

## Våra fokusområden

### Stödjande verksamhet:

att stödja, coacha, ge tips och hjälpa medlemmar med att bearbeta personliga känslor tillhör vårt dagliga arbete.

### Påverkan:

genom att ge förslag och argumentera för det vi menar är "Barns Bästa" vill vi påverka lagar och arbetsmetoder inom rättsväsen och socialtjänst.

### Opinionsbildande:

vi vill påverka samhällets uppfattning och agerande kring vårdnadstvister genom att belysa politiska frågor och bidra med vårt kunnande i samhällsdebatten.

### Jämställt samhälle:

samhället strävar efter att bli mer jämställt, detta ska tillämpas både i offentlig och privat verksamhet. Jämställdhet inom familjefrågor går långsamt och speglar inte samhällets övriga strävan om att bli jämställt.

### Fördomar:

att motarbeta fördomar är en näst intill ogripbar uppgift. Fördomar lever ofta kvar p.g.a. bristfällig eller felaktig information. I många fall är det också en attitydfråga.

### Informera:

att ständigt informera, göra samhället uppmärksam på hur en vårdnadsprocess fungerar och påvisa vilka för- och nackdelar som finns anser vi vara en förutsättning för att vidareutveckla vårt samhälle.

### Statistik:

vi sammanställer information från olika myndigheter i Sverige, vi genomför också egna undersökningar. Statistik är en viktig pusselbit i arbetet med att förändra vårdnadsprocesserna.

## Besök våra lokalgrupper

Som medlem för du kontakt med den lokalgrupp som finns närmast dig. Det ger dig som medlem möjlighet att möta andra personer i liknande situation. Här delar vi erfarenheter, ger tips, stödjer, coachar och mycket mer.



## Läs mer på vår hemsida

På [www.pappabarn.se](http://www.pappabarn.se) har vi samlat all den kunskap vi genom åren samlat på oss. Här finns personliga artiklar, fakta, statistik och råd till separerade föräldrar.

Här finns också kontaktuppgifter till PappaBarn, våra lokalgrupper och till nyckelpersoner.

## Föreningen PappaBarn

Kontakt: [info@pappabarn.se](mailto:info@pappabarn.se)  
Plusgiro: 457641-9  
Org.nr: 802435-9161  
SWISH: 123 666 06 82

[www.pappabarn.se](http://www.pappabarn.se)  
[www.facebook.com/PappaBarn.se](https://www.facebook.com/PappaBarn.se)

# PAPPA BARN

Förening för mammor, pappor och anhöriga

## Barns rätt till båda sina föräldrar

Vi stödjer föräldrar och nära anhöriga som berörs av en vårdnadstvist. Är du mitt uppe i den, har du precis avslutat en eller var det flera år sedan du träffade dina barn?

Varje år berörs 60 000 barn av föräldrars separation, alldeles för många barn får inte möjligheten att växa upp med en nära och god relation till båda sina föräldrar. De rycks bort från den ena föräldern på ett eller annat sätt.

Vi har sedan 2006 försökt att påverka samhället genom att informera och driva opinion. Vi vill att politiker, socialtjänst och rättsväsen ska hantera vårdnadsfrågor på ett för barnen bästa möjliga sätt. Vi vill också arbeta för en jämställd syn på föräldraskapet.



## Separation och vårdnadstvist

Om båda föräldrarna är vårdnadshavare och en av dem vill att vårdnad, boende eller umgänge ska ändras, kan en vårdnadsprocess i domstol inledas. Vår rekommendation är att kontakta familjerätten i din kommun och be dem skriva avtal om vårdnad, boende eller umgänge.

Tyvärr finns det brister i dagens sätt att hantera vårdnadstvister inom rättsväsen och socialtjänst. Vi medverkar därför till att påverka lagstiftningen, stödjer kompetensutveckling och vill att det arbetas fram bättre verktyg så att det blir mer naturligt att undvika en rättslig process.



## Att undvika konflikt

Vi vet att det inte alltid är helt lätt att undvika konflikt i en vårdnadstvist. Det man vet är att ju mindre konflikten är desto bättre kommer barnen att må, detta gäller även föräldrarna. Att tala illa om och smutskasta den andra föräldern eller att påverka barnen att tycka illa om den andra föräldern är direkt olämpligt.

**Tyvärr förstår inte alla föräldrar detta!**

## Föräldrapåverkan

Det händer alltför ofta att en förälder medvetet eller omedvetet negativt påverkar barnets inställning till den andra föräldern och att barn säger sådant som de tror den ena eller båda föräldrarna önskar eller förväntar sig.

Vi möter ofta föräldrar som berättar att den andra föräldern använt föräldrapåverkan som en mekanism för att nå framgång i en vårdnadstvist eller att efter en dom avgjorts förskjutit den andra föräldern bort från ett barn.

Det finns i dag omfattande forskning inom olika områden som sammantaget visar att barn, på olika sätt, skadas då de avskiljs från en eller båda sina föräldrar.

Föräldrapåverkan är att medvetet eller omedvetet främmandegöra den andra föräldern genom att skapa främlingskap mellan ett barn och en av föräldrarna. Föräldrapåverkan kan användas som en metod att få, eller behålla, vårdnad om barn och att förhindra att den andra föräldern har inflytande över ett barn. Främlingskapet utvidgas också ofta till den drabbade föräldrarnas familj och vänner.

Att försätta ett barn i en sådan situation kan vara direkt skadligt för ett barn, Vi menar att det är en form av psykisk misshandel och kallar det barnförstörelse.

## Första hjälpen

Vi har tagit fram Första hjälpen, en guide för dig som snabbt vill känna stöd, lära dig mer om vårdnadstvister och få tips på hur du kan hantera dessa. Läs mer på vår hemsida.

## Jämställdhet

Vi anser att familjepolitiken inte är jämställd, på flera områden arbetar samhället att förbättra detta.

- Vi tycker att det går alldeles för långsamt!

Vi anser att det krävs fler åtgärder och punktinsatser för att påskynda utvecklingen. Vi ser tydligt hur föräldrar diskrimineras utifrån ett genusperspektiv, det finns fördomar om föräldrars lämplighet och förmåga att ta hand om barn.

## Lite tips...

- Se den andra föräldern som en tillgång för dig själv och ditt barn. Barnet behöver båda sina föräldrar.
- Undvik anklagelser och skuldbeläggande ord mot andra föräldern.
- Tala aldrig negativt om den andra föräldern inför ett barn. Tänk på att barn även läser av kroppsspråk.
- Be inte barnet agera budbärare mellan dig och den andra föräldern.
- Stör inte barnet när det är hos den andra föräldern. Lagom telefonkontakt är max en gång per vecka. Men låt barnet ringa om det vill.
- Låt varje hushåll ha sina egna regler.
- Använd inte barnet som en bundsförvant eller en som kan ge dig emotionellt stöd.
- Visa glädje inför barnets umgänge med den andra föräldern.