

## Sorg uten blomster

F2Fs undersøkelse, som ble finansiert av NAVs Forsøksvirksomhet FARVE og i samarbeid med Synovate MMI, viser at både menn og kvinner sliter med stort sett de samme tingene etter et samlivsbrudd. Hver fjerde blir sykmeldt og mange over lang tid.

Noen å snakke med kan hjelpe den som opplever konflikt og problemer i forbindelse med sitt samlivsbrudd. Snakke med noen som vet hva de går gjennom. Dette kan samtidig bidra til å redusere sykefraværet, samt bevisstgjøre ansatte som ikke er i denne målgruppen og forebygge konflikter.

Når noen dør er det ingen som løfter på øyebrynet hvis man blir sykmeldt. Selv om de aller fleste lander på begge beina etter noen måneder, er sorgprosessen rundt et samlivsbrudd traumatisk for mange.

F2F tilbyr arbeidsgivere og ansatte kurs og veiledning.



Foreningen 2 Foreldre

Foreningen 2 Foreldre

Inkognitogaten 33  
PB 2777 Solli, 0204 Oslo  
Telefon +47 22 55 58 00  
Telefaks +47 22 55 58 01

E-post: [post@f2f.no](mailto:post@f2f.no)

## Åpenhet og aksept for sorgen



## Syk av samlivsbrudd

KUNNSKAP HJELPER

Råd og veiledning: +47 880 08 845

## REDUSERE KOSTNADER?

**F2F gir** deg den støtte og informasjon som behøves for at de som opplever samlivsbrudd skal være bedre forberedt.

**F2F ønsker** å være en samarbeidspartner for bedriftene, da vi vet det er betydelige kostnader å spare gjennom mer kunnskap om samlivsbruddets prosesser.

- gi bedriften din kunnskap!



Foreningen 2 Foreldre



# Bedriftens avtale

## SYK AV SAMLIVSBRUDD

Vi har flere muligheter som dekker behov for informasjon og veiledning i forbindelse med samlivsbrudd, eller vi lager et program tilpasset din bedrift.

Ta kontakt for mer informasjon, fortell oss om dine behov, slik at vi kan lage akkurat den rette tilpassede pakken for deg!

### 50 PROSENT SKILSMISSER

Årlig opplever 12 000 gifte par samlivsbrudd. I tillegg kommer alle samboere, hvor hyppigheten er langt høyere. Det er flest kvinner med lav inntekt i offentlig sektor som blir sykmeldt ifølge F2Fs undersøkelse, men også hver femte mann får helseproblemer i tilknytning til samlivsbrudd.

### PROBLEMENE GÅR UTOVER ARBEIDET

Tre av fire (74 prosent) opplever problemer som nedstemthet, konsentrasjonsvansker, søvnløshet, vekttap, nedsatt yteevne og hode- og nakkesmerter under samlivsbruddet.

### EN AV TRE ARBEIDSGIVERE

Ansatte som opplever samlivsbrudd er ganske eller meget fornøyd med behandlingen de har fått på arbeidsplassen under og etter bruddet, men bare en av tre arbeidsgivere gjennomfører tiltak for å tilrettelegge arbeidsdagen best mulig i bruddfasen.



### BETYDELIGE KOSTNADER

Gjennomsnittlig er en som går gjennom et samlivsbrudd sykmeldt i 28,3 dager.

I tillegg kommer tiden i etterkant av bruddet, (gjennomsnittlig 7,7 måneder) med nedsatt yteevne, konsentrasjonsproblemer osv.

Hvis man antar at den nedsatte yteevnen er 10 prosent av arbeidstiden, vil dette utgjøre 18 dager. Til sammen 46,3 dager fravær og nedsatt produktivitet.

De økonomiske kostnadene betales av både arbeidsgiveren og det offentlige og kan sammenlagt beløpe seg til sekscifrete beløp.

Syv av ti synes samlivsbruddet er en stor eller ganske stor psykisk belastning. Like mange synes barnas reaksjoner er det mest belastende. Taus konflikt og krangling om økonomi er de to mest vanlige konflikttypene mellom voksne.

### TILPASSET DIN BEDRIFT

Både på forebyggingssiden og ved å tilrettelegge for ansatte i sorg over samlivsbruddet og med nedsatt arbeidskapasitet, kan arbeidsgivere bidra til å lette en vanskelig situasjon.

Hvordan kan vi hjelpe deg og dine ansatte å avslutte sin parrelasjon på en aksetabel måte, for deretter å skape et godt foreldresamarbeid i tiden etter bruddet?

### SAMLIVSBRUDD SNUR VERDEN PÅ HODET

Foreningen 2 Foreldre gir hjelp til selvhjelp

Vi arbeider for å skape ro og forutsigbarhet for barn



Foreningen 2 Foreldre

Foreningen 2 Foreldre

Inkognitogaten 33

PB 2777 Solli, 0204 Oslo

Telefon +47 22 55 58 00

Telefaks +47 22 55 58 01

E-post: [post@f2f.no](mailto:post@f2f.no)