

PAPPOR TILL PAPPOR

Betydelsen av ett jämställt föräldraskap



**SVENSKA
MED BABY**



**Stockholms
stad**



**Arbetsmarknads-
förvaltningen**

Med stöd av Länsstyrelsen i Stockholm



Svenska med baby
skapar mötesplatser för
barn och föräldrar med olika
bakgrund och ursprung från
hela världen. Tillsammans
tränar vi svenska och
bygger nya broar.

INNEHÅLL

- 3 Inledning
- 4 “Det behövs mer kunskap om pappors betydelse.”
- 7 “Allt handlar om framtiden för barnen.”
- 9 Fyra pappors berättelser
- 15 Jämställda föräldrar, jämställt arbetsliv
- 18 Sammanfattning

Inledning

I denna rapport delar Sayed, pappa-samordnare på Svenska med baby, och fyra pappor sina erfarenheter av att vara pappor nya i Sverige. Vi vill med rapporten dela med oss av vår fleråriga erfarenhet av att engagera småbarnspappor, särskilt utrikes födda pappor som är relativt nya i Sverige, i föräldrastödjande verksamhet, samt belysa vikten av engagerade pappor.

Svenska med baby grundades av två föräldralediga mammor som ville skapa en plattform för småbarnsföräldrar med olika bakgrund att träffas och utbyta erfarenheter. I likhet med allt föräldraskapsstöd i Sverige är det främst kvinnor som deltar i våra föräldraträffar, vilket ledde till att vi, 2021, startade särskilda träffar för pappor och deras barn.

Sedan starten har över tusen pappor från mer än 75 länder deltagit på våra pappaträffar. Vi ser ett stort behov av rum där pappor kan leka med sina barn, knyta kontakter och dela erfarenheter.

Förändringen mot mer ansvarstagande och närvarande pappor, som har en nära relation till sina barn, sker genom andra engagerade pappor. Dessa pappor fungerar som förebilder och ger tips, vilket inspirerar andra. Genom att dela sina erfarenheter och berättelser kan de motivera fler pappor att bli mer involverade i sina barns liv.

Pappor som är nya i Sverige (precis som mammor) möter många utmaningar, inklusive starka stereotyper och brist på kontakter. De börjar på nytt i det svenska samhället, vilket gör det viktigt att föräldraskapsstödet beaktar deras behov av inkludering.

Svenska med babys pappaverksamhet främjar jämställt föräldraskap och länkar pappor till offentligt föräldrastöd, och ger pappor som är nya i Sverige ovärderliga sociala kontakter. Tillsammans med kommunen bidrar vi till pappors ökade ansvar och bättre integration.

Denna rapport är en del av ett projekt med Stockholms stads Arbetsmarknadsförvaltning, Skärholmen och Bromma stadsdelsförvaltningar, och Stockholms stads bostads-sociala resurs, SHIS, med stöd av Länsstyrelsen i Stockholm. "Ett mer jämställt föräldraskap där småbarnspappor tar ett ökat ansvar för sina barn bidrar till mammors möjligheter att etablera sig i Sverige" enligt Arbetsmarknadsförvaltningen.

Vi publicerar rapporten på fars dag för att hylla engagerade pappor och uppmuntra alla som erbjuder stöd till föräldrar att inkludera papporna, inklusive pappor som är nya i Sverige ännu mer. Förändring sker tillsammans, och börjar med det lilla barnet.



Emelia Frennmark
Generalsekreterare



“Det behövs mer kunskap om pappors betydelse.”

Barn med engagerade pappor utvecklar bättre språk, färre beteendeproblem och starkare emotionell självreglering. Trots detta riktas vårdens information och stöd oftast mot mamman, och pappans avgörande roll förbises. Möt Anna Sarkadi som bland annat forskar om pappans roll.

Pappans roll i barnets liv har under de senaste decennierna fått allt större uppmärksamhet inom forskningen. Anna Sarkadi är professor i socialmedicin vid Uppsala universitet och medlem i forskargruppen CHAP, Child Health and Parenting. Hennes forskning fokuserar på föräldraskapets betydelse för barns hälsa och utveckling. Hon har genom sina studier belyst hur viktig pappans närvaro och engagemang är för barnets kognitiva och emotionella utveckling. Så pass viktigt att Sarkadi tycker att det är märkligt att det inte görs större satsningar för att inkludera papporna mer i föräldraskapet.

Hon ser att det finns otroligt mycket att jobba med för de instanser som möter föräldrar till de minsta barnen.

Forskning visar att pappans delaktighet påverkar barnets utveckling inom tre centrala områden. **Språklig utveckling:** Barn som har en engagerad pappa tenderar att ha en bättre språkutveckling. Pappor bidrar ofta med ett annat sätt att kommunicera, vilket berikar barnets språkliga förmågor. **Adekvat stimulans:** Genom lek och interaktion erbjuder pappor en unik form av stimulans. De utmanar ofta barnet på sätt som främjar pro-



Alla föräldrar vill sina barns bästa, och genom att stötta både mammor och pappor kan vi skapa en starkare och mer inkluderande framtid för våra barn.”

blem- lösning och kreativt tänkande. Emotionell självreglering och minskade beteendeproblem: Barn med engagerade pappor utvecklar bättre förmåga att hantera känslor och stress. Detta leder till färre beteendeproblem.



Affisch som Försäkringskassan använde i sin kampanj "Barnledig Pappa" - med före detta tyngdlyftaren Lennart "Hoa Hoa" Dahlgren - för att få fler pappor att ta ut föräldraledighet. Foto: Reijo Röster

Med den ökande kriminaliteten bland barn och unga lyfts frågorna kring varför detta sker, vad får en tonåring att ansluta sig till den undre världen? ”Som jag nämnt så visar forskningen att bristande föräldrainvolvering, särskilt från pappans sida, kan leda till ökade risker för beteendeproblem och sociala svårigheter hos barn och ungdomar”, säger Sarkadi. Även om sambandet mellan frånvarande föräldrar och kriminalitet är komplext och påverkas av många faktorer som socioekonomiska förhållanden, utbildningsmöjligheter och samhällets stödstrukturer, anser Sarkadi att pappors engagemang är en viktig del i att minska dessa risker.

Trots den erkända betydelsen av pappans roll, pekar Sarkadis studier på att barnavårdscentraler (BVC)

och föräldrastödsprogram ofta riktar sig mer till mammor. Material och information är i huvudsak utformade för mödrar, och det finns färre bilder och representation av pappor med barn. Affischer på mottagningar fokuserar ibland mer på negativa aspekter, såsom mäns våld mot kvinnor, snarare än att lyfta fram pappans positiva roll.

”Tilltalet är oerhört viktigt och måste förändras om papporna ska känna sig inbjudna på samma sätt som mammorna”, menar Sarkadi. ”Genom att explicit bjuda in pappor och inkludera dem i kommunikation och aktiviteter, ökar chansen att de deltar aktivt i barnets vård och utveckling. Det handlar självklart också om personalen på BVC och liknande institutioner. Genom att uppmuntra pappor att delta i besök och skapa möjligheter för dem att diskutera sitt föräldraskap och psykiska hälsa, kan man öka deras engagemang.”

Vissa mottagningar har lyckats få upp till 100 procent av papporna att delta genom riktade insatser och välkomnande attityder. Det är också viktigt att uppmärksamma att pappor, liksom mammor, kan drabbas av psykisk ohälsa såsom depression. Man räknar med att omkring 8-10 procent av alla pappor drabbas av det, efter att ha fått barn. Genom att inkludera pappor i vården kan man tidigt upptäcka och behandla dessa problem.

Sarkadi nämner också att det behövs mer information om praktikaliteter, så som att man kan ta ut föräldrapenning för att följa med barnet till hälsoinsatser, som BVC. Ekonomin är ett viktigt kapitel.

I vissa länder är pappans viktigaste roll att stå för inkomsterna, att se till att familjen har mat på bordet helt enkelt. Att förvänta sig att människor som kommer till Sverige per automatik ska anpassa sig till hur vi ser på föräldrarollen går inte, menar Sarkadi, här måste vi kunna mötas och kompromissa.



Pappans delaktighet påverkar barnets utveckling inom tre centrala områden.”

”Att vara en bra pappa ser olika ut i olika kulturer. Det går inte att försöka forma alla pappor efter en enda mall, som *latte-hipster-pappan*. Istället



“Lokala initiativ som de pappaträffar som Svenska med baby håller och utökade hembesök av BVC där man aktivt försöker inkludera pappor, visar lovande resultat”

bör man uppskatta och stödja olika sätt att vara pappa, så länge relationen till barnet är varm och stöttande.”

Pappans delaktighet är avgörande för barnets holistiska utveckling, det visar en i stort sett enhällig forskning. Genom att erkänna och främja pappans roll kan vi bidra till förbättrad språkutveckling, emotionell självreglering och minskade beteendeproblem hos barn. Det är dock viktigt att betona att det biologiska bandet till barnet inte är det viktiga: det är vilken roll en pappa eller pappafigur spelar i barnets liv, visar forskningen. Verksamheter inom vård och omsorg behöver alltså aktivt inkludera pappor och anpassa sina miljöer och kommunikation för att vara mer välkomnande.

Med stöd från samhället och medvetenhet om kulturella skillnader kan vi tillsammans arbeta

för att alla föräldrar ska känna sig viktiga och delaktiga i sina barns liv. Och trots de utmaningar som finns är Sarkadi optimistisk. Det finns en ökad öppenhet och förståelse för pappans betydelse i barnets liv. Lokala initiativ som de pappaträffar som Svenska med baby håller och utökade hembesök av BVC där man aktivt försöker inkludera pappor, visar lovande resultat. Det är också positivt att det numera ingår ett eget besök för den icke-födande föräldern vid BVC när barnet är fyra månader gammalt. Genom tidiga insatser och ett samhälle som värdesätter båda föräldrarnas roll, kan vi skapa bättre förutsättningar för framtida generationer.

“Alla föräldrar vill sina barns bästa, och genom att stötta både mammor och pappor kan vi skapa en starkare och mer inkluderande framtid för våra barn.”



Sayed och dottern Sara

”Allt handlar om framtiden för barnen.”

Att komma till ett nytt land som nybliven pappa är en stor utmaning. Sayed Mohammad Jalil, samordnare för Svenska med babys pappaverksamhet, arbetar för att skapa en ovärderlig gemenskap där pappor kan dela funderingar, utmaningar och glädjeämnen, allt för barnens framtid.

”Vi har så många fina bevis på att vårt arbete är viktigt”, säger Sayed Mohammad Jalil, samordnare för Svenska med babys pappaverksamhet. ”Möjligheten att träffa andra pappor och prata om funderingar, utmaningar och glädjeämnen är ovärderlig.”

Som samordnare för pappaverksamheten på Svenska med baby arbetar Sayed dagligen med att stötta andra pappor i deras föräldraskap. Men hans egna resa började långt från Sveriges gränser.

“Jag kommer från Afghanistan och kom till

Sverige 2018. Min fru var gravid och hon kom hit före mig. När jag anlände var vår son redan två år gammal. Senare kom även vår dotter.”

Det var ingen slump att de hamnade just här. Sayeds fru hade läst på, hon visste att Sverige är ett bra land för kvinnor, här finns möjligheter och rättigheter som inte finns på andra platser, det kunde hon tydligt se. Föräldrarnas roller i Sverige är väldigt annorlunda mot rollerna i Afghanistan. I Afghanistan är pappans huvudsakliga uppgift att ansvara för familjens trygghet genom ekonomin.



Pappaträffarna är öppna för alla pappor och barn upp till fem år.



En uppskattad aktivitet är när barnen får måla med ätbar färg.



Här får jag ge det jag själv hade velat ha när jag kom till Sverige.”

Sayedns egen pappa gjorde just det, men också mer. Han var en ovanlig pappa på det sätt att han tog sig tid med barnen på ett sätt som andra pappor inte gjorde. Relationen till honom har präglats Sayed djupt. “Han stod alltid bakom mig, han var ett starkt stöd för mig.”

Att komma till ett nytt land, samtidigt som man blir pappa, kan vara oerhört tufft. Sayed upplevde att det var svårt att få information om det mest basala, som vård, föräldrastöd och förskola. Alla dessa frågor man har som nybliven förälder, medan man också ska försöka navigera i ett helt nytt land, på ett helt nytt språk - det var överväldigande.

När han så småningom fick jobbet som samordnare för pappaverksamheten på Svenska med baby var det som gjort för honom. “Här får jag ge det jag själv hade velat ha när jag kom till Sverige”, förklarar han. “Vi ger stöd och råd om allt det praktiska man undrar över.” Många nyanlända pappor känner att vardagen kan vara övermäktig. Med osäkerhet kring uppehållstillstånd, boende och ekonomi kan det vara svårt att fokusera på föräldraskapet.

Pappaträffarna är öppna för alla pappor med barn upp till fem år. Målet är att ungefär hälften av deltagarna på varje träff är nya i Sverige, medan den andra hälften är etablerade här. Under träffarna sker ett dynamiskt erfarenhets- och kunskapsutbyte mellan papporna. Träffarna erbjuder med andra ord inte bara en bas för information, utan också ett värdefullt socialt sammanhang. Något av det bästa Sayed vet med jobbet är att se när pappor som aldrig tidigare mötts byter kontaktuppgifter i slutet av en träff. Att hitta en gemenskap och kunna bygga ett socialt nätverk är viktigt av så många orsaker. Det främjar förstås den mentala hälsan, men det ger också möjligheter till kontakter på arbetsmarknaden, något vi vet är av största vikt för att kunna få ett jobb i Sverige idag.

“Dessutom får man något roligt och meningsfullt att göra med sitt barn, vilket inte alltid är lätt att komma på när man är ny i landet”, tillägger Sayed.

Syftet med träffarna är alltså mångfacetterat, men för Sayed är målet klart: att skapa en bättre framtid för sina barn och att hjälpa andra pappor att göra detsamma.



Fyra pappors berättelser

Möt fyra pappor som alla har något gemensamt. De kom till Sverige strax innan eller i början av sitt faderskap, efter att ha vuxit upp med normer som ligger långt ifrån de svenska när det gäller synen på papparollen och föräldraskap.

Här berättar James, Volodymyr, Nori och Angello om sina egna resor som pappor, utmaningarna i ett nytt samhälle och drömmar de har för sina barn.

Pappa James

Först möter vi James, en engagerad pappa till fem barn, som beskriver sig som att vara närvarande och aktiv i sina barns liv. James är född i Sydsudan men tillbringade stora delar av sitt liv i flyktingläger i Uganda, där familjen hamnade på grund av kriget. Han berättar om hur viktigt det är för honom att tillbringa tid med sina barn och delta i deras vardag.

”Jag älskar att vara med mina barn, att spendera mycket tid med dem. De älskar mig.”

Han märker tydliga skillnader i hur pappor är med sina barn här, jämfört med i sitt hemland Sydsudan.

”Här ska man till exempel gå med sitt barn till skolan och hämta dem. Så är det inte i mitt hemland. Det var svårt i början, men nu har det blivit normalt. Jag ser många pappor som leker med sina barn, fikar och är på lekplatser.”

James berättar att han och hans fru inte bara delar ansvaret för barnen, de delar hushållssysslor också. Så gjorde de redan i Uganda, där de bodde som flyktingar. De bestämde sig tidigt för att jobba tillsammans. Motivationen att vara en närvarande pappa kommer från hans egna erfarenheter av sin far, som var en frånvarande förälder som knappt hade med barnen att göra alls.



James med sina två söner Betron och Erling

av FNs flyktingorgan UNHCR kom James, hans fru och deras barn till Sverige i september 2022 som kvotflyktingar med permanenta uppehållstillstånd.

“Det är viktigt att vi jobbar tillsammans för att bygga en familj där alla kan växa och där det finns kärlek.” James

”Det är viktigt att vi jobbar tillsammans för att bygga en familj där alla kan växa och där det finns kärlek. Mamma och pappa är båda ansvariga för barnens liv.”

James föddes i Sydsudan, men kriget tvingade hans familj att fly till Uganda när han var barn. Livet i flyktinglägret var tufft och fullt av utmaningar. Med en pappa som inte var närvarande och en mamma som kämpade för sina barns och sin egen överlevnad var tillvaron hård. När pappan väl var med familjen kändes han ändå inte nära. James saknade pappans kärlek. Pappan dog senare när han var i armén, när James fortfarande var barn.

Som vuxen tvingades James återigen fly kriget i Sydsudan och återvände till flyktinglägren i Uganda med sin egen familj. Till slut, med hjälp

”Vi fick ett jättebra mottagande när vi kom till Sverige. Vi blev mötta på Arlanda, körda till vår lägenhet och vi fick jättefin hjälp.”

Familjens fyra äldsta barn är alla pojkar födda i Uganda och den yngsta, en flicka, föddes i Sverige. James fru är nu föräldraledig med dottern, medan James har pluggat klart grundkursen på SFI och nu utbildar sig till undersköterska. I Sydsudan och i Uganda arbetade han som lärare och rektor. Språket är en av de största utmaningarna i det nya landet.

”Här behöver jag gå på universitetet och studera länge för att jobba som lärare. I Uganda fick jag jobb på några dagar.”

Trots utmaningarna drömmer James om att hans barn ska få en bättre framtid än han själv. Han är medveten om de faror som ungdomar kan möta.

”Jag hör från min son om ungdomar som röker och gör farliga saker. Vi föräldrar behöver alltid prata, vara engagerade i olika aktiviteter och kunna ge råd.”

Han tror att fler pappor kan motiveras att vara nära sina barn genom att träffa andra föräldrar och dela tankar om framtiden.

”Vi behöver förstå våra barn och hjälpa dem att lösa problem”.

För att vara en bra pappa i Sverige känner James att han behöver mer kunskap om vad som krävs, vilka regler och lagar som finns. Även om han inte har deltagit i någon föräldrastödjande verksamhet, har han lärt känna andra föräldrar genom sina barn.

Genom att vara en närvarande och engagerad pappa hoppas James ge sina barn en trygg och kärleksfull uppväxt, något han själv saknade. ”Det är viktigt att vi jobbar tillsammans för att bygga en familj där alla kan växa och där det finns kärlek.”

Pappa Volodymyr

James berättelse om att vilja bryta med traditionella normer om föräldraskap liknar den önskan som den ukrainska pappan Volodymyr har. Även Volodymyr upplevde att hans egen far ofta var frånvarande, men där James tvingades fly krig och växte upp i flyktingläger, var Volodymyrs utmaning att anpassa sitt föräldraskap i ett land präglat av andra förväntningar och traditioner. ”Min pappa var bra, men han spenderade inte mycket tid med mig”, berättar han. ”Han jobbade jättemycket, även på natten. Det fungerade på det sättet i Ukraina då. Trots att han inte spenderade mycket tid med mig så vet jag att han älskade mig.”

När Volodymyr själv blev pappa ville han vara närvarande på alla sätt. Han och hans fru var advokater med egen advokatbyrå och genom



Volodymyr och hans son Vladyslav

och livet förändrades drastiskt. Hans fru och hans son flydde kriget kort efter invasionen, medan han själv blev kvar i hemlandet. Efter en svår och farlig tid återförenades familjen i Sverige i augusti 2022.

”Det var en obeskrivlig lättnad att vara tillsammans igen.”

De första månaderna i Sverige var mycket svåra för sonen, som fick hantera separationen från sin pappa, rädslan från kriget och flykten och ovissheten i ett nytt land.

Volodymyr själv vittnar om utmaningarna med att tvingas på flykt och lämna sitt gamla liv bakom sig, och börja om som flykting i ett nytt land.

”Som förälder är det viktigt att visa sitt barn att det är möjligt att skapa ett nytt liv trots alla svårigheter.” **Volodymyr**

att de själva bestämde sitt schema kunde han tillbringa mer tid med sin son, något som varit oerhört viktigt för honom.

När Ryssland invaderade Ukraina 2022 ockuperades Volodymyrs hemstad Kherson av ryska styrkor,

”Vi ska bygga livet från noll.”

Trots alla förluster och den osäkra livssituationen med tidsbegränsat uppehållstillstånd i Sverige, är Volodymyr övertygad om att det går att bygga upp en ny tillvaro.

”Som förälder är det viktigt att visa sitt barn

att det är möjligt att skapa ett nytt liv trots alla svårigheter. Vi behöver vara bra förebilder för vårt barn. Om vi är rädda för livet, vad kan vi då lära vår son?”

”Min son och jag spenderar väldigt mycket tid tillsammans nu”, säger han och berättar hur de leker, tränar och pratar. Han beskriver en närhet som stärks varje dag och som blivit en trygg punkt för sonen. Att vara en närvarande pappa är för honom ett ansvar, men också en glädje och ett sätt att bygga en stabil grund för framtiden.

Att vara en närvarande, jämställd förälder ser Volodymyr kan vara en utmaning för många män som är nya i Sverige.

”Det är en stark tradition att det mest är mammor som är viktiga.”

Men Volodymyr, som varit med på många av Svenska med babys pappaträffar, ser hur pappor påverkas när de ser andra fäder vara aktiva och engagerade med sina barn.

“När pappor ser kärleken mellan barn och pappor, hur väl de känner varandra – då vill de också!”

Han berättar hur han själv tycker att det är inspirerande att se andra pappor bli motiverade att spendera mer tid med sina barn, leka och vara närvarande.

”Många pappor kommer till pappaträffarna, de vill bryta traditionen, de pratar med andra pappor, de är motiverade och sprider insikten och tankarna vidare till andra.”

Pappa Nori

Den tredje pappan, Nori, kom till Sverige från Afghanistan som ensamkommande barn. Precis som James och Volodymyr har Nori en

”Jag hade en tuff uppväxt i norra Afghanistan”, säger Nori. “Min pappa dog när jag bara var ett år gammal, så min äldsta morbror tog kontroll över vår familj. Min mamma, som arbetade som lärare, tvingades sluta sitt jobb på grund av honom. Det är en stor skillnad jämfört med Sverige; i Afghanistan bestämmer mannen allt.”

Trots sin pappas önskan om att barnen skulle få en bra utbildning, hindrades familjen av mor-



Nori med dotterna Athena

Information spelar en stor roll. Även om man läser på nätet och försöker samla information är det annorlunda när man träffas på plats med andra och delar erfarenheter.” **Nori**

önskan att vara närvarande och ge sin dotter en trygg uppväxt. De tre papporna delar en vilja att bryta med sina ursprungsländers traditionella könsroller och se sig själva som aktiva och engagerade föräldrar. Där James och Volodymyr drivs av ett arv de vill förnya och förbättra, ser Nori sin dotters födsel som en nystart, en möjlighet att bygga en familj med de värderingar han själv värdesätter.

broderns inflytande. Nori utsattes för allvarliga hot från sin morbror och det omgivande, konservativa samhället. Nori skyddades av sin mamma och sin mormor, som han tyckte mycket om. Men tillslut gick det inte och Nori tvingades på flykt.

Som ensamkommande barn kom Nori till Sverige och fick bo hos en familj i Tensta. Efter flera avslag på sin asylansökan fick han till slut perma-

nent uppehållstillstånd. Samma år träffade han en speciell ung kvinna, även hon från Afghanistan. Det unga paret pratade tidigt om jämställdhet och kommunikation.

”Det är viktigt att vi är nära varandra och att vi kommunicerar, men vi ska absolut inte bestämma över varandra. Vi beslutar som individer. Min tjej hade ingen hijab och var orolig över hur jag skulle reagera eftersom jag kommer från en religiös familj. Jag sa till henne att jag älskar henne som hon är. Hon får klä sig som hon vill. Hon grät; hennes pappa hade sagt samma sak.”

År 2023 föddes deras dotter, en händelse som förändrade Noris liv.

”Jag var både rädd och oförberedd. Jag fick panik över hur allt skulle gå. Jag sökte mycket information om hur man ska förbereda sig som pappa och vad som är bäst för barnet. I Afghanistan bor man med hela familjen och har stödet från resten av släkten, men i Sverige gör man detta mestadels själv som förälder och har inte samma närhet till familjen. Här behöver man göra en plan för barnet. Det var en utmaning att lära sig allt.”

Trots all osäkerhet och rädsla blev dotterns födsel en vändpunkt för Nori.

”När jag fick henne, då vaknade jag i livet. Det var så fint att få henne; jag fick en helt annan känsla. Det är helt obeskrivligt. Man är stolt, men samtidigt är det en stor utmaning!”

Han var föräldraledig i tio dagar och tog sedan ut semester för att kunna vara med dottern under hennes första tid.

”Hon ville inte sova i början, så jag och min flickvän turades om att ta hand om henne på nätterna. Det är viktigt för mig att min dotter alltid ska känna sig tryggt med mig.”

Nori betonar vikten av att vara närvarande från början.

”Var med era barn från början. Ta ut era föräldradagar och dela ansvaret. Det stärker relationen och skapar trygghet för barnet. Jag tror att kurser som ’Pappa med baby’ och ABC-kurser stärker pappors föräldraskap väl. Man får panik när man får barn. Man måste vara lugn. Jag fick läsa mycket för att lära mig. Men om man googlar och söker information på andra språk än svenska

hittar man en massa falsk information, som att socialen stjälar barn.”

Nori tänker mycket på sin dotters framtid.

”Jag vill att min dotter, som har möjligheter, ska gå i skolan. Jag ska vara närvarande och hjälpa henne. Det är viktigt att hon väljer rätt personer att vara med när hon blir stor, att hon skaffar bra vänner och inte blir hemmasittande. Hon ska få uppleva ett fint och bra liv.”

Han uppmuntrar andra pappor att söka kunskap och gemenskap.

”Information spelar en stor roll. Även om man läser på nätet och försöker samla information är det annorlunda när man träffas på plats med andra och delar erfarenheter.”

Nori har själv tagit steget att bli pappa-ambassadör hos Svenska med baby.

”När jag fick informationen om att bli pappa-ambassadör blev jag glad. Det kommer att bli lärorikt för mig, särskilt när det gäller att skapa den relation jag vill ha med mitt barn. Jag ser fram emot att lära mig och tillämpa det i mitt liv.”

Han hoppas kunna inspirera andra pappor att vara mer närvarande och engagerade.

”Jag vill att de får med sig kunskap och att de lyssnar på sina barn. Att de genom mer kunskap blir förberedda på olika händelser som kan ske i livet. Och att de har roligt tillsammans med sina barn förstås!”

Pappa Angello

Angello, som kommer från Colombia, är den fjärde och sista pappan att dela med sig av sin syn på papparollen med allt vad den innebär. Genom att söka gemenskap och stöd i Sverige har Angello, precis som Nori, hittat en väg att möta de utmaningar som följer med att vara förälder i ett nytt land. Att vara pappa i Sverige har gett Angello nya perspektiv på föräldraskap och jämställdhet. Gift och pappa till en sexårig dotter, har han aktivt deltagit i Svenska med babys pappaträffar i Hässelby, Vällingby och Blackeberg.

”Vi ville dela lika”, säger han om sina och fruns tankar inför föräldrarollen. ”Min fru tog ett halvår föräldraledigt, sedan tog jag ett halvår tills vår dotter började förskolan.”

De tänkte mycket på jämställdhet och ville ge sin

“Det händer mycket i Sverige nu. Segregationen och kriminaliteten är verkligen en utmaning.” **Angello**

dotter en uppväxt där båda föräldrarna är lika närvarande. För Angello är det viktigt att vara en engagerad pappa.

”Man går till parken och andra platser, och överallt är det mammor. Det är därför jättespännande med träffar för enbart pappor. Att våga fråga och prata om hur man har det i sin familj. Pappaträffarna som Svenska med baby har är en trygg plats med bara pappor. Många vågar prata om känslor där och man kan därför hämta kraft av varandra.”



Angello och dottern Miel

Angello vill ge sin dotter de bästa möjligheterna och ser det som sitt ansvar att vara närvarande. Det finns många utmaningar i samhället att förhålla sig till, men genom att vara en närvarande pappa har han bättre insyn i hur hans barn har det och vad hon upplever.

”Det händer mycket i Sverige nu. Segregationen och kriminaliteten är verkligen en utmaning.”

Angellos resa började i en liten by i Colombia, där han växte upp med sin mamma, pappa och

lillebror. Både föräldrarna arbetade, men han var mest nära sin mamma.

”Min pappa var som de flesta pappor i Colombia. Jag var inte nära honom. Det hände mycket i mitt liv som han inte kände till.”

Vid 16 års ålder flyttade han till Bogotá för att studera vidare. Där träffade han sin fru, som är från Norge. År 2016 bestämde de sig för att flytta till Sverige, eftersom det var svårare för dem att bosätta sig i Norge.

”Vi kände ingen i Stockholm. Jag pratade inte engelska, och det var svårt med allt i början. Vi började från noll.”

Angello är utbildad grafisk designer och mötte språkliga hinder när han försökte hitta jobb i det nya landet. Han började studera svenska på SFI och fick praktik på en förskola på Östermalm genom skolan.

”Jag tänkte att jag kunde testa att jobba där, men jag blev kvar! Det är ett spännande jobb. Här finns så många möjligheter här för barnen med bra mat och annan pedagogik. Jag siktar faktiskt på att skola om mig till förskolelärare.”

År 2018 föddes dottern och inför föräldrarollen hade Angello och hans fru många tankar. ”Min pappa var inte nära mig, och jag vill inte att mitt barn ska uppleva det.”

För att utvecklas som förälder har Angello läst mycket om föräldraskap och gått flera kurser, som ABC-kursen och Komet.

”Det är ett stort intresse för mig. Det är också ett privilegium.”

Genom att dela sin historia hoppas Angello inspirera fler pappor att vara närvarande i sina barns liv och att våga söka stöd och gemenskap. ”Vi kan hitta inspiration och nya sätt att vara pappa på, genom att våga prata och dela med oss.”

Alla fyra papporna

James, Volodymyr, Nori och Angello delar en gemensam ambition: att vara pappor som är aktiva, engagerade och närvarande i sina barns liv. Trots olika bakgrunder och utmaningar förstår de värdet av att dela sina erfarenheter. Deras berättelser vittnar om betydelsen av att skapa trygga, kärleksfulla och jämställda familjer, något som inte bara stärker deras barn, utan också dem själva i rollen som föräldrar.



Jämställda föräldrar, jämställt arbetsliv

Det finns många goda skäl att stärka pappans roll som en närvarande och ansvarstagande part i familjen.

Lina Stenberg, debattör och initiativtagare till Jämställdhetsinstitutet, berättar om hur kvinnornas deltagande på arbetsmarknaden påverkas.

Att stärka pappans roll som en aktiv och närvarande del i familjen är avgörande, inte bara för barnens välmående utan också för att frigöra tid och utrymme för kvinnor möjligheter och utveckling på arbetsmarknaden. När pappor tar större ansvar för barnen och hemmet ökar mamors möjligheter på arbetsmarknaden, vilket i sin tur minskar den ekonomiska ojämställdheten mellan könen.

Enligt SCB arbetade 77 procent av männen och 72 procent av kvinnorna i Sverige under första kvartalet 2024. Orsakerna till att kvinnor arbetar

mindre beror på ojämställda föräldraansvar, men också på en överrepresentation i otrygga anställningar och högre sjukskrivningstal.

Enligt LOs Jämställdhetsbarometer har endast 48 procent av arbetarkvinnorna tillsvidareanställningar på heltid, att jämföra med 74 procent av arbetarmännen. Den vanligaste orsaken till att kvinnor arbetar deltid är att de inte erbjuds heltidstjänster. Ett ökat pappauttag av föräldraledighet och vab skulle kunna förbättra kvinnors ekonomiska förutsättningar och minska denna klyfta.

Ett ojämnt föräldraansvar påverkar också kvinnors långsiktiga karriärmöjligheter. Forskning från IFAU visar hur inkomstskillnaderna mellan mammor och pappor ökar över tid, där ”moderskapsbestraffningen” innebär att mammor förlorar löneutveckling till följd av föräldraledighet, vab och deltidstjänster. Även kvinnor utan barn påverkas, då samhällets förväntningar på kvinnors familjeansvar tenderar att minska arbetsgivares villighet att satsa på deras karriär.

När föräldraförsäkringen lanserades för nu 50 år sedan, 1974, tog mammorna ut 99,5% av föräldradagarna. För att få en mer jämställd fördelning av föräldraledigheten har flera förändringar gjorts, bl a har särskilda månader reservats för papporna/vardera förälder (1995, 2002 och 2016).



Förståelsen för andra människors livssituationer minskar och risken för fördomar och främlingskap ökar.

Pappornas uttag av föräldraledigheten har ökat över åren, men fördelningen är ännu långt ifrån jämställd. Idag tar männen står männen för ungefär 30% av föräldradagarna och kvinnorna tar ut ungefär 70%. Trots de vikta pappamånaderna har var tredje barn en pappa som tar ut färre än 30 dagars föräldrapenning. Pappor födda utanför Sverige tar i lägre utsträckning ut föräldraledighet än pappor födda i Sverige. De senaste åren står utvecklingen mot ett mer jämställt uttag av föräldradagarna i princip stilla.



Enligt Försäkringskassan är det endast i 16 procent av svenska familjer som vab-dagar tas ut jämställt. Fler pappamånader skulle kunna hjälpa till att skapa en mer jämlik fördelning, vilket i förlängningen ger kvinnorna möjlighet att stärka sin position på arbetsmarknaden.

Mönstret är särskilt tydligt bland kvinnor med utländsk bakgrund, som ofta har ett svagare fäste på arbetsmarknaden. Enligt Jämställdhetsmyndigheten är en miljon kvinnor i Sverige födda utomlands, och bland dem är arbetslösheten högre. Det är därför extra viktigt att pappor i dessa familjer får stöd och motivation att vara närvarande i familjelivet, vilket kan göra det möjligt för mammorna att närma sig arbetsmarknaden. Att ifrågasätta traditionella könsroller och föreställningar om vem som ska ta hand om hem och barn är en viktig del i detta arbete. Genom att fler pappor deltar i föräldraledigheten och tar ett större ansvar för barnens vård minskar arbetsgivares förväntningar på att kvinnor ska vara familjens primära omsorgsperson. Pappor som agerar förebilder och delar lika på familjeansvaret kan därför bli katalysatorer för ett mer jämställt samhälle, både på arbetsmarknaden och i hemmet.

De positiva effekterna av ett jämställt föräldraskap är stora och sträcker sig från barnens trygga relationer till möjligheten för både mammor och pappor att utvecklas i sina yrkesliv. När pappor väljer att ta en större roll i familjen bryts normer, och vägen till och ett större deltagande på arbetsmarknaden kan öppnas för fler kvinnor. Det leder till ekonomisk stabilitet för familjer och stärker jämställdheten i samhället, med goda effekter på såväl individ- som samhällsnivå.

Pappor som agerar förebilder och delar lika på familjeansvaret kan därför bli katalysatorer för ett mer jämställt samhälle, både på arbetsmarknaden och i hemmet.”

79%

**av föräldraledigheten tar
mammorna ut**

Mammor tar sju av tio betalda dagar och hela 79 procent av samtliga dagar. Den fackliga organisationen TCO visar att kvinnors obetalda ledighet i snitt är längre än männens betalda dagar.

16%

**av svenska familjer är
jämförda i vård av barn**

Försäkringskassans statistik visar att i drygt hälften av svenska familjer är det kvinnan som tar ut flest vab-dagar, medan männen står för flest dagar i endast tre av tio familjer.

32%

**inkomstskillnaden mellan
mamman och pappan 15 år
efter första barnets födelse.**

Detta enligt en studie som IFAU har gjort. Anledningarna är flera, men främst att kvinnor förväntas vara (och oftast är) hemma längre med barnet eller barnen, de vabbar mer och förväntas inte "satsa" på jobbet lika mycket som papporna.

48%

**av arbetarkvinnor har
tillsvidaretjänster på heltid
medan männen har 74 %**

Enligt LOs jämställdhetsbarometer är detta att jämföra med att 74 procent av arbetarmännen har tillsvidareanställningar. Bland tjänstemän är förhållandet mellan könen något mer jämförda, där 71 procent av kvinnorna och 85 procent av männen har tillsvidareanställningar.



Sammanfattning

Denna rapport belyser hur pappor, särskilt de som är nyanlända eller relativt nya i Sverige, kan stärkas i sin föräldraroll för att nå ett mer jämställt föräldraskap. Anna Sarkadi, professor i socialmedicin, framhäver att pappors närvaro är avgörande för barnens utveckling och betonar vikten av riktade samhällsinsatser, såsom anpassad kommunikation från BVC och fler stödjande sammanhang för pappor.

För att minska den ekonomiska ojämlikheten mellan kvinnor och män krävs ett delat ansvar för barn och hushåll. Studier visar att den så kallade moderskapsbesträffningen drabbar kvinnor ekonomiskt, något som kan motverkas om fler pappor tar ut föräldraledighet och vab. Genom förebilder och stöd kan pappor inspireras att delta mer i sina barns liv, vilket bidrar till jämställdhet och stärker familjerektionerna.

Pappor som James, Volodymyr, Nori och Angello, alla relativt nya i Sverige, delar sina erfarenheter och de normer de växt upp med, där pappans roll ofta handlat om försörjning snarare än närvaro. De är alla första generationen närva-

rande pappor, och stöd från andra pappor genom pappaträffar är avgörande. James, som kommer från Sydsudan, berättar om hur han och hans fru valt att dela på ansvaret för barn och hushåll, medan Volodymyr från Ukraina, som varit med på många av Svenska med babys pappaträffar, berättar hur pappor påverkas positivt av att träffa andra pappor. Båda vill bryta med traditionella normer för att ge sina barn en trygg uppväxt.

Flera pappor betonar behovet av praktisk information och stöd i föräldraskapet. Nori från Afghanistan berättar hur pappaverksamheten hos Svenska med baby har erbjudit honom ett tryggt forum för att dela sina frågor och lära sig mer om barn och föräldrafrågor. Angello, som kom hit från Colombia, uppskattar möjligheten att diskutera utmaningar kring föräldraskap och integration.

När föräldrar är inkluderade och har en trygg livssituation finns helt andra förutsättningar att vara närvarande, goda föräldrar. Pappor som är nya i landet berättar hur de "börjar från noll" vid ankomst till Sverige. Detta gäller särskilt vid



När föräldrar är inkluderade och har en trygg livssituation finns helt andra förutsättningar att vara närvarande, goda föräldrar.”

ofrivillig migration såsom för asylsökande och flyktingar, som för till exempel Nori, James och Volodymyr. Att etablera sig i Sverige och komma in i samhället är oerhört utmanande på många vis.

Allt offentligt föräldrastöd som erbjuds föräldrar i vårt land både utförs och nyttjas främst av kvinnor. Trots att föräldrastödet också vänder sig till pappor är det svårt att få pappor att delta, och det gäller i synnerhet utrikes födda pappor.

Svenska med babys pappaverksamhet, som görs i nära samverkan med kommunen, främjar både det jämställda föräldraskapet och utrikes födda pappors inkludering i det svenska samhället. Vår erfarenhet är att pappor vill vara mer närvarande

och viktiga föräldrar, och förändring mot ett mer jämställt föräldraskap är möjligt. Den främsta metoden handlar om att engagera pappor med olika bakgrund som tillsammans med sina små barn leker, lär känna varandra, lär och utbyter erfarenheter om föräldraskapsfrågor. Det bästa sättet att nå och engagera pappor i föräldraskapsfrågor, och i synnerhet pappor som är nya i Sverige, är via andra pappor. Därför arbetar vi med lokala 'pappaambassadörer' som når ut, engagerar och inspirerar andra pappor.

Tillsammans med papporna och med kommunens insatser tar vi steg för steg mot ett mer jämställt och hållbart föräldraskap, med de bästa förutsättningar för alla.





KONTAKTA OSS

Svenska med baby
Bagarmossens folkets hus
Lillåvgen 44
128 45 Bagarmossen

www.svenskamedbaby.se
mail@svenskamedbaby.se

Följ oss på sociala medier!

