



"Prata öppet med varandra"

Sjömanspar lever tre liv: ett på varsitt håll och ett gemensamt. Oftast är det inte under frånvaron som problemen uppstår utan när man ses.

Det säger Eva Lind, familjerådgivare i Stockholm.

Många gånger har den som är på sjön andra behov och förväntningar på hur det ska bli när man ses än den som är hemma. Skillnaderna blir lätt en grogrund för besvikelse och irritation.

– Den som varit borta längtar ofta bara efter att komma hem och vara nära familjen. Den som ensam tagit hand om hem och barn har behov av avlastning och en partner som tar över ansvaret, säger Eva Lind.

Enligt Eva Lind finns det inget rätt eller fel i de här situationerna. Det som krävs för att undvika konflikt är att man pratar öppet med varandra.

– Ta inte för givet att allt ska bli bra bara för att ni är tillsammans igen. Berätta hur ni vill ha det och försök hitta lösningar som gör att båda blir nöjda och får det de behöver.

Men många tycker att det är svårt att prata, säger Eva Lind. Att ena parten jobbar borta kan vara ett laddat ämne. Den som åker iväg känner ofta skuld och dåligt samvete över att lämna familjen. Den som är hemma kan vara irriterad över att behöva ta så stort ansvar för vardagen, även om det inte alltid sägs öppet.

– Sådana här känslor måste man försöka släppa. Annars hamnar man lätt i diskussioner där den ena anklagar och den andre går i försvar, och det leder ingen vart. Acceptera situationen, "så här



Eva Lind

har vi valt att leva", och fokusera på hur ni kan hantera det på bästa sätt.

Eva Lind säger att relationen ofta fungerar ganska bra under tiden man är ifrån varandra. Det är när man ska leva ihop igen som problem uppstår.

– Att få vardagen att rulla på handlar om ren självbevarelsedrift. Det kan till och med vara lättare att vara själv eftersom man inte förväntar sig att någon annan ska ta hand om disken eller gå ut med soporna. Men den som är hemma måste också vara beredd att släppa kontrollen när partnern kommer hem och låta respektiven ta över och göra saker på sitt sätt.

Men, säger Eva, se till att inte drunkna i alla vardagsbestyr när ni ses.

– Försök att hitta tid att bara vara tillsammans som ett par. Att mamma och pappa mår bra ihop gynnar hela familjen.

Texter Linda Sundgren



Foto Istockphoto

Sjöman, pappa och make – en svår kombination

Jag började min sjömansbana som sextonåring. Året var 1973 och jag seglade uteslutande i fjärrfart. Under drygt tio år hade jag inget fast sällskap. Dagens 1-1-system var ännu inte infört och jag var till sjöss större delen av året.

Sommaren 1987 arbetade jag tillfälligt på passagerarfärjan M/S Europafärjan 3, som gick mellan Varberg och Grenå. Där drabbades jag av en allvarlig arbetsskada när ett hängdäck föll över mig och jag blev sjukskriven i över ett år. Året i land gav mig mer tid än någonsin att träffa den rätta, vilket jag också gjorde. När vi 1988 fick en dotter, valde jag att byta inriktning på min sjömansbana och tog arbete i Thunbolaget. Där var resorna kortare och avlösningssystemet bättre med sex veckor på och sex veckor av. Min fru och jag hittade rutiner som fungerade ganska bra och vi fick så småningom ytterligare tre barn.

Det jobbigaste för mig som sjöman och familjefar, var när barnen var riktigt små och inte kom ihåg mig mellan törnarna. Det tog en stor bit ur en sjömans hjärta när de skrek och inte ville komma till en. Ett annat problem var naturligtvis för min fru som fick sköta hemmet och allt jobb med barnen

under den halvan av året som jag var borta. Att inte vara på plats när något hände där hemma var också en stor frustration för mig. Ibland var jag ute på sjön och fick höra att något av barnen var sjuk eller skadat sig och så satt man där utan att kunna göra något.

Och det var många gånger under åren då barnen var små som frun ringde och grät i telefon och man kände sig helt oduglig. På den tiden fanns heller inte den teknik vi har i dag med mobiltelefoner, datorer och internet och det var mycket svårare att hålla kontakten och vara uppdaterad på det som hände på hemmaplan.

Numera är törnarna kortare, vi har bra avlösningssystem och det är enklare att hålla kontakt med omvärlden. Men fortfarande kan sjömansyrket och familjeliv vara en svårhanterad kombination.



Karl-Arne Johansson
arbetsmiljöansvarig i Seko sjöfolk