



# Å koble av – fra hva? Hjemmekontor og likestilling

Cathrine Egeland

Arbeidsforskningsinstituttet  
OsloMet – Storbyuniversitetet

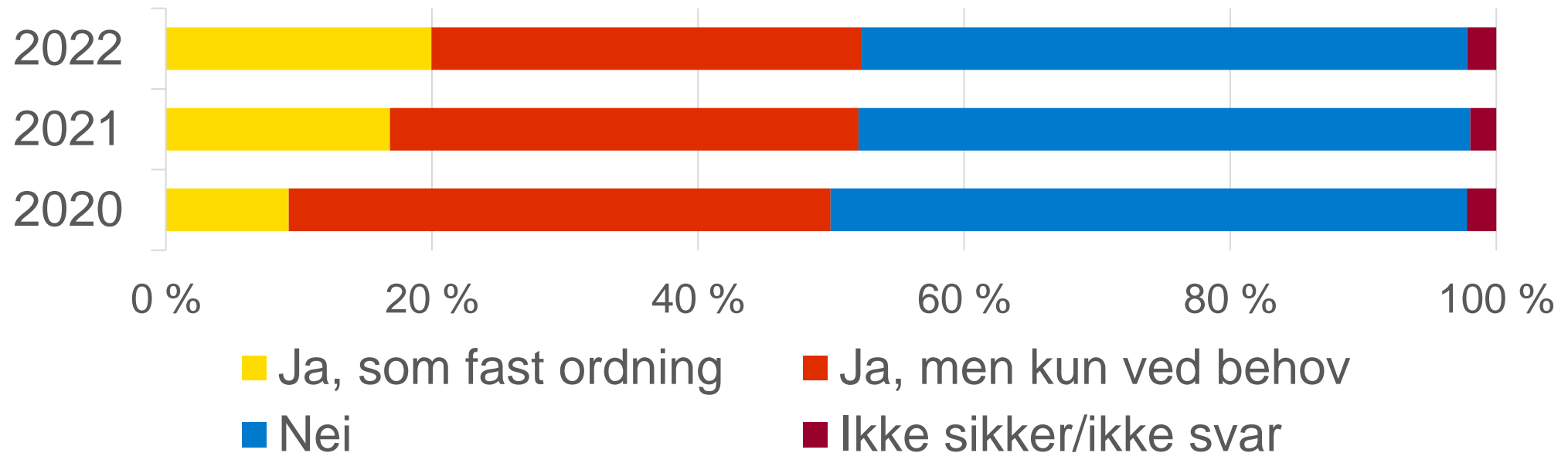
A person wearing a dark hooded jacket is seen from behind, holding a large, aged map. They are standing in a dense forest with trees showing autumn foliage in shades of yellow and orange. The scene is dimly lit, suggesting dusk or dawn.

## STRUKTUR

- Oppdaterte tall om hjemmekontor – kvinner og menn, mødre og fedre
- Hjemmekontor og fleksibilitet
- Utflytende grenser mellom jobb og hjem – arbeid og familie – på hjemmekontor
- Avslutning: Å koble av – fra hva? Og hvordan kan det reguleres?

# Arbeidstakeres fleksibilitet: hjemmekontor

Har du mulighet til å jobbe hjemmefra om du skulle ønske det?



# Utvikling i andel med mulighet for hjemmekontor

	Før pandemien		Under pandemien			
	AKU 2017*	LKU 2019	YSAB 2020 (mars/april)	HK 2021 (februar/mars)	HK 2022 (februar/mars)	
<i>Ja, som fast ordning</i>	9 %		9 %	22 %	20 %	20 %
<i>Ja, men kun ved behov</i>	26 %		41 %	30 %	30 %	33 %
Mulighet for hjemmekontor	35 %	51 %	50 %	52 %	50 %	53 %
Ikke hjemmekontor	63 %	49 %	48 %	47 %	49 %	46 %
Vet ikke/ubesvart	1 %	0 %	2 %	1 %	1 %	2 %
N (uvektet)	9660	6158	2886	5038	2018	4053

\*Tall hentet fra Nergaard et al. (2018: 47)

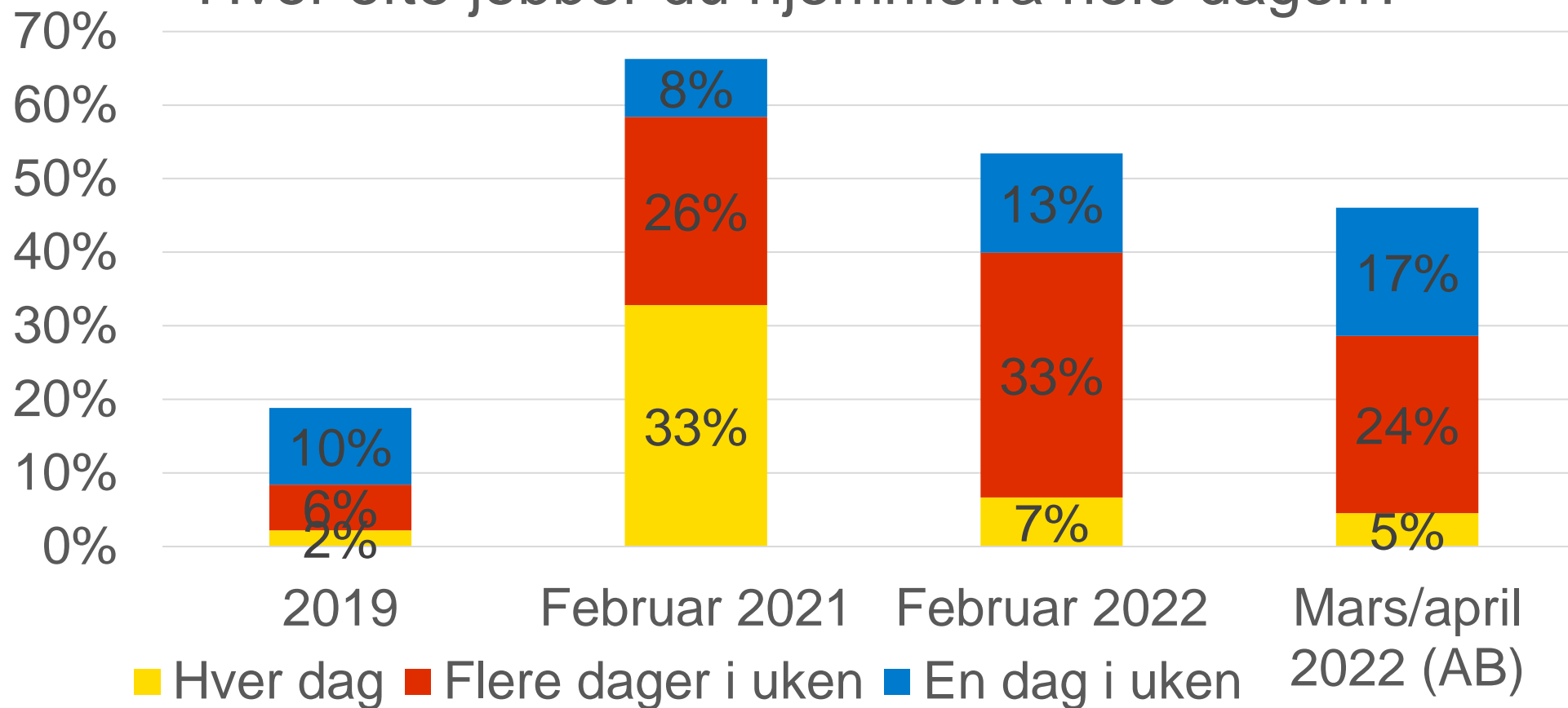
† Spørsmålsformulering AKU2017, YSAB2020, HK2021 HK2022: «Har du mulighet til å jobbe hjemmefra om du skulle ønske det? Med hjemmefra mener vi også andre steder som du velger selv, som f.eks. en fritidsbolig, på toget eller på en kafé.» Svaralternativer: «Ja, som fast ordning», «Ja, men kun ved behov», «Nei» og «Ikke sikker».

†† Spørsmålsformulering LKU2019: «Har du anledning til å jobbe hjemmefra i jobben din?» Svaralternativer: «Ja», «Nei» og «Vet ikke». (kun stilt til ansatte som jobber dagtid mellom 0600 og 1800)

# Hjemmekontor hele dagen: Hvor ofte?

Blant de som har mulighet for hjemmekontor

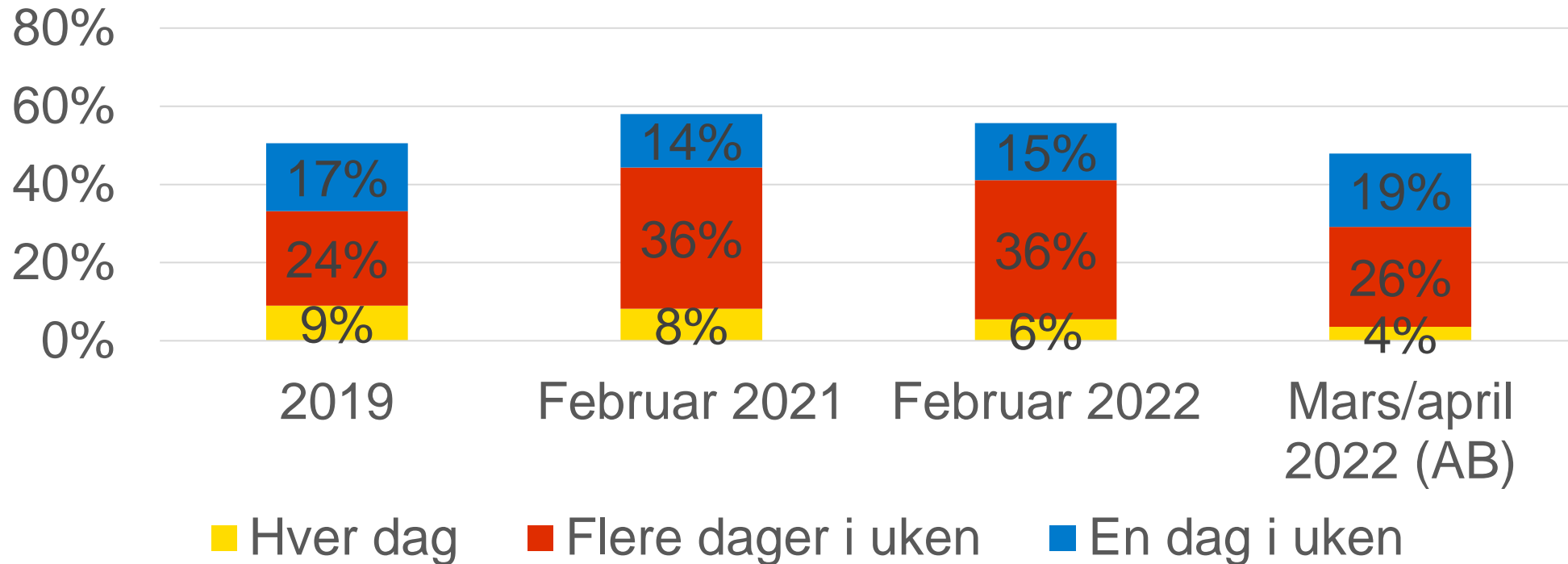
## Hvor ofte jobber du hjemmefra hele dagen?



# Hjemmekontor utenfor ordinær arbeidstid: Hvor ofte?

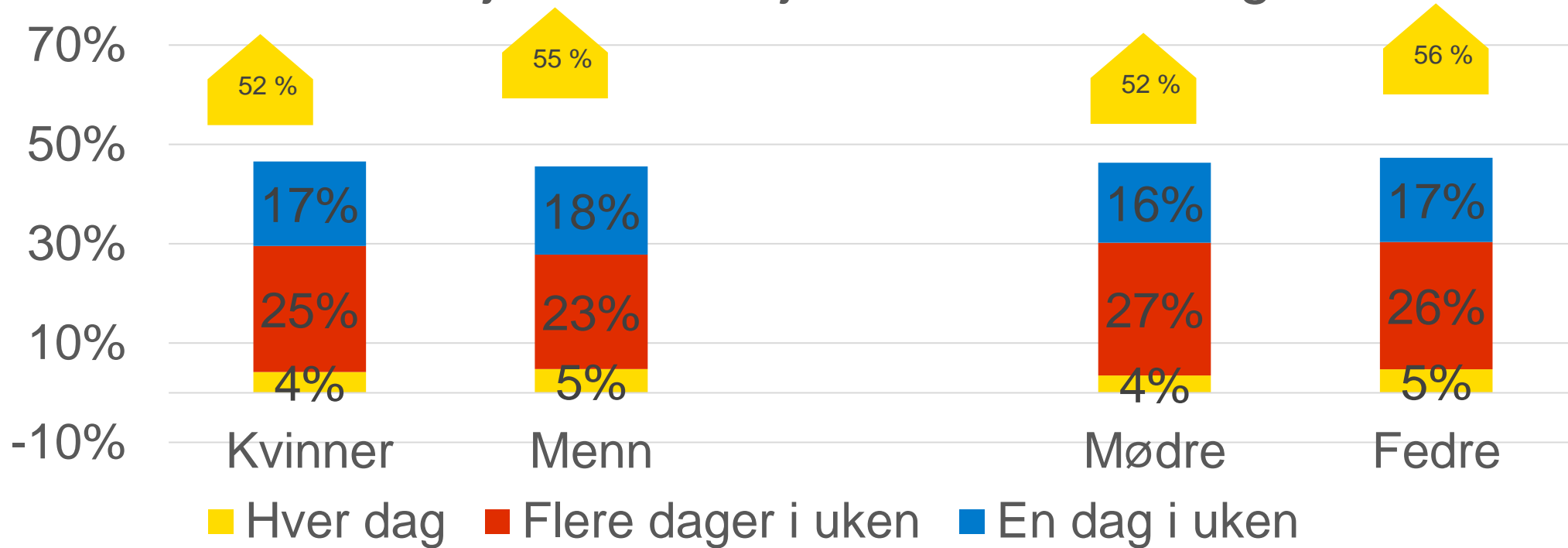
Blant de som  
har mulighet for  
hjemmekontor

Hvor ofte jobber du hjemmefra utenom  
ordinær arbeidstid?



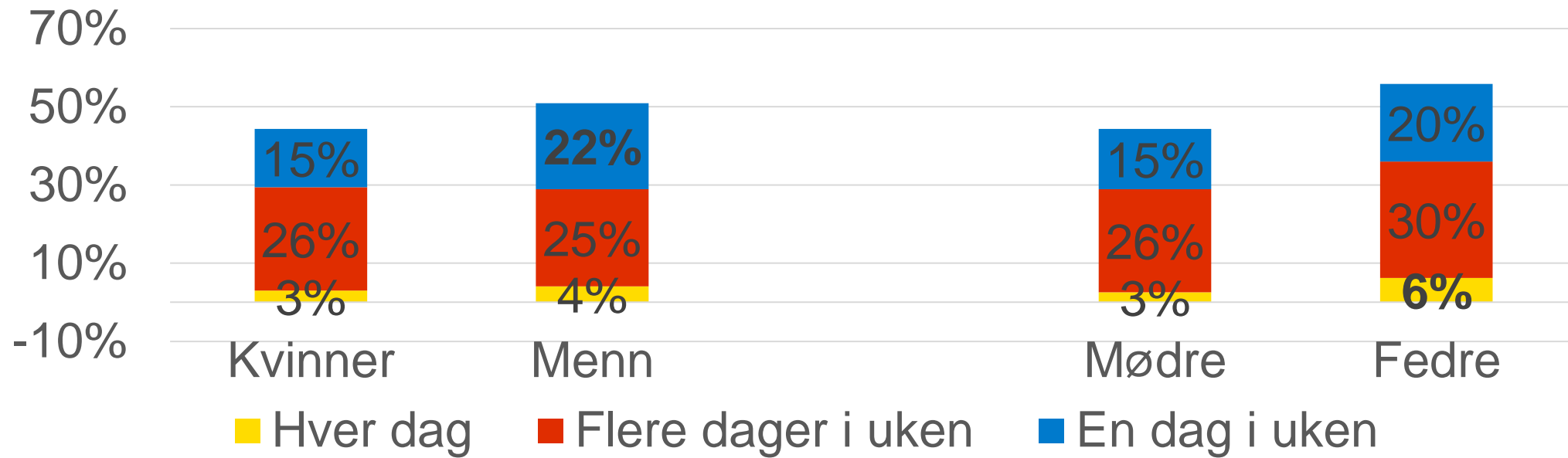
# Mødre og fedre jobber like ofte hjemmefra hele dager

Hvor ofte jobber du hjemmefra hele dagen?



# Fedre jobber noe ofte hjemmefra utenom ordinær arbeidstid

Hvor ofte jobber du hjemmefra utenom ordinær arbeidstid?





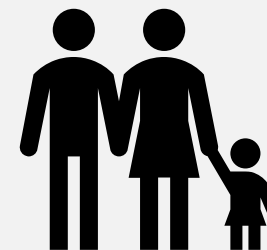
# Hjemmekontor og likestilling – første oppsummering

- Ingen store forskjeller når det gjelder kjønn og omfang av hjemmekontor
- Likestillingen er ikke nødvendigvis truet for;
  - både kvinner og menn jobber hjemmefra, og
  - både kvinner og menn er dermed i perioder fysisk borte fra arbeidsplassen
- MEN: dette er mer komplisert, for hva foregår på hjemmekontoret – opplever kvinner og menn dette på samme måte?

Jobb



Hjem



# Fordeler med at jobben alltid er med

- Mange høyt utdannede arbeidstakere opplever fleksibilitet som et gode
- Et hovedtrekk ved arbeidstakernes positive erfaringer er knyttet til nettopp muligheten til å *sjonglere* mellom jobb og familie
- Flexibiliteten som ligger i teknologien, blir en fordel for dedikerte ansatte som ønsker å yte på høyt nivå i arbeidet sitt.



# Prisen for fleksibilitet

- Når jobben flytter hjem kan all tid i praksis gjøres om til arbeidstid.
- Dette skyldes ikke hjemmekontor i seg selv, men ny teknologi, for eksempel smarttelefoner med mail som kan sjekkes når som helst.
- Regulering og rettigheter er bra, men kan komme til kort når arbeidstaker føler på uformelle spilleregler og forventninger fra arbeidsgiver eller kolleger.
- Arbeidstiden spiser seg inn i annen tid – f.eks. fritiden eller familietiden

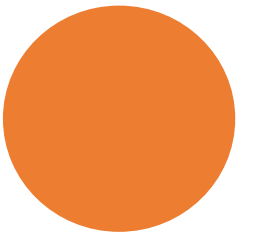


# Arbeidstiden spiser seg inn i familietiden

- *Jeg merker at de, spesielt hun yngste, er veldig rask på det – ikke jobb nå, mamma! [...] Ofte, så har jeg... Det blir litt feil å si at jeg ikke jobber i helgene òg. Ofte, på morgningen... Hun yngste er veldig, veldig glad i å bade. Og da kan jeg finne på å sitte på baderomgulvet med pc-en, og da jobbe mens hun bader. Og kanskje jeg har gjort det litt for mye [...] Jeg tenker jeg kan kombinere, ikke sant. Når hun sitter i badekaret, så er det ikke så spennende å henge over kanten og – misforstå meg rett, det er fint å prate med henne, og hun sier jo masse morsomt. Men da tenker jeg at jeg kan se mitt snitt til å bare få unna litt, da (Lærer, Flex-it).*

# Men også omvendt: familien spiser seg inn i arbeidstiden

- Det *manglende sceneskiftet* – når er du mor/far og når er du arbeidstaker hjemme?
- Utflytende grenser; ikke bare mellom arbeidstid og fritid, men også mellom roller
- Tidsbrukundersøkelser viser at far gjør mer husarbeid i dag enn tidligere. *Men* mor gjør fremdeles mest.
- Det tredje skiftet – usynlige oppgaver som i liten grad kan måles – først og fremst mødrene som tar dette (selv i likestilte familier).
- Hvem sørger for å skjerme seg og arbeidstiden sin på hjemmekontor? Hvem gjør seg tilgjengelig for familien?



# Flytende grenser – flytende roller

- *Ja, altså vi har jo ikke noen ekstra rom i dette rekkehuset vårt, så jeg har flyttet meg litt rundt i det som er stue og kjøkken, mens mannen min har laget seg en pult nede i gangen, da, så han sitter nede, gjemt på vei til vaskerommet der ingen vil være. Mens jeg sitter her. For en måned siden kjøpte jeg en pult, så nå har jeg en skrivepult her, som jeg har satt opp mot vinduet, men ellers har jeg flyttet meg fra kjøkkenbord til sofaen når jeg trenger å legge opp bena liksom. Så det er det som er problemet med hjemmekontor for meg, at når det første av barna kommer hjem halv to-to, så har det gått 5 timer av arbeidsdagen, så er man ikke alene lenger og så springer det barn og venninner omkring, så det har jo vært utfordringen. (Mor, intervju 21 - ASD)*

# Oppsummering II

- Hjemmekontor og ubalanse – hvordan skape balanse?
  - Rett til å koble av fra arbeidsgiver for å skjerme fritiden eller familietiden?
  - Rett til å koble av fra familien for å kunne jobbe? Eller kanskje bare droppe hjemmekontor?
- Satt på spissen, ja, men fleksibilitet er komplisert.



# Ta kontakt!



**Cathrine Egeland**  
egca@oslomet.no

## **Forskning:**

[Flex-IT – en kvalitativ og kvantitativ studie av teknologibruk på tvers av jobb og hjem - OsloMet](#)

[Crossbow: Grensedragninger og balansegang mellom arbeid og hjem - OsloMet](#)

[Kartlegging av familiens utfordringer og opplevelse av egen hverdag – OsloMet](#)

[Nordisk senter for arbeid og familie gjennom livsløpet – NorLife - OsloMet](#)