

"Vi måste få bort bilden av att om att killar ses som svaga när de visar känslor. Det kan bli riktigt illa och kan leda till hemska saker. (...) Jag tycker även att vi borde få bort bilden att tjejer är lugna och lydiga"

1. Inledning

Mot bakgrund av att Shanti Ingeström, utredare vid Barnombudsmannen, har utsetts till expert i jämställdhetsutredningen har Barnombudsmannen, på eget initiativ men i samråd med utredningen, genomfört tre workshops med barn och unga. Syftet med dessa har varit att fånga barns tankar om jämställdhet i vardagen, utifrån de fem första jämställdhetspolitiska delmålen: **makt och inflytande, ekonomi, utbildning, hem och omsorg samt hälsa.**

Genom workshoparna har Barnombudsmannen velat bidra med barns perspektiv till utredningens arbete och säkerställa att barns röster beaktas i frågor som rör deras liv och framtid.

2. Genomförande

Barnombudsmannen genomförde, i samråd med jämställdhetsutredningen, tre workshops under oktober 2025 med sammanlagt cirka 25 barn och unga i åldrarna 12–18 år. Två av grupperna deltog vid särskilda ungdomshem inom Statens institutionsstyrelse (SiS), och en grupp deltog på en fritidsgård i en storstadsförort.

Workshopen utgick från en metod med tre moment. Det första momentet bestod av en introduktion och värderingsövningar, där barnen fick reflektera över vad jämställdhet betyder för dem och hur synen på jämställdhet kan förändras över tid. Det andra momentet utgjordes av tematiska samtal utifrån de fem första jämställdhetspolitiska delmålen, med anknytning till exempel från barnens egen vardag. Det tredje momentet, som endast genomfördes med gruppen på fritidsgården då denna grupp hade mer tid, bestod av kreativa övningar där barnen genom att rita och skriva uttryckte sina tankar om jämställdhet.

Samtliga barn informerades om syftet med workshopen, om anonymitet och om att deltagandet var frivilligt och när som helst kunde avbrytas.

3. Sammanställning av barns röster

I början av samtalen hade många barn svårt att förklara vad "jämställdhet" betyder. Flera sa spontant att de upplever att Sverige redan är jämställt och att flickor och pojkar behandlas lika. De yngre barnen kopplade främst ojämställdhet till andra länder, särskilt sådana länder de förknippade med diktaturer eller brist på demokrati, och såg inte direkt kopplingen till sin egen vardag i Sverige. Ingen av barnen Barnombudsmannen träffade i uppdraget kände till att Sverige har jämställdhetspolitiska mål.

När vi sedan pratade fördjupat om de fem första jämställdhetspolitiska delmålen gav barnen en mer nyanserad bild. De beskrev konkreta situationer i skolan, hemma, på fritiden och i relationer där kön har betydelse och där de upplever skillnader i bemötande, ansvar och möjligheter. Genom både samtalen och de kreativa övningarna blev det tydligt att barnens erfarenheter skiljer sig åt och att vardagen innehåller fler ojämlikheter än de först tänkt på.

Alla citat från barnen – både från samtalen och från de kreativa övningarna – återges kursiverade i texten.

3.1 Makt och inflytande

I samtalen beskrev barn och unga att normer kring kön påverkar hur mycket utrymme de får, både i skolan och i samhället i stort. Flera reflekterade över att män uppfattas som mer betydelsefulla i vissa andra länder. Denna jämförelse användes som en kontrast till deras egen vardag, även om barnen senare identifierade ojämlikheter även i Sverige.

"I vissa länder känns det som att män är viktigare, och det är ofta de länderna som har diktatur istället för demokrati". (Kille)

I skolan beskriver barnen att lärarnas uppmärksamhet inte alltid fördelas jämlikt. Flickor upplever att de ofta blir förbisedda i situationer där lärare fokuserar på elever som stör, något som en pojke uttryckte som att

"Tjejerna är osynliga för läraren när de tittar efter dom som gör bus eller stör." (Tjej)
"Lärarna glazar tjejer... och killar ses som stökiga." (Kille)

Samtidigt beskriver pojkar att de lättare betraktas som stökiga och därmed får mer negativ uppmärksamhet, vilket några formulerade som att lärarna *"glazar tjejer"* medan pojkar snabbt klassas som de som stör. I barnens collage återkom samma tema. De skrev att tjejer får mindre uppmärksamhet i skolan och att killar får mer skäll. Tillsammans ger deras beskrivningar en bild av att könsnormer påverkar barns faktiska utrymme att uttrycka sig, bli lyssnade på och påverka sin omgivning – både i relation till vuxna och i samspelet mellan barn.

3.2 Ekonomisk jämställdhet

I samtalen beskrev barnen hur normer om arbete och ansvar i hemmet påverkar deras bild av ekonomi och yrkesliv. Många återgav föreställningen att vissa yrken *"bara kan utföras av"* kvinnor och andra *"bara av"* män. Förskollärare och sjuksköterska nämndes som typiska *"kvinnoyrken"*, medan brandman och byggarbetare uppfattades som *"mansyrken"*. Framför allt pojkar uttryckte att män ofta har de *"svårare jobben"*, något de såg som en förklaring till varför vissa yrken anses mer prestigefyllda eller bättre betalda.

Samtidigt reflekterade flera barn över att dessa uppfattningar inte känns självklara. De beskrev dem som något de lärt sig snarare än något de själva egentligen tror på. En av dem uttryckte det som att *"vi har lärt oss att det är så... men vi fattar egentligen inte varför man ska tänka så."* När vi samtalade vidare om vad som definierar ett *"svårt"* jobb problematiserade flera flickor idén. De pekade på att sådant arbete som förväntas av kvinnor – till exempel att ta hand om barn – kan vara minst lika krävande. I deras collage formulerade några detta tydligt genom att ifrågasätta varför omsorgsarbete inte värderas på samma sätt som fysiskt tungt arbete. Både killar och tjejer uttryckte att tjejer oftast får sitt första jobb lättare än killar för att vuxna förväntar sig att tjejer ska vara bättre på att passa tider och ta mer ansvar än killar.

Barnens collage gav uttryck för både ifrågasättande och förhoppningar. En flicka berättade att hon vill arbeta med dataspelsutveckling, ett område hon kopplade till att i dag domineras av män. En pojke sa i en övning – där barnen ombads fundera över om deras möjligheter och drömmar skulle se annorlunda ut om de haft det motsatta könet – att han hoppades att han, även som tjej, skulle kunna bli fotbollsproffs. Dessa beskrivningar visar att barnen både känner av könsnormer och samtidigt hoppas att deras intressen och mål ska vara möjliga oavsett kön.

Tillsammans visar barnens berättelser att ekonomisk jämställdhet inte enbart handlar om formella möjligheter, utan om de normer som tidigt formar barns uppfattningar om arbete, värde och framtid. Samtidigt visar deras resonemang att barn aktivt ifrågasätter dessa normer när de får möjlighet att reflektera. De uttrycker en önskan om att yrkesval och framtidsdrömmar ska vara öppna för alla barn, och att svårighetsgrad, status och lön inte ska kopplas till kön utan till arbetsuppgifternas verkliga innehåll.

3.3 Jämställd utbildning

Barnen beskriver att elever bemöts olika i skolan beroende på kön, särskilt när det gäller ordningsfrågor och lärarnas uppmärksamhet. Flera pojkar upplever att de oftare betraktas som störande, vilket en av dem uttryckte som att *"lärarna ser killarna som stör, så tjejerna blir typ osynliga."* Flickor beskriver i sin tur att de ibland får mer stöd av lärarna, medan pojkar oftare får tillsägelser eller uppmärksammas först när något gått fel.

Barnen resonerar också kring en upplevd skillnad mellan prestation och resultat. De uppfattar att flickor i högre grad får bra betyg, men att det ändå är pojkar som oftare når högre positioner i arbetslivet senare i livet. Resonemangen visar att barn reflekterar över hur könsnormer fortsätter att påverka möjligheter och förväntningar långt efter skolåren, och att skolan inte alltid upplevs som en arena där flickor och pojkar ges samma utrymme eller bemötande.

3.4 Hem och omsorg

I samtalen beskrev barnen att arbetet i hemmet ofta fördelas olika mellan flickor och pojkar. Flera uttryckte att flickor förväntas ta ett större ansvar för omsorg och praktiska sysslor. En tjej sammanfattade det som att *"systrarna gör mer hemma, så är det bara"*. Barnen gav exempel på att flickor ofta lagar mat, städar och tar hand om småsyskon, medan pojkar oftare får mindre tidskrävande uppgifter, som att gå ut med soporna.

Barnen reflekterade också över hur föräldrar bidrar till att förstärka dessa roller. Några beskrev att mammor gör större delen av det vardagliga arbetet i hemmet, medan pappor i högre grad kopplas till uppgifter som att sätta upp skåp eller köra bil. Dessa iakttagelser stämmer överens med vad barnen uttryckte i sina collage, där de bland annat skrev att *"tjejer gör mer hemma – killar gör det lätta"* och att *"tjejers jobb tar längre tid"*.

Tillsammans visar barnens berättelser att normerna för vem som ansvarar för hem och omsorg fortfarande påverkar deras egen vardag. Deras resonemang pekar också på att dessa skillnader inte bara handlar om praktiska uppgifter, utan om hur tid, ansvar och förväntningar fördelas mellan barn beroende på kön.

3.5 Hälsa

I samtalen återkom barnen ofta till hur normer kring känslor påverkar dem i vardagen. Många beskrev att pojkar förväntas vara mer återhållsamma med sina känslor och att det är mindre accepterat för dem att visa sorg eller sårbarhet. En av deltagarna uttryckte detta som att *"det är mer vanligt att killar inte gråter"*, och flera berättade att pojkar riskerar att bli retade om de visar känslor – *"man kallar dem tjejer om de gråter."*

Barnen kopplade dessa normer direkt till pojkars mående och till deras benägenhet att inte söka hjälp när de behöver det. Några uttryckte i sina collage att de önskar att pojkar skulle få visa känslor utan att det ifrågasätts, med formuleringar som *"låt killar visa känslor"* och *"det är jobbigt att spela tuff."* Deras reflektioner visar att känslonormer inte bara påverkar hur barn

agerar i sociala sammanhang, utan även deras möjlighet att må bra och att söka stöd vid behov.

Barnens berättelser ger därmed en tydlig bild av hur hälsa och jämställdhet hänger samman, och hur förväntningar på kön kan skapa hinder för barns psykiska välbefinnande.

4. Skillnader mellan grupper

I de tre workshoparna framkom tydliga skillnader mellan grupperna, både i hur barnen närmade sig samtalen och vilka frågor de valde att fördjupa sig i. Ungdomarna på SiS var generellt äldre och hade inte känt varandra lika länge, vilket påverkade dynamiken och vad de ville prata om. Flera av dem uttryckte att jämställdhetsmålen var svåra att relatera till och beskrev dem som mindre intressanta. För dessa ungdomar blev samtalen i högre grad inriktade på normer mellan ungdomar – till exempel om status, könsuttryck och rykten – snarare än på de formella jämställdhetspolitiska delmålen. De betonade att jämställdhet i praktiken borde handla om att alla ska kunna välja fritt oavsett kön, snarare än att diskutera målformuleringar som de uppfattade som abstrakta.

Barnen på fritidsgården var yngre och hade känt varandra i många år, vilket bidrog till en annan trygghet i gruppen. Denna grupp visade större vilja att prata utifrån jämställdhetsmålen och förde mer fördjupade resonemang om hur målen märks i vardagen. De problematiserade skillnader mellan flickor och pojkar i större utsträckning än ungdomarna på SiS och gav fler konkreta exempel från skolan, hemmet och fritiden. Det kan också ha påverkat att fritidsgårdsgruppen hade längre workshopstid och kunde genomföra både samtal och kreativa övningar.

Trots skillnaderna mellan grupperna fanns flera gemensamma teman. Ett återkommande ämne handlade om könsuttryck och identitet. Barnen beskrev starka normer kring kläder och färger och att pojkar riskerar större social bestraffning om de bryter mot dessa normer. En deltagare uttryckte att *"du kommer få hat av allmänheten"* om en pojke bär kläder som uppfattas som feminina, och en annan konstaterade att *"blått är för killar och rosa för tjejer."*

Relationer och rykten var ett annat område där barnen upplevde tydliga ojämlikheter. De beskrev hur flickor ofta värderas hårdare och utsätts för negativa omdömen, medan pojkar tillskrivs status i samma situationer. En av dem sammanfattade detta genom att säga att *"om en tjej gör slut och blir ihop med en ny, då kallas hon 'hora'. Om en kille gör det är han 'player'."*

Tillsammans visar gruppskillnaderna att erfarenheter av jämställdhet påverkas av både ålder, miljö och gruppdynamik. Samtidigt framträder gemensamma mönster kring hur normer formar barns och ungas vardag, oavsett kontext.

5. Barnens budskap till utredningen

I grupperna formulerade barnen budskap som de ville föra vidare till utredningen. Ett återkommande tema var vikten av att vuxna lyssnar på barn innan beslut fattas. Flera uttryckte att de ofta upplever att beslut om deras vardag tas utan att de tillfrågas, och att barnperspektivet därför inte alltid kommer fram.

Barnen betonade också betydelsen av att känslor får uttryckas oavsett kön. De menade att pojkar behöver få visa känslor utan att mötas av skam eller ifrågasättande, och att detta är en viktig del av att skapa bättre förutsättningar för ungas psykiska hälsa. Men också att tjejer ska få förväntas sätta gränser och säga ifrån.

Ett tredje budskap handlade om rättvisa möjligheter. Barnen beskrev att jämställdhet inte bara handlar om bemötande utan också om ekonomi, resurser och framtida chanser i livet. De lyfte att alla barn, oavsett kön, ska ha samma möjligheter att utvecklas, välja yrke och påverka sin framtid.

Tillsammans uttrycker barnens budskap en tydlig önskan om att jämställdhet ska innebära frihet, lyhördhet och reella möjligheter – både i barndomen och i det framtida livet.

6. Avslutande analys – barnrättsligt perspektiv på normer, kultur och förändring

Barnens berättelser visar att jämställdhet påverkar många delar av deras liv: skolan, hemmet, relationer, fritiden och deras framtidsval. Normerna som formar deras vardag är ofta subtila, men barnen känner tydligt av dem. Flera uttrycker samtidigt en vilja att förändra dessa mönster, och en av dem sammanfattade detta med att *”jämställdhet borde betyda att man kan välja vad man vill oavsett kön.”*

Utifrån barnkonventionen berör barnens erfarenheter flera artiklar. Artikel 12, rätten att komma till tals, utmanas när flickor beskriver sig som osynliggjorda i skolan och när pojkar främst bemöts genom tillsägelser. Artikel 2 om icke-diskriminering aktualiseras när barn beskriver att vuxnas förväntningar och bemötande skiljer sig beroende på kön. Artikel 6 och 29 berörs när barn begränsar sina framtidsdrömmar utifrån stereotyper snarare än egna intressen. Och i hemmet påverkas artikel 31 om lek och vila när flickors sysslor tar mer tid och ansvar än pojkars. När pojkar inte ”får” visa känslor begränsas både artikel 13 om uttrycksfrihet och artikel 24 om psykisk hälsa.

En central svårighet som framkommit, anser Barnombudsmannen, är att barnen inte känner till att Sverige har jämställdhetspolitiska mål. Utan kunskap om sina rättigheter och om samhällets mål blir det svårt för barn att vara normkritiska och att förstå varför jämställdhet är viktigt här och nu – inte bara i ”andra länder” eller något som hände för länge sedan. Barnkonventionen förutsätter att barn får information, och detta gäller även jämställdhet.

Barnens resonemang visar också att normer formas av många faktorer: familj, skola, media, influencers och kontakter med andra länder. Det gör normförändring mer komplex i dag än tidigare. Samtidigt beskriver barnen jämställdhet som något som kanske tas mer för givet i deras generation än i tidigare generationer. Strävan efter rättvisa ser annorlunda ut i dag än på 1950-talet – men frågan är om vi verkligen är så långt ifrån dåtidens samhällsstrukturer som vi tror. Flera av barnens berättelser om könsroller, ansvar i hemmet och bemötande i skolan kan påminna om ett samhälle med mer traditionella könsnormer.

Därför behöver dagens jämställdhetspolitik inte bara kommuniceras bättre till barn och unga – den behöver också moderniseras. Indikatorer och målformuleringar behöver spegla dagens samhälle, där normer upprätthålls både offline och online, och där påverkan från andra kulturer och sociala medier är stark. Barnens röster visar att jämställdhet behöver vara både mer känt och mer konkret, och att arbetet måste utgå från barns rättigheter och deras faktiska vardag.

Barnens berättelser tydliggör att normer kan förändras, men bara om de synliggörs. Och det är först när barns perspektiv tas på allvar, och när barn ges inflytande även i jämställdhetsfrågor, som en hållbar och långsiktig förändring blir möjlig.

