mellan kvinnor och män.

Historiskt sett har uttaget av dagar med föräldrapenning varit ojämnt fördelat. År 2000 var mäns andel bara drygt 10 procent, men som följd av bland annat införandet av fler reserverade dagar ökade mäns andel av uttaget kraftigt fram till år 2018. De senaste åren har utvecklingen mot ett mer jämställt uttag stannat av, och 2025 tog män ut 31 procent av dagarna med föräldrapenning. Det är med andra ord fortfarande långt kvar till en jämställd fördelning av föräldrapenningen.

Mäns andel av totalt antal dagar av ersättning för vab, föräldrapenning och obetald föräldraledighet



Anm: Året för måttet ”Obetald föräldraledighet” är barnets födelseår. År 2023 är det mest aktuella året, eftersom måttet baseras på data från det barnet föds till dess att de fyller 2 år.



Om föräldrapenning och vab (tillfällig föräldrapenning)

Man kan få föräldrapenning om man är hemma med sitt barn i stället för att arbeta, söka arbete eller studera. Föräldrar med gemensam vårdnad kan få totalt 240 dagar med föräldrapenning var, totalt 480 dagar.

När en förälder tillfälligt behöver stanna hemma för att ta hand om ett barn kan hen få vab (tillfällig föräldrapenning). Det handlar oftast om att barnet är sjukt, men det kan också handla om till exempel vårdbesök eller de 10 första dagarna efter ett barns födsel.

Försäkringskassan

Uttaget av antal vab-dagar ligger relativt konstant, och någon trend mot ett mer jämställt uttag syns inte. År 2025 tog män ut 37 procent av vab-dagarna. De pappor som vabbade använde i snitt 6,8 dagar medan mammor använde 8,5 dagar.

Förutom den ledighet som ger ersättning från föräldraförsäkringen har föräldrar också rätt att vara lediga från sitt arbete utan ersättning fram till att barnet är 18 månader. Fördelningen av obetald föräldraledighet mellan kvinnor och män har varit relativt oförändrad de senaste 20 åren. Utvecklingen går sakta mot ett något mer jämställt uttag, men på betydligt lägre nivåer än föräldrapenning och ersättning för vab.

För barn födda 2005 tog män ut ungefär 16 procent av dagarna med obetald ledighet fram till barnets tvåårsdag. För barn födda 2023 var andelen 21 procent. Bara 1 av 5 dagar med obetald föräldraledighet tas alltså ut av män. Skillnaden mellan könen uppskattas vara så pass stor att kvinnor i genomsnitt är föräldralediga längre utan ersättning än män är lediga både med och utan ersättning.

Ökad jämställdhet har varit en uttalad ambition med föräldraförsäkringen från att den infördes på 1970-talet. Men uttaget av föräldrapenning-dagar har alltid varit ojämställt. Samhällsnormer och förväntningar på mammor och pappor påverkar hur föräldrar fördelar sin föräldraledighet. Försäkringskassan undersökte 2024 i rapporten *Vägar mot en mer jämställd föräldraledighet* möjliga regeländringar för att bidra till det politiska målet om en mer jämställd fördelning av föräldraledigheten. Fler reserverade dagar för respektive förälder skulle kunna bidra till att pappor blir mer involverade i omvårdnaden av sina barn. Men om målet är att få fler kvinnor att snabbare komma tillbaka till arbetet skulle det troligen behöva kombineras med en ökad reglering av rätten till obetald föräldraledighet.

Fler kvinnor än män vårdar sjuka anhöriga

En person som avstår från arbete för att vårda en svårt sjuk anhörig kan få närståendepenning. Det är vanligast att kvinnor får närstående-penning, de utgör 72 procent av mottagarna. Majoriteten av dem som får ersättning vårdar en förälder som är över 65 år. Perioden med närståendepenning föregås ofta av en period när anhöriga behöver ge stöd och omsorg till en närstående utan att få ersättning från social-försäkringen. I en uppföljning av de jämställdhetspolitiska målen från 2026 skriver Jämställdhetsmyndigheten att det obetalda omsorgsarbetet om äldre ökar på samhällsnivå. Enligt myndigheten beror det bland annat på en ökad andel äldre i befolkningen och på nedskärningar i äldreomsorgen. Kvinnor från 45 år och uppåt är de som främst står för det obetalda omsorgsarbetet om äldre.

Obetald föräldraledighet

Enligt föräldraledighetslagen har en förälder rätt att vara helt ledig från sitt arbete fram tills barnet är 18 månader, oavsett om hen tar ut ersättning eller inte.

Eftersom Försäkringskassan inte har data över dagar med obetald föräldraledighet, behöver dessa dagar skattas. Obetald föräldraledighet är som regel dagar mellan två perioder av föräldrapenninguttag.

Mer information om hur vi har räknat hittar du längst bak i lägesrapporten.

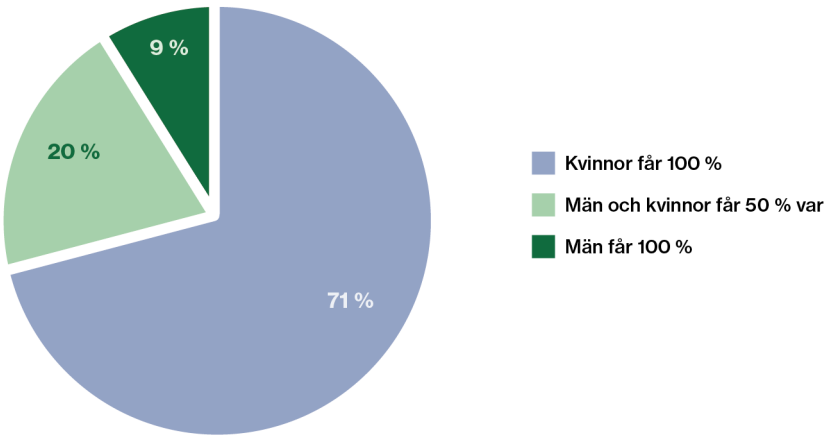
Bara 1 av 5 dagar med obetald föräldraledighet tas alltså ut av män. Skillnaden mellan könen uppskattas vara så pass stor att kvinnor i genomsnitt är föräldralediga längre utan ersättning än män är lediga både med och utan ersättning.

Fler kvinnor får omvårdnadsbidrag men det blir vanligare att föräldrapar delar

Föräldrar som har ett barn med en funktionsnedsättning kan få omvårdnadsbidrag om barnet behöver extra omvårdnad och tillsyn. Omvårdnadsbidraget infördes 2019 och ersatte det tidigare vårdbidraget. Ett av syftena med reformen var att bidra till ökad jämställdhet och att föräldrarna i större utsträckning skulle ta gemensamt ansvar för barnet. I det tidigare vårdbidraget kunde bara en förälder beviljas bidrag, medan omvårdnadsbidraget kan delas mellan två föräldrar.

År 2025 fick 105 000 personer omvårdnadsbidrag och de flesta var kvinnor. I 71 procent av fallen var en kvinna mottagare av hela bidraget. Men det har det blivit vanligare att föräldrar delar på ersättningen. Sedan det infördes 2019 har andelen föräldrar som delar ökat från 6 till 20 procent. Det beror bland annat på att ersättningen sedan 2024 automatiskt delas mellan föräldrarna vid nyansökan hos Försäkringskassan. Till skillnad från till exempel föräldrapenning eller närståendepenning behöver den som får omvårdnadsbidrag inte vara frånvarande från arbetet. Därför är det svårt att bedöma om ersättningen går till den förälder som faktiskt står för barnets omvårdnad. För ökad jämställdhet är det viktigt att inte bara omvårdnadsbidraget, utan även omsorgen av barnet, fördelas lika mellan kvinnor och män.

Fördelning av omvårdnadsbidrag efter mottagare av utbetalningen, 2025





> För ökad jämställdhet är det viktigt att inte bara omvårdnads-bidraget, utan även omsorgen av barnet, fördelas lika mellan kvinnor och män.

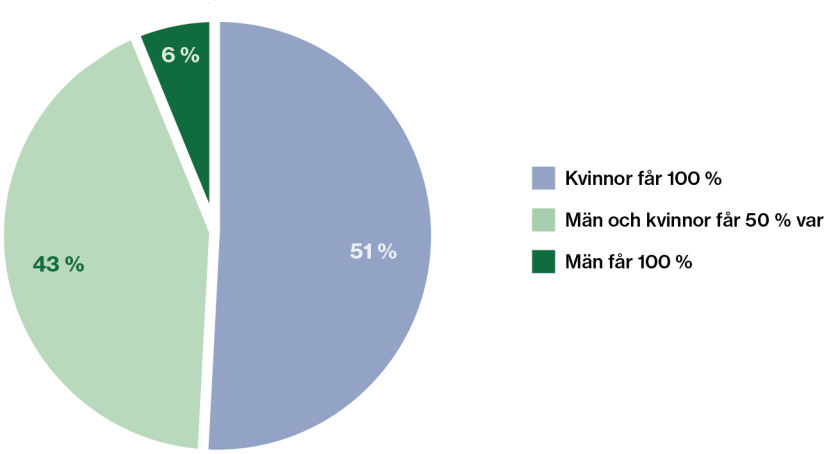
Även barnbidraget delas oftare mellan föräldrarna

Barnbidrag ges till föräldrar som har barn under 16 år. År 2014 kom nya regler om barnbidraget som innebär att föräldrar med gemensam vårdnad till barn födda från och med 2014 får halva barnbidraget var. Men föräldrar kan göra en gemensam ansökan för att ändra vem barnbidraget betalas ut till.

Försäkringskassan

Majoriteten av de som får barnbidrag är kvinnor. År 2025 var det i 51 procent av fallen en kvinna som var mottagare av hela bidraget. Men andelen föräldrar som delar på barnbidraget har ökat kraftigt sedan 2014. 43 procent av bidragen för barn mellan 0 och 15 år delas mellan två föräldrar, och den andelen kommer att öka per automatik i och med lagändringen 2014.

Fördelning av barnbidrag för samtliga barn 0-15 år efter mottagare av utbetalningen, 2025



Precis som med omvårdnadsbidraget är det svårt att bedöma om införandet av automatisk uppdelning av barnbidraget bidrar till ökad jämställdhet. För att bidra till det politiska målet om ekonomisk jämställdhet är det viktigt att inte bara barnbidraget, utan även föräldrars omkostnader för barnet, fördelas lika mellan kvinnor och män.

> För att bidra till det politiska målet om ekonomisk jämställdhet är det viktigt att inte bara barnbidraget, utan även föräldrars omkostnader för barnet, fördelas lika mellan kvinnor och män.

Underhållstöd och bostadsbidrag är viktiga stöd till ensamstående mammor

Ungefär en halv miljon barn i Sverige har föräldrar som inte bor tillsammans. Växelvist boende är den vanligaste boendeformen för dessa barn. Men nästan lika många barn bor endast eller mest hos sin mamma. Ensamstående kvinnor tar alltså ett stort ansvar för både den dagliga omsorgen av barn och för barnens försörjning. Samtidigt har de ofta en lägre ekonomisk standard än andra hushåll. Underhållsstöd och bostadsbidrag är två ersättningar från socialförsäkringen som i stor utsträckning betalas ut till ensamstående kvinnor med barn.

Underhållsstöd betalas ut till den förälder som barnet bor hos, när den andra föräldern inte bidrar till barnets försörjning. Antalet personer som får underhållsstöd minskar årligen. År 2025 fick ungefär 140 000 personer underhållsstöd. År 2010 var motsvarande siffra 215 000.

Av dem som får underhållsstöd är 82 procent kvinnor och 18 procent är män. Den förälder som inte har barnet boende hos sig kan istället bli skyldig att betala underhållsstöd. Där är fördelningen nästan omvänd. Av de betalningsskyldiga är 84 procent män och 16 procent är kvinnor.

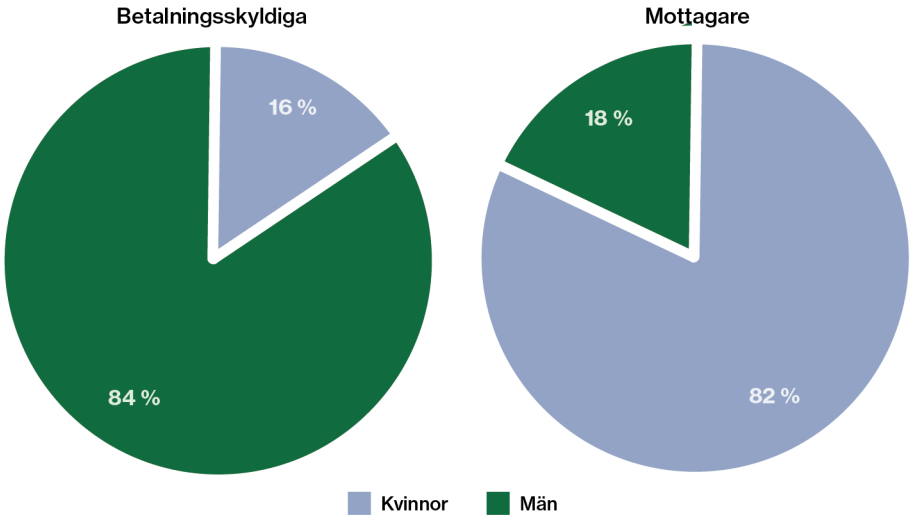
Boendeform för barn till särlevande föräldrar

I en enkätundersökning från 2023 studerade SCB boendeförhållanden för barn till särlevande föräldrar. Den visar att

- 46 procent bor ungefär lika mycket hos båda
- 43 procent bor endast eller mest hos mamman
- 8 procent bor endast eller mest hos pappan
- 3 procent bor på något annat sätt.

Försäkringskassan

Andel kvinnor och män bland mottagare och betalningsskyldiga inom underhållsstöd, 2025



Även bostadsbidraget synliggör kvinnors ekonomiska sårbarhet. Bostadsbidrag är ett ekonomiskt stöd till barnfamiljer (och unga vuxna) med låga inkomster. Under 2025 var det 114 000 barnfamiljer som fick bostadsbidrag. Av dem var

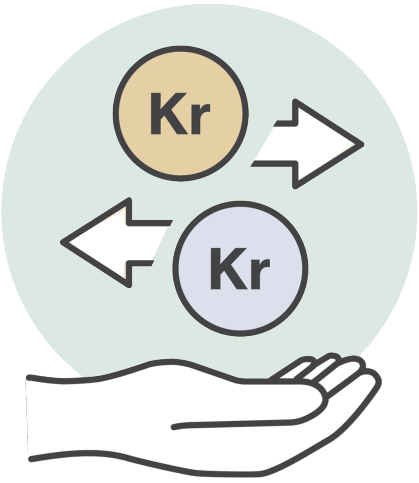
- 67 procent ensamstående kvinnor
- 12 procent ensamstående män
- 21 procent sammanboende.

Socialförsäkringen utjämnar inkomster, men riskerar att förstärka ojämställdheten på samhällsnivå

För att uppnå jämställdhet i socialförsäkringen behöver kvinnor och män ha likvärdig tillgång till ersättningar. Det krävs också att kvinnor och män delar mer jämställt på de ersättningar som kan användas av flera personer.

Socialförsäkringen har på kort sikt en utjämnande effekt för den ekonomiska jämställdheten, eftersom kvinnor utgör majoriteten av mottagarna av de flesta ersättningarna. Men på lång sikt kan det ojämlika nyttjandet av socialförsäkringen riskera att förstärka den ekonomiska ojämställdheten på samhällsnivå. Att kvinnor under en längre tid nyttjar ersättningar inom socialförsäkringen påverkar livsinkomsten negativt och försämrar anknytningen till arbetsmarknaden. Det riskerar också att befästa en ojämn fördelning i hemmet när kvinnor under en längre tid avstår arbete, till exempel under föräldraledighet eller vid vård av anhöriga. Att både förvärvsarbeta och utföra obetalt hem- och omsorgsarbete kan också bidra till ohälsa och sjukskrivning på grund av stress, om det inte finns tid för återhämtning.

> För att uppnå jämställdhet i socialförsäkringen behöver kvinnor och män ha likvärdig tillgång till ersättningar. Det krävs också att kvinnor och män delar mer jämställt på de ersättningar som kan användas av flera personer.



Försäkringskassan

Utvecklingen går långsamt och utan reformer kommer inte jämställdheten att öka

På flera områden som vi har belyst står utvecklingen mot ökad jämställdhet inom socialförsäkringen relativt still. Det gäller inte minst inom föräldraförsäkringen. Det finns flera möjliga vägar för att öka jämställdheten inom just föräldraförsäkringen. Några exempel är fler reserverade dagar åt respektive förälder, och att minska möjligheten till obetald ledighet. Det skulle kunna öka jämställdheten mellan kvinnor och män men skulle även bidra till en minskad flexibilitet.

Förutom att kvinnor tar större ansvar för familj och barn är de samtidigt sjukskrivna i större utsträckning än män. Eftersom sjukförsäkringen utgår ifrån individers behov återspeglar det ojämställda användandet av den också de ojämställda villkor som ligger bakom behoven. Om Sverige ska komma närmare målet om jämställd hälsa behöver arbetsmiljön inom kvinnodominerade välfärdsyrken förbättras. Förutsättningarna för att balansera arbetsliv och privatliv behöver också bli bättre.

Svårast att påverka är kanske den ojämna fördelningen av obetalt hem- och omsorgsarbete

Att de flesta av socialförsäkringens ersättningar används mer av kvinnor än män kan ses som ett symtom på ett samhälle som fortfarande inte har uppnått jämställdhet. Fördelningen av närståendepenning visar hur kvinnor i större utsträckning gör ekonomiska uppoffringar för att ta hand om anhöriga. Fördelningen av underhållsstöd visar att ensamstående mammor i större utsträckning står för den dagliga omsorgen av barn. Hur föräldraförsäkringen och den obetalda föräldraledigheten används visar också på ojämställda villkor när barnen är små. Sammantaget ger det en bild av en ojämn ansvarsbörda för omsorg av barn och andra anhöriga. Reformer inom föräldraförsäkringen skulle kunna bidra till en mer jämställd föräldraledighet. Men för att uppnå en mer jämställd fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet räcker det inte att införa reformer som bara påverkar de första åren i ett barns liv.

Om det finns en önskan att bidra till en mer jämställd fördelning av obetalt hem- och omsorgsarbete bör också olika reformer utanför socialförsäkringen genomföras. Det skulle exempelvis kunna handla om att bygga ut och tillgängliggöra offentlig omsorg för barn och äldre eller att erbjuda mer flexibla omsorgslösningar. Då kan behovet av obetalt omsorgsarbete minska och möjligheten att förena arbete och familjeliv öka. Även mer flexibla arbetsvillkor, som möjlighet till distansarbete, och förkortad arbetstid kan bidra till att skapa bättre förutsättningar för kvinnor och män att dela lika på det obetalda hem- och omsorgsarbetet.

Samtidigt påverkas fördelningen av hem- och omsorgsarbete av normer och föreställningar om kön, omsorg och föräldraskap som är djupt förankrade i samhället. Dessa normer påverkar individers val och handlingsutrymme och tar tid att förändra genom politiska reformer.



> **Att de flesta av socialförsäkringens ersättningar används mer av kvinnor än män kan ses som ett symtom på ett samhälle som fortfarande inte har uppnått jämställdhet.**

Viktigaste resultaten

- Kvinnor använder socialförsäkringen i större utsträckning än män.
- Särskilt ersättningar som handlar om omsorg och ekonomiskt stöd till hushåll med barn används till större delen av kvinnor.
- Underhållsstöd och bostadsbidrag är två ersättningar som i stor utsträckning betalas ut till ensamstående kvinnor med barn.
- Män tar ut ungefär 30 procent av dagarna med föräldrapenning men bara 20 procent av den obetalda föräldraledigheten
- Hur den obetalda föräldraledigheten fördelas mellan kvinnor och män har inte förändrats särskilt mycket de senaste 20 åren.
- På kort sikt har socialförsäkringen en utjämnande effekt på inkomster mellan män och kvinnor.
- På lång sikt kan det ojämna nyttjandet av socialförsäkringen förstärka den ekonomiska ojämställdheten på samhällsnivå.
- För att ytterligare bidra till de jämställdhetspolitiska målen skulle reformer både inom och utanför socialförsäkringen behövas.

Författare

Therese Lind,
Analytiker, Försäkringskassan

Åsa Trotzig,
Analytiker, Försäkringskassan

Patrik Zetterberg,
Analytiker, Försäkringskassan

Presstjänst
010-116 98 88

Källor och mer att läsa

Barnhushållens ekonomi
Försäkringskassan 2026

Betald och obetald föräldraledighet
Försäkringskassan 2020

Psykisk ohälsa i dagens arbetsliv
Försäkringskassan 2026

Vägar mot en mer jämställd föräldraledighet
Försäkringskassan 2024

Jämställdheten i Sverige. Lägesbild över de jämställdhetspolitiska målen 2026
Jämställdhetsmyndigheten

Löneskillnaden mellan kvinnor och män 2025
Medlingsinstitutet

Barns boende och försörjning när föräldrarna inte bor ihop
SCB 2023

Så här har vi räknat på obetald föräldraledighet

Beräkningen av obetald föräldraledighet baseras på data från Försäkringskassans datalager. Obetald ledighet är som regel dagar mellan två perioder av föräldrapenninguttag. Denna skattning utgår från två grundantaganden:

- att någon alltid är föräldraledig med barn under 1 år
- att de försäkrade följer SGI-regeln.

SGI-regeln gäller efter barnets 1-årsdag och innebär att den försäkrade måste ta ut fem hela dagar med föräldrapenning per kalendervecka för att behålla sin SGI (sjukpenninggrundande inkomst).

För barn under 1 år kommer alltid datum mellan två perioder av föräldrapenninguttag skattas som obetald ledighet. För barn över 1 år skattas dessa datum som obetald ledighet om mottagaren har tagit ut fem eller fler nettodagar med föräldrapenning under kalenderveckan. Skattningen sker per kalendervecka. Om två mottagare har tagit ut föräldrapenningdagar för samma barn under samma kalendervecka skattas i regel endast obetald ledighet för en av dessa mottagare.

