

Fred i familien

Ny bog tager fat i et tabubelagt emne: at nogle forældre er i årelange konflikter med deres voksne børn. Hvad er det for konflikter, der skiller generationerne, og hvad stiller man op?

Bogen "Familiefred med dine voksne børn" er andet bind i serien "Familiefred"

Journalist Katrine Krebs har i anden del fortsat sit samarbejde med psykolog Camilla Carlsen Bechsgaard, der har specialiseret sig i familierelationer. Derudover er bind 2 udvidet med samtaler med fremtrædende personligheder med fokus på familiens rolle for den enkelte.

I forordet løfter Katrine Krebs sløret for det, man må formode har været med til at motivere hende til at tage initiativ til serien: "Ufred har fyldt i min egen families historie på tværs af generationer (...) for mig er ufred lig med vrede, og den fortærer."

Forordet tager også hul på det budskab, der tematisk går igen fra seriens første bind: At det handler om at skabe fred med det, der er, og ikke nødvendigvis om at reparere brudte relationer eller få parterne til at opnå enighed.

At forfatteren allerede i forordet løfter en flig af personlige erfaringer med et tabubelagt emne, er med til at give læseren håb. Et håb om, at livet kan fortsætte i en bedre udgave af sig selv, hvis man vover at være villig til at slippe de meget negative følelser og oplevelser, der kan knyttes til en konflikt mellem forældre og deres voksne børn: Tab af kontakt, tab af respekt, skuffede forventninger og vrede.

Accept af situationen

Bogen rummer personlige beretninger fortalt til Katrine Krebs og med teori og tematisering af psykolog Camilla Bechgaard. Temaerne er: konfliktløsning, forældretyper, skilsmisse og stedforældre og psykisk sygdom og misbrug. Dertil kommer interview med en fremtidsforsker, en sociolog og en biskop, der hver især giver deres bud på, hvordan familiens struktur, betydning og værdier har ændret sig op igennem tiden.

Perspektivet tilfører projektet en dimension, der er med til at skabe sammenhæng mellem individet og de sammenhænge, det

indgår i. Dermed er en væsentlig pointe også, at det hverken er den enkeltes eller "samfundets skyld". Sammensurium af begivenheder og sammenhænge kan til dels være vanskelige for den enkelte, fordi de to generationer har forskellige måder at anskue familien på. Den moderne familie har ændret struktur, og dermed har værdigrundlaget måske også ændret sig. Det er et eksempel på, hvordan man kan forstå nogle af de smertefulde sammenstød, der sker mellem det voksne barn og dets forældre.

Dertil kommer psykologens ramme om fortællingerne: Camilla Bechgaards bidrag er både en forståelse af de mekanismer, der kan give grobund til konflikt, og konkrete anvisninger og gode råd, der henvender sig direkte til læseren og derfor også giver bogen en såkaldt redskabsdimension, der jo ofte efterspørges af klienten.

Samtidig understreges det, at man ikke kommer langt med at lave andre mennesker om, men at man i stedet må finde en måde at slutte fred med de svære følelser på. Der findes også i bogen konkrete anvisninger til, hvordan man kan arbejde med forsoning, og på, hvordan man kan acceptere situationen, når der ikke er håb om forsoning.

En pointe er, at man gennem fuldstændig accept af situationen får mulighed for at slippe vanskelige følelser, der vedligeholder konflikten. Således pointerer bogen, at den enkeltes problem ikke nødvendigvis skal løses eller retfærdiggøres, men at man gennem accept af fortiden, får ny mulighed for at forholde sig anderledes til nutiden og fremtiden og ikke "hænge fast". 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. ■

Lene Hougaard Jensen



BOGDATA

Katrine Krebs & Camilla Carlsen Bechsgaard: "Familiefred med dine voksne børn". Dansk Psykologisk Forlag, 2015. 219 sider. 299 kr.