

Fred med forældrene

Alle familier oplever konflikter i større eller mindre grad, det er bare ikke ret ofte, familier taler om det. En meget vedkommende bog gør op med forestillinger, vi alle bærer rundt på.

Man kan godt skabe fred med sin familie, selv om byggestenene til en afbalanceret forældre-/barn-relation har været præget af hulhed bag den pudsede facade. Det forsøger journalist Katrine Krebs og psykolog Camilla Carlsen Bechsgaard at beskrive i deres bog "FamilieFred med dine forældre".

Bogens består af to dele: Første del er det teoretiske fundament, der henvender sig til såvel professionelle som til andre læsere. Anden del er fire fortællinger fra voksne med komplicerede relationer til deres forældre.

I den første del af bogen beskriver psykologen eksempler på tilknytningsmønstre i barndommen. Efterfølgende beskrives det blandt andet, hvordan løsrivelsesprocesser foregår på baggrund af tilknytning, hvordan barndommens sår kan heles og man kan finde fred med de forældre, man nu engang har.

Bogens teoretiske del er knyttet an til de fire fortællinger, således at de teoretiske gennemgange eksemplificeres med udpluk fra fortællingerne. Læseren præsenteres for praktiske redskaber til både at forstå og tackle egne problemstillinger i forældrerelationer – blandt andet gennem muligheden for accept af fortiden for ikke at hænge fast, men i stedet komme i gang med fremtiden.

Bogens faglige del forklarer i et lettilgængeligt sprog, hvordan teori og praksis hænger sammen og giver læseren mulighed for at danne egne hypoteser om sammenhængen mellem netop hans eller hendes egen familiebaggrund og nuværende problemstillinger.

Bogens ærinde

Det er bogens anden del, der er det centrale element, og som er med til at gøre bogen meget vedkommende. Her præsenteres vi for fire meget forskellige fortællinger, der er fortalt til journalist

Katrine Krebs og skrevet i dramatiserende form. De gribende fortællinger illustrerer, hvordan man gennem komplicerede forældre-/barn-relationer kan få meget problematiske forhold til sine forældre som voksen. I nogle historier kommer det til brud, og i andre forsøger de "voksne børn" at finde en vej til kommunikation og samvær med forældrene.

Fælles for de fire historier er, at fortællingernes ærinde ikke nødvendigvis er at analysere og forstå hele baggrunden for problemets opståen. De er i høj grad beskrivelser af det oplevede, i nogle tilfælde kun vage fornemmelser af, at noget var helt skævt eller anderledes trods en tilsyneladende ydre "normalitet".

Bogen har fat i et aktuelt tema, som vi alle er optagede af, og som tager afsæt i en svær balancegang, der ikke alene griber ind i udviklingspsykologien, tilknytningsteorier, men også det narrative og den enkeltes oplevelse af det, der var. Den forsøger ikke at vurdere, hvad der er "rigtigt og forkert" eller afgrænse den "gode nok barndom". Dens ærinde er snarere at give læseren mulighed for selv at revurdere familierelationer og inspirere til måder at komme videre på.

Jeg vil varmt anbefale bogen til klinikere og ikke mindst til deres klienter. Den har stor nytteværdi i forhold til alle, der ønsker at blive klogere på forældre-/barn-relationer set i lyset af den direkte sammenligningsværdi med de fire historier, der knyttes sammen med teorien. Man bliver klogere på sine egne relationer, men også på det komplicerede samspil mellem barn og forældre. Et meget vedkommende emne i en tid, hvor der er fokus på individualisme og frigørelse, men hvor vi også samtidig kredser om at forstå og holde fast i vores familiære ophav. ■

Lene Hougaard Jensen



BOGDATA

Camilla Carlsen Bechsgaard & Katrine Krebs: "FamilieFred med dine forældre", Dansk Psykologisk Forlag, 2012. 257 sider. 278 kr.