

BOGUDGIVELSE

Få styr på familieproblemerne

Ny bog sætter problematiske forhold til forældre under lup. Faktuel viden om familiemønstre, hjælp til konflikthåndtering og sandfærdige fortællinger er kogt sammen til *FamilieFred med dine forældre*, der udkommer på Dansk Psykologisk Forlag den 3. oktober 2012 med forord af tv-værten Peter Ingemann.

„Målet med bogen har været at skabe selvhjælp til voksne mennesker, der ikke har en afklaret relation til deres forældre. Det er jo dem, jeg ligesom mange andre psykologer hver eneste dag møder i min praksis. Selv en 80-årig kan bære et såret barn inden i sig,“ fortæller psykolog Camilla Carlsen Bechsgaard, der er forfatter til bogens første del.

Familieforståelse er essensen af bogens psykologiske del, hvor læseren i lettilgængelig form får indsigt i familiedynamikker. Hovedfokus er de på overfladen helt almindelige familier, der er fyldt med uhensigtsmæssige mønstre. For de børn, der vokser op i dem, kan det give ar på sjælen, som præger voksenlivet. Læseren får en lang række praktiske redskaber til at forstå og tackle egne udfordringer samt relationen til sine forældre.

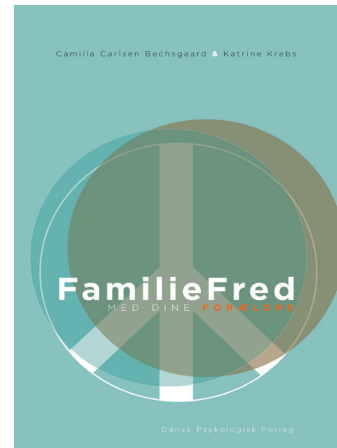
Familiefortællinger i bogens anden del er autentiske beretninger, hvor voksne gengiver konkrete oplevelser i både barndom, ungdom og voksenliv samt konsekvensen af dem. Det gør de i håbet om, at andre kan genkende følelser og opnå større selvforståelse.

„**Psykiske overgreb** i barndommen er sværere at definere, end fysiske er. Derfor er de også sværere at tro på som voksen – især hvis ens forældre husker alt anderledes. Derfor er det udelukkende de voksne børn, der får taletid her i første bog,“ forklarer forfatter Katrine Krebs, der står bag fortællingerne og det overordnede koncept.

Barndomsminder om forældres adfærd og betydningen både dengang og i dag kan virke umoderne at beskæftige sig med anno 2012, men bogen er bevidst ment som et modspil til tidens tendens til 'quick-fix' af livets kriser og udfordringer.

„**FamilieFred** gør op med tabuet om, at det er forkert at kritisere forældre. Hensigten er ikke at pege fingre men at skabe forståelse for at kunne skabe forandring. Vi tror ikke på, at barndommens sår kan heles uden tilbageblik. Men fremtiden ligger åben – og bliver forhåbentlig præget af familiefred,“ siger psykolog Camilla Carlsen Bechsgaard.

For yderlige information: FamilieFred.dk



FAMILIEFRED Med dine forældre

FORFATTERE Camilla Carlsen Bechsgaard og Katrine Krebs

PRIS 278 kroner inkl. moms (vejl.)

SIDER 264 sider

UDKOMMER 3. oktober 2012

KONTAKT

Salg- og marketingschef Susanne Handberg, tlf. 8880 2356 / sh@dpf.dk

Psykolog Camilla Carlsen Bechsgaard, tlf. 6013 3020 / camillabechsgaard@hotmail.com

Forfatter Katrine Krebs, tlf. 6166 4447 / kk@katrinekrebs.dk

Anmeldereksemplar kan rekvireres ved henvendelse på tlf. 4546 0050 eller mail info@dpf.dk