

Marie Brixtofte har skrevet en sjældent set fin, indfølelig og omsorgsfuld bog. Marie Brixtofte fortæller på modig og ærlig vis om sin egen opvækst, og om de reaktioner man kan slås med efterfølgende. Bogen sætter hurtigt gang i, overvejelser vi alle bør gøre os med jævne mellemrum; om de livsvilkår vi er blevet budt, om dem vi byder os selv og dem vi vil byde os selv og andre fremover. Marie Brixtofte formår på helt forunderlig vis at række helt ind i hjertekulen til både læseren selv som voksen, ens indre barn, og til hvad man ønsker selv at give videre – både som forælder, behandler og menneske til menneske.

Bogen er pakket med gode råd, modeller og begreber, der trækker på komplekse baggrundsteorier som tilknytningsteori og mentalisering, og de formidles på måder, som er brugbare og forståelige som forståelsesramme i arbejdet som psykolog med klienter i en klinisk hverdag. Begreber som bl.a. "hajmusik" er hurtigt blevet en del af mit repertoire, når jeg skal beskrive, de reaktioner mange klienter, der er "brændte børn", kritiserer sig selv for i deres nutidige relationer.

Vi får med bogen et nyt fælles sprog for de usynlige følelsesmæssige ar, man som menneske kan bære med sig på sjælen efter en opvækst med for andre at se usynlige svigt. Jeg oplever, at klienter tager bogen til sig, at det giver mening, og at bogen er med til at gøre skammen mindre og kærligheden til sig selv større.

Anmeldt af Maria Lund Kristensen, psykolog