



Räcka till?

RAPPORT OM BARNMORSKORS ARBETSMILJÖ
OCH BEHOVET AV FÖRÄNDRING



SRAT



Innehåll

Inledning	3
Svenska Barnmorskeförbundet arbetar för en hållbar arbetsmiljö.....	3
Kort om rapporten.....	4
Om de svarande.....	4
Barnmorskor trivs med sitt yrke	5
Arbetsmiljö	6
Allt för många har en för hög arbetsbelastning.....	6
Svårt att få raster och pauser i arbetet.....	8
Obalans mellan arbete och fritid en risk för ohälsa.....	9
Frivilligt deltidsarbete för att arbetsbelastningen är hög.....	11
Få gör kompetensplan med sin chef	12
Betalar ett högt pris för en tuff arbetsmiljö	13



BARNMORSKOR TRIVS SOM REGEL MYCKET BRA och känner att de utför ett mycket uppskattat och betydelsefullt jobb. Många barnmorskor säger att de älskar jobbet - men att arbetsvillkoren ofta leder till stress och en känsla av att inte räkna till.

Alltför många barnmorskor upplever en hög arbetsbelastning och har svårt att få raster och pauser under arbetsdagen. Många upplever är svårt att få balans mellan familj, arbete och fritid och har lite ork mellan arbetspassen. Nästan hälften av alla barnmorskor har valt att arbeta deltid och den vanligaste orsaken är att arbetsbelastningen är för tung. Resultaten i den här rapporten visar ett tydligt mönster. Arbetsgivare ett arbetsmiljöansvar som de helt enkelt inte lever upp till.

Nu är det hög tid att säkerställa en hållbar arbetsmiljö för barnmorskor. Det är inte rimligt att så många barnmorskor frivilligt arbetar deltid för att arbetsmiljön brister. Nu måste utvecklingen brytas!

SRAT OCH SVENSKA BARNMORSKEFÖRBUNDET VILL:

→ Att arbetsgivare tar sitt arbetsmiljöansvar fullt ut och arbetar partsgemensamt för en hållbar arbetsmiljö för barnmorskor.

→ Att fler arbetsplatser avtalar om arbetstidsförkortning och möjliggör balans mellan arbete, fritid och familjeansvar.

→ Att arbetsgivare tar sitt ansvar för att ge barnmorskor en individuell plan för kompetensutveckling som möjliggör fördjupande yrkeskunskaper och arbete enligt senaste evidens.

Svenska Barnmorskeförbundet arbetar för en hållbar arbetsmiljö

Barnmorskeförbundet arbetar nära medlemmarna på arbetsplatserna för en hållbar arbetsmiljö. Genom att vara en del av fackförbundet SRAT kan barnmorskor jobba lokalfackligt och i samverkan lyfta frågor om arbetsorganisation och arbetssätt. Varje dag jobbar fackligt förtroendevalda barnmorskor för att förbättra arbetsmiljön från norr till söder. Med många förtroendevalda på arbetsplatserna får vi möjlighet att arbeta främjande för balans mellan arbete och fritid och med att förebygga ohälsa kopplad till jobbet.

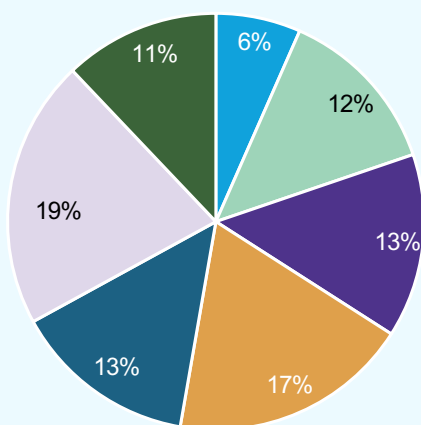
Kort om rapporten

I januari 2026 skickade Svenska Barnmorskeförbundet i fackförbundet SRAT en enkät till samtliga yrkesverksamma medlemmar. Det främsta syftet var att ta reda på mer om hur barnmorskor upplever sin arbetsmiljö och hur de trivs i yrket. 780 personer svarade på rapporten, vilket är en svarsfrekvens på 32 procent. Vi är medvetna om att det är en relativt låg svarsfrekvens. Resultaten i denna rapport är ändå en fingervisning om hur många barnmorskor ser på sitt yrke och sin arbetsvardag.

Om de svarande

Av de som svarat på enkäten jobbar 84 procent i kommun eller region, fyra procent i statlig sektor och två procent svarar "annat". I den sistnämnda kategorin finns till exempel egenföretagare. Fyra procent av de svarande är chefer. De flesta (22 procent) har arbetat 6–10 år som barnmorska och nästan lika många (19 procent) har arbetat i yrket 21–30 år.

Majoriteten av de svarande (70 procent) har jobbat 10 år eller kortare på samma arbetsplats. Samtidigt har 10 procent har arbetat mer än 21 år på samma arbetsplats. Störst andel (27 procent) har jobbat mellan 3–5 år på samma arbetsplats. Bland de svarande uppger sju procent att de har beredskap.



HUR MÅNGA ÅR HAR DU JOBBAT PÅ DIN NUVARANDE ARBETSPLATS?

- 0-2 år
- 3-5 år
- 6-10 år
- 11-15 år
- 16-20 år
- 21-30 år
- 31 år eller mer

Barnmorskor trivs med sitt yrke

Barnmorskor trivs generellt sett med att arbeta i yrket. Bland respondenterna svarar 58 procent att de trivs i mycket hög grad med att arbeta som barnmorska och 32 procent i hög grad. Nio procent av barnmorskorna svarar att de delvis trivs med att arbeta i yrket och mindre än en procent trivs inte alls.

Mönstret är detsamma som i vår tidigare rapport¹ där hela 96 procent svarade att de trivs ”i mycket hög grad” eller i ”hög grad” med att arbeta som barnmorska. I frisvaren säger många att de älskar jobbet. Här lyfter barnmorskor både upp att arbetet i sig är givande men att också kollegorna ger energi och arbetsglädje. Påfallande många beskriver att barnmorskeyrket som givande trots att arbetsvillkoren är tuffa. Några röster ur frisvaren:

¹ SRAT och Svenska Barnmorskeförbundet 2022: ”Kvinnohälsa är för lågt prioriterat politiskt. Rapport om barnmorskors arbetsmiljö, kompetensutveckling och semestersituation”

”

Älskar mitt jobb som barnmorska, men förutsättningarna för att göra ett bra jobb finns inte varje dag (...) De dagar då jag har många födande/gravida känner jag mig otillräcklig.

”

Det är aldrig tråkigt på jobbet. Tiden går alltid fort.

”

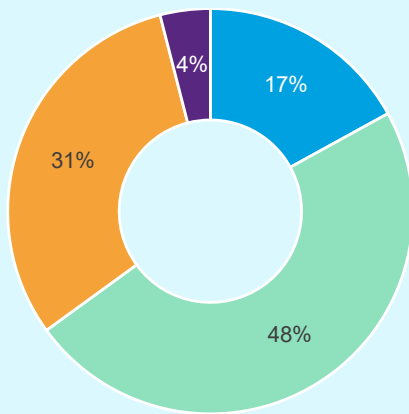
Älskar kontakten med familjerna, att känna mig behövd.

Arbetsmiljö

Alltför många har en för hög arbetsbelastning

Samtidigt som barnmorskor trivs med sitt arbete i stor utsträckning finns ett oroande mönster när det gäller arbetsmiljö. Alltför många upplever en hög arbetsbelastning med små möjligheter att få återhämtning både under arbetsdagen och på fritiden. Även detta är en bild vi känner igen från våra undersökningar¹. Den bekräftas också av aktuell forskning².

Vi frågade barnmorskor hur väl de instämmer i påståendet ”min arbetsmiljö är rimlig” om de ser tillbaka på det senaste halvåret. Hela 35 procent kan bara instämma i påståendet i liten grad eller inte alls.



MIN ARBETSMILJÖ ÄR RIMLIG:

- I mycket hög grad
- I hög grad
- I liten grad
- Inte alls

¹ SRAT:s undersökning av organisatorisk och social arbetsmiljö 2022: "Snöhögen av arbetsuppgifter smälter aldrig", SRAT och Svenska Barnmorskeförbundet 2022: "Kvinnohälsa är för lågt prioriterat politiskt". Rapport om barnmorskors arbetsmiljö, kompetensutveckling och semester-situation och SRAT:s rapport om ojämlika villkor, arbetstid och arbetsmiljö 2024: "Är kortare arbetstid lösningen – och för vem?"

² Hansson M, Henriksen L, Maimburg RD, Björk MP. "Group level changes and differences in midwives' organisational and psychological work environment in Sweden - A nation-wide ecological prospective study. Women and birth: journal of the Australian College of Midwives." 2026;39(1):102164.

Hensing G, Dencker A, Carlsson I-M, Hansson M. "Work and health-related determinants of midwives' intention to leave: Nationwide cross-sectional and prospective cohort studies in Sweden." Midwifery. 2025;142:104283.

I frisvaren beskriver många hur de upplever sin arbetsvardag. För många är det tufft ibland men blir ändå en hållbar situation över tid för att det kommer lugnare perioder. Andra beskriver att de snarare ständigt har för hög arbetsbelastning och skadliga stressnivåer. Även här hyllar många sina kollegor. Några röster ur frisvaren:

”

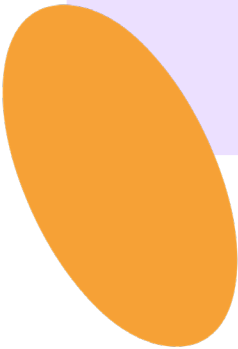
Jag klarar pressen, men ser kollegor som inte gör det.

”

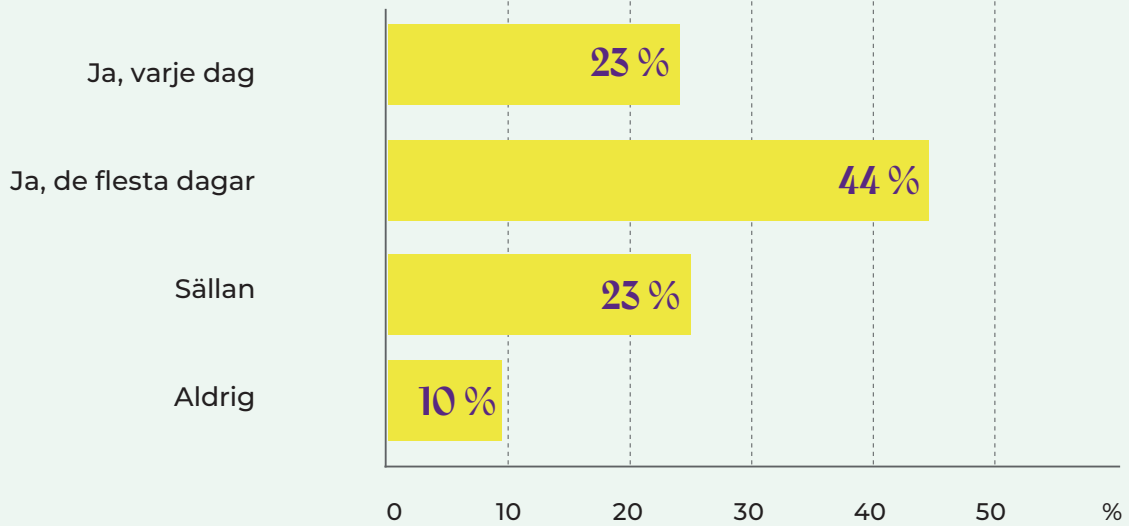
Underbemanning sedan många år. Man lyckas inte rekrytera på landsbygden.

”

Jag skulle aldrig mäkta med om det inte vore för otroligt fina kollegor. (...) Utan dem skulle jag aldrig orka.



MÖJLIGHET ATT TA OBETALD RAST DÅ JAG ARBETAR SEX TIMMAR ELLER MER



Svårt att få raster och pauser i arbetet

Återhämtning under arbetsdagen är viktigt för att arbetsmiljön ska vara hälsosam. Vi ställde därför frågan i vilken utsträckning barnmorskor haft möjlighet att ta en obetald rast för till exempel lunch de dagar de arbetat sex timmar eller mer. Oroande nog svarar 10 procent att de aldrig haft den möjligheten det senaste året och 23 procent svarar "sällan". Bland de svarande säger 23 procent att de kunnat ta obetald rast varje dag det senaste halvåret och 44 procent har haft den möjligheten "de flesta dagar".

Mönstret är likadant när det gäller möjligheterna att ta pauser. Det är bara 18 procent av de svarande som kunnat ta pauser varje dag under arbetsdagar de arbetat sex timmar eller fler. Här svarar 61 procent att det varit möjligt "de flesta" av arbetsdagarna och 18 procent svarar "sällan". Mindre än en procent har aldrig kunnat ta paus under arbetsdagen det senaste halvåret.

Likande
mönster både
gällande rast
och paus

Obalans mellan arbete och fritid en risk för ohälsa

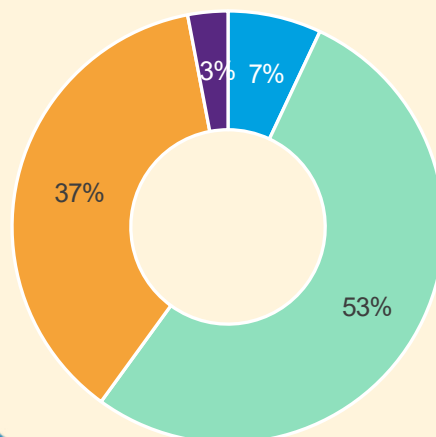
Att så många har tuff arbetsbelastning och svårt att få till raster och pauser under arbetsdagen är en riskfaktor för ohälsa. Vår undersökning visar också att många har svårt att lägga arbetet åt sidan, ork efter arbetsdagen eller att förena sitt arbete med fritid och familj.

Vi frågade om barnmorskor kan lägga arbetet åt sidan på sin fritid. Här svarar sammanlagt 14 procent att de sällan eller aldrig kan göra det. Majoriteten, 65 procent, kan lägga arbetet åt sidan de flesta dagar och 21 procent kan göra det varje dag. Alltför många barnmorskor har ork att göra andra saker efter arbetsdagens slut. Här svarar hela 40 procent att de sällan eller aldrig har ork efter arbetsdagens slut.



JAG HAR ORK ATT GÖRA ANDRA SAKER EFTER ARBETSDAGENS SLUT

- Ja, varje dag
- Ja, de flesta dagar
- Sällan
- Aldrig



Vi frågade också om barnmorskor upplever att det är svårt att förena arbete med fritid och familj. En knapp majoritet, 56 procent, svarar ja. I frisvaren beskriver många sitt vardagspussel och hur tufft det är att klara familjeansvar och jobb.

”

(...) Det känns som att jobbet styr mitt liv när planer ska göras upp, alla för anpassa sig efter mitt schema.

”

Min man sköter hämtning och lämning på förskolan för att jag inte hinner.

”

Låst kring kalender och stämpelklocka.

Det är dessutom 17 procent av barnmorskorna i vår undersökning som uppger att de är skyldiga att vara uppkopplade på appar eller sms-listor där arbetsgivaren kan få tag på dem när de är lediga. Några röster ur frisvaren:

”

Vet inte om jag är skyldig men det strömmar in sms om vakanser på min privata telefon dygnet runt.

”

Detta är det störta stressmomentet i mitt arbete, man är aldrig riktigt ledig.

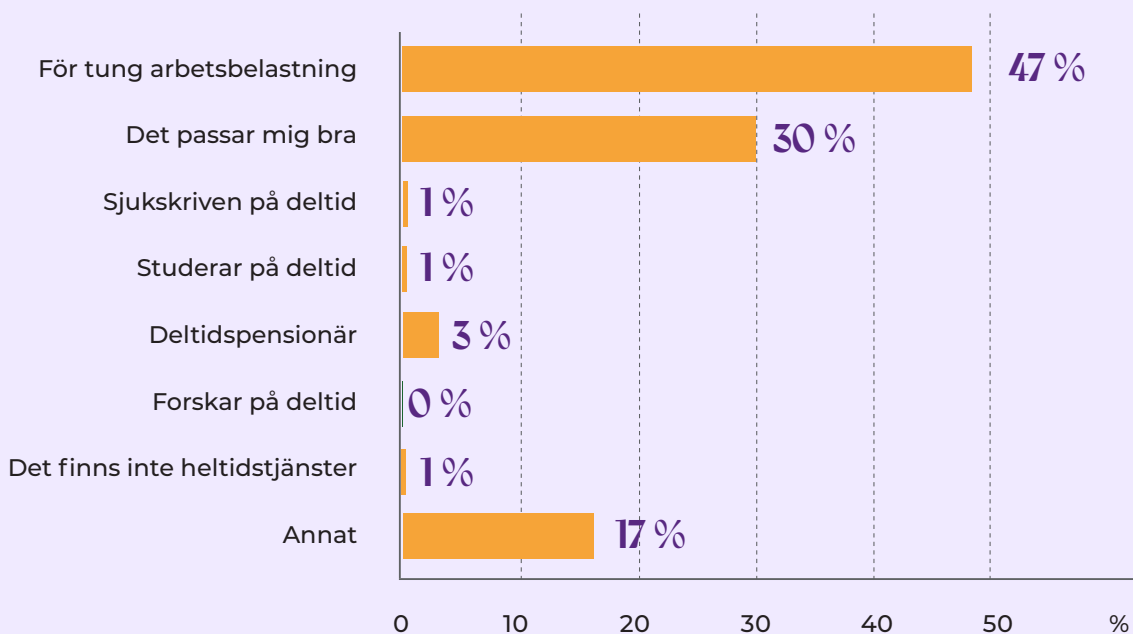
Frivilligt deltidarbete för att arbetsbelastningen är hög

Liksom våra tidigare undersökningar visar denna rapport att en hög andel arbetar deltid. Av de svarande i årets undersökning är det 41 procent som uppger att de arbetar deltid. De vanligaste orsakerna till deltidarbete är ”att arbetsbelastningen är för hög” (47 procent) eller att ”det passar mig bra” (29,8 procent). Bara en dryg procent arbetar deltid för att det inte finns heltidstjänster att få. Bland de som svarat ”annat” uppger många att de är föräldralediga på deltid.

Vi frågade de som arbetar heltid om deras heltidstjänst är 40 timmar i veckan. Hela 41 procent av de heltidsarbetande svarar ”nej”, vilket innebär att de har någon form av arbetstidsförkortning. I frisvaren återspeglas den bredd av olika varianter av arbetstidsförkortning som finns på arbetsplatsnivå. Det är vanligt att arbeta 32–34 timmar i veckan på grund av nattarbete eller treskift. Många har också varierande heltidsmått eller uppger att det snarare arbetar mer än 40 timmar per vecka.

Vår undersökning visar att en kraftig majoritet (89 procent) av de barnmorskor som arbetar deltid saknar ekonomisk utfyllnad för den minskade arbetstiden. Även om många svarar att de tar extrapass som ekonomisk utfyllnad innebär det frivilliga deltidarbetet lägre inkomst idag och lägre pension på sikt.

VAD ÄR DEN FRÄMSTA ORSAKEN TILL ATT DU ARBETAR DELTID?



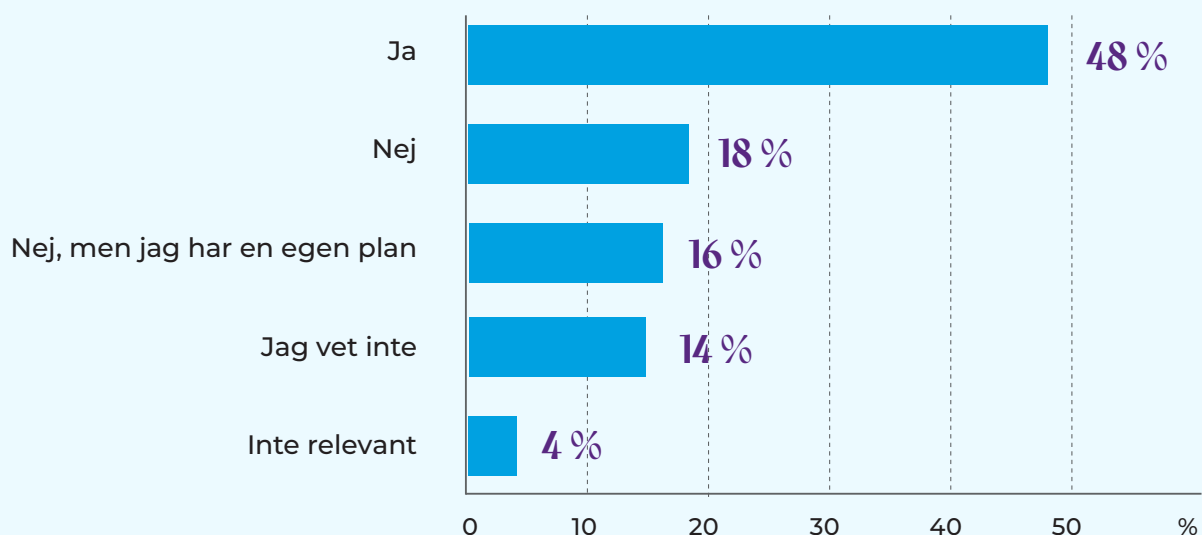
Få gör kompetensplan med sin chef

Barnmorskor har ett personligt yrkesansvar och ska säkerställa god kvalitet och patientsäkerhet i hälso- och sjukvården. Det gäller för alla professioner med legitimation utfärdad av Socialstyrelsen. I ansvaret ligger också att som barnmorska hålla sig uppdaterad i yrket och att fortbilda sig. Alla som jobbar under legitimationsansvar måste hålla sig ajour och jobba efter aktuell forskning inom sitt yrkesområde. Det är därför mycket viktigt att den enskilde barnmorskan får möjlighet att fördjupa sina kunskaper hela yrkeslivet och få kontinuerlig kompetensutveckling.

Vi frågade om barnmorskor har en gemensam plan för kompetensutveckling med sin arbetsgivare. Knappt hälften av de svarande, 48 procent, har en gemensam plan men hela 14 procent är osäkra och svarar ”jag vet inte”.

Detta är återigen samma mönster som i vår undersökning 2022. Det är alltså inte en högre andel nu som har en individuell plan för kompetensutveckling tillsammans med arbetsgivaren. Vi ser alltså fortfarande att det behövs kraftigt förbättrade möjligheter till fördjupning eller specialisering i barnmorskeprofessionen.

HAR DU OCH DIN ARBETSGIVARE EN GEMENSAM PLAN FÖR DIN KOMPETENSUTVECKLING?



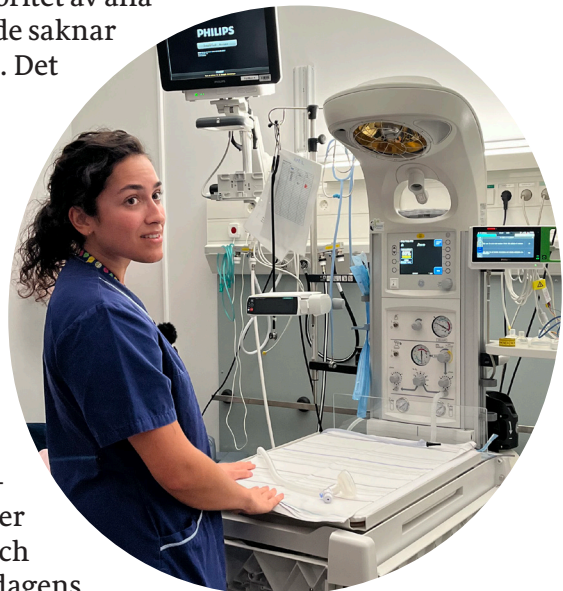
Betalar högt pris för en tuff arbetsmiljö

Barnmorskor har ett ansvarsfullt arbete som bidrar till att främja och behålla hälsa i samhället. Barnmorskekompetens är samhällsviktig och behövs i många verksamheter som behandlar, vårdar och stöttar kvinnor, män, barn och unga.

Men det breda ansvaret står i skarp kontrast till arbetsvillkoren och en tung arbetsmiljö. Bristen på barnmorskor är redan stor. Många rycker också in efter ålderspension och täcker luckor och löser bemanning. I längden är det inte en hållbar situation. Det är inte heller rimligt att så många inte har en kompetensutvecklingsplan som grund för att kunna hålla sig ajour med evidens och ny forskning.

Vi ser återigen ett mönster där många barnmorskor har valt att arbeta deltid för att få vardagen att gå ihop. En övervägande majoritet av alla deltidsarbetande barnmorskor svarar också att de saknar ekonomisk kompensation för inkomstbortfallet. Det som den enskilde vinner i bättre arbetssituation här och nu har det höga priset av en sämre livsinkomst och lägre pension. Deltidsarbetet blir en mycket dålig ekonomisk affär på sikt. Men ingen barnmorska ska behöva arbeta deltid för att arbetsgivare inte tar sitt arbetsmiljöansvar!

Barnmorskeförbundet är en medlemsförening inom fackförbundet SRAT. Den fackliga tillhörigheten ger oss styrka och möjligheter att driva på för en bättre arbetsmiljö inom hälso- och sjukvården. För att det barnmorska ska fortsätta att vara ett roligt och attraktivt yrke behöver arbetsvillkoren vara hållbara. Med flexibilitet och goda villkor går det att attrahera också morgondagens barnmorskor.



EN RAPPORT AV FACKFÖRBUNDET SRAT
SRAT.SE | EPOST: KANSLI@SRAT.SE

Box 1419, 111 84 Stockholm
08-442 44 60 | kansli@srat.se | srat.se



SRAT