

VEM GÖR VAD?

Vi har tagit fram en lista på sysslor som behöver göras i en familj med barn. Fyll i formuläret var för sig och ta er tid att prata igenom era svar.

DISKUTERA FÖLJANDE

1. Vem bär huvudansvaret för varje enskild aktivitet hemma hos er?
2. Är ni båda nöjda med hur ni har det idag?
3. Om inte, vilka konsekvenser får det för er båda?
4. Hur skulle ni vilja fördela ansvarsområdena?
5. Vad behöver ni förändra tillsammans för att det ska bli så?
6. Vad tror ni att ert/era barn lär sig av ert sätt att fördela hushållsarbete och andra ansvarsuppgifter?

TÄNK PÅ ATT

Varje syssla innefattar tre delar: Identifiera behovet, planera och utföra. Ibland har vi tagit med planeringsstadiet, ibland inte.



Alla familjer ser olika ut – stryk de uppgifter som inte är aktuella för er just nu. På sista sidan finns också plats att fylla i egna sysslor som tar tid hos just er familj.



Om ni mot förmodan klarar er igenom hela formuläret utan att bli osams så får ni en guldstjärna! Lycka till!

KRING BARNEN

SYSSLA	JAG				MIN PARTNER			
	ALLTID	OFTA	IBLAND	ALDRIG	ALLTID	OFTA	IBLAND	ALDRIG
Arbeta deltid för att ta hand om barn								
Bada / övrig hygien (klippa naglar, borsta tänder)								
Byta blöja / hjälpa på toaletten								
Leka med med barnet								
Ge närhet / trösta								
Mata								
Ta hand om nattning								
Gå upp på natten om barnet vaknar								
Lämna på förskola / skola								
Hämta på förskola / skola								
VAB								
Välja kläder och klä på barnen								
Komma ihåg samt fixa matsäck								
Gå på utvecklingssamtal / föräldramöten								
Informationsinhämtning (sjukdomssymtom, barnets utveckling, bästa bilstolen etc)								
Planera för och köpa presenter till pedagoger								
Hjälpa till med läxor								
Kontakt med och besök hos BVC/läkare								
Köpa kläder till barnen								
Ordna med ytterkläder och skor i rätt storlek								
Aktiviteter - research, planering, anmälan								
Aktiviteter - skjutsa och packa								
Köpa julklappar/presenter till barnen								
Inköp av prylar typ cyklar, vinterutrustning etc								

SOCIALT OCH AKTIVITETER

SYSSLA	JAG				MIN PARTNER			
	ALLTID	OFTA	IBLAND	ALDRIG	ALLTID	OFTA	IBLAND	ALDRIG
Planera för partid								
Initiera samtal med den andra parten								
Ta initiativ till kramar/sex/närhet								
Fixa överraskningar för sin partner								
Komma ihåg bröllopsdag / andra viktiga datum								
Hålla kontakt med släkt och vänner								
Boka in middagar / fika med vänner och släkt								
Planera och laga middagar för gäster								
Komma ihåg födelsedagar bland släkt och vänner								
Planera högtider med släkten								
Ordna med julklappar/presenter till släkt/vänner								
Semster - research								
Semester - boka								
Semester - packa								
Semester - inköp								
Köpa presenter till kompisar inför kalas								
Planera för lekdejter								
Planera barnens födelsedagskalas								
Inköp och genomförande för födelsedagskalas								

