

# En Liten bok om konsten att vara pappa

Natur & Kultur 1995. Vid köp från Symbolon: 150 kr.

Boken handlar om fadern, barnet och de heliga banden - om papparoll och faderskap för de nya männen, de som ska vara pappor på 2000-talet. De vill vara goda fäder. Men de vet ofta inte hur de ska bära sig åt, för de saknar egna goda förebilder. Det handlar om den förändrade mansrollen, om den oersätliga pappan, om barnkunskap för fäder, om en pappas viktigaste uppgifter, om pappan som mentor - kort sagt om fadern som vägvisare i livet.

En ny rörelse håller på att växa fram i det västerländska samhället: Fadern är på väg hem. Redan på sjuttioalet försökte kvinnorna få hem männen men då talade de också om för männen VAD de skulle göra i hemmet och HUR de skulle göra detta. Det var väl nödvändigt eftersom männen inte visste så mycket om detta och heller inte var intresserade. Det nya är nu att männen tar sig hem av egen kraft och med egna åsikter om vad han vill göra där.

Men det saknas bra modeller för hur denna nya fader och make skall vara, istället ser vi ett sökande efter något helt nytt. Det är något mycket mer än att bara vara maskulin. Vi är dåligt förberedda för rollen. Det är inget vi män talar så mycket med varann om, i varje fall inte förrän något går snett. Då (om) vi gör det, har vi inget språk, inga begrepp att formulera det som hänt oss. Den enda modell vi har är vår egen fader, om vi har tur var han en bra modell som vi med vissa justeringar kan skapa en egen roll av men ofta har fadern varit frånvarande och haft ett sätt att vara som dagens unga män har svårt att identifiera sig med.

Denna bok bygger på alla diskussioner i de senaste årens mansgrupper som jag deltagit i och ibland varit ledare för, från erfarenheter från min egen far, från kontakten med mina egna barn som nu är 23 och 24 år men inte minst från alla tusentals terapitimmar där mina klienter berättat om sina fäder, vad de gjort och vad inte gjort och hur detta påverkat dem. Jag har försökt kasta ljus över många av de frågor som ofta diskuteras i

mansgrupperna och jag har försökt formulera materialet på ett sätt som gör det lättillgängligt för "vanliga män", det vill säga män som normalt inte läser böcker om psykologi och om relationer mellan människor.

Åke Högberg är leg. psykolog, leg psykoterapeut och författare. Hans senaste bok hette Det vilda i mannen, Natur & Kultur 1992. Han har även skrit om sagor, myter symboler samt om existentiella frågor.

Han föreläser och undervisar ofta om mans och fadersrollen, på BUP mottagningar, på konferenser och temadagar om män, m.m.

#### UR BOKENS INLEDNING

Att vara pappa är något mycket mer än att bara vara maskulin.

Mycket av vår manliga träning under uppväxtåren handlar om att komma bort från mammans och andra kvinnors inflytande och hitta vår maskulina roll, att skaffa oss status i förhållande till kompisar genom att göra många mål, pissa långt, hoppa från höga höjder, ha de rätta jeansen eller vad det nu är som värderas högt hos dem som jag värderar högt. När vi blir äldre är det andra saker som tar över, som att vara en bra yrkesman, tjäna mycket pengar och ha makt och inflytande.

Dessa erfarenheter är inte till mycket hjälp när vi en dag står där och har en familj. Att uppvakta och vinna en kvinna är dessutom något helt annat än att leva med henne. Vi är dåligt förberedda för rollen att vara make och pappa. Det är inget vi män talar så mycket med varann om, i varje fall inte förrän något går snett. Då (om) vi gör det har vi inget språk för det, inga begrepp att formulera det som hänt oss. Den enda modell vi har är vår egen pappa. Om vi har tur var han en bra modell utifrån vilken vi med vissa justeringar kan skapa en egen roll. Men ofta har fadern antingen varit frånvarande eller visat upp ett sätt att vara som dagens unga män har svårt att identifiera sig med.

Den här boken bygger på erfarenheter från min egen pappa, från kontakten med mina egna barn som nu är 22 och 23 år, men framför allt från alla tusentals terapitimmar där mina klienter berättat om sina pappor, vad de gjort och vad inte gjort och hur detta påverkat dem.

- Han var alltid så trevlig och vänlig - mot andra. Mig skällde han alltid på.

- En gång när mamma var på sjukhus var jag ensam med pappa i tre dagar, bara han och jag. Det var som att vi såg varann för första gången i livet. Jag glömmer det aldrig. Sen kom mamma hem igen.

Hur många gånger har jag inte under terapitimmarna tänkt om alla dessa pappor: "Varför fattar de inte vad hur viktiga de är! Hur enkelt vore det inte om de bara...."

Därför har jag skrivit denna bok.