

Leva som föräldrar – ny bok om föräldraskap och parrelation i det mytomspunna familjebygget

Vad innebär föräldraskapet? Hur ser man till att parrelationen överlever när föräldrauppgifterna tar alltmer tid, och hur blir man ett föräldrateam? I sin nya bok *Leva som föräldrar* har familjeterapeuten *Madeleine Coccozza* skapat ett reflektionsverktyg så att föräldrar redan på ett tidigt stadium kan fundera över föräldraskapets olika delar. Hon gör också upp med de senaste årtiondenas myt om den lyckliga barnfamiljen som gör att det ställs orimliga krav på dagens föräldrar.

Madeleine Coccozza menar att föräldrar får mycket kunskap om hur deras barn ska skötas fysiskt, men mindre om de emotionella och relationella delarna av föräldraskapet. Med större öppenhet kring utmaningarna med föräldraskapet skulle fler våga prata öppet om det, ta råd av varandra och inte känna sig misslyckade för att de inte lever upp till myten.

I sin nya bok *Leva som föräldrar* presenterar hon de olika sammanhang som föräldraskapet formas i: föräldrarnas inre, föräldrateamet, familjebygget, relation till ursprungsfamiljerna och slutligen i relation till samhället.

Enligt SCB (Statistiska Centralbyrån, 2012) separerar var tredje svenskt par som har småbarn. Medelåldern på första barnet vid skilsmässan är fyra år och åtta månader.

– Par och föräldrar kommer till familjeterapeuterna när problem redan uppstått. Jag hoppas att min bok kan fungera som ett reflektionsverktyg i förebyggande syfte. Den ger föräldrar möjlighet att redan på ett tidigt stadium kunna reflektera, diskutera och utveckla sitt föräldrateam. Boken ger även föräldrar verktyg för att stärka familjebygget i sin helhet, säger *Madeleine Coccozza*, socionom, leg. psykoterapeut, med. dr, som har arbetat på Barn- och ungdomspsykiatriska kliniken i Linköping under 25 år. Idag är hon verksam som studierektor och lektor på Linköpings universitet och driver också en privat terapimottagning.

Vi väljer partner som kärlekspartner – knappast som förälder, men när man går från par till föräldrar över en dag förändras mycket. Många upplever att kärleken till det lilla barnet är något alldeles speciellt, men det plötsliga, livslånga ansvaret kan också kännas överväldigande. Samtidigt händer något i parrelationen och vardagen blir ofta mer krävande och ansträngande.

– En god parrelation medför inte per automatik ett välfungerande föräldrateam. Liksom en haltande parrelation inte per automatik medför ett icke-fungerande föräldrateam.

Föräldraskapet betraktas ofta som något naturligt, som kommer av sig självt och som man inte behöver lära sig.

– Det är ett svek mot föräldrar att framställa föräldraskapet som ett obeskrivligt uppdrag som inte går att lära sig. Föräldrar är betjänta av att fundera kring föräldraskapet för att inte hamna i svårigheter som går att undvika.

En annan stor utmaning i familjebygget är att förhålla sig till sin egen, och partners, ursprungsfamilj. Vad man har med sig i bagaget och hur man hanterar insyn och påverkan från den äldre generationen.

– När två människor bildar familj så möts även två familjekulturer. De kan likna varandra, men de kan också vara mycket olika. Människor kan i förälskelsen attraheras av olikheten i den andras familj, för att sedan reta sig på hur den fungerar.

Leva som föräldrar lyfter fram alla de olika sammanhang i vilka föräldraskapet formas. Kapitel som Föräldrafunktionerna, Förälrateamet, Föräldrar i samhället och Föräldrar och ursprungsfamiljen kryddas med flera exempel som skapar igenkänning. Genom att inte ge färdiga svar eller pekpinnar, får läsaren möjlighet att fundera hur man själv skulle agera i olika situationer och också diskutera med sin partner. Innehållet riktar sig till såväl män som kvinnor och utgår från att föräldrar, oavsett kön, är lika viktiga för sitt barn.

Fakta om boken

Titel: *Leva som föräldrar*

Författare: Madeleine Coccozza

ISBN: 978-91-8809-922-8

Utgivning: 19 april 2016

Omfång: 104 sidor

Cirka pris: 170 kr exkl. moms

Boken kan köpas hos Bokus.se, Adlibris.se samt i webbutiken på Gothiafortbildning.se.

Om författaren

Madeleine Coccozza, socionom, leg. psykoterapeut, med. dr och författare, har arbetat på Barn- och ungdomspsykiatriska kliniken i Linköping under 25 år. Idag är hon verksam som studierektor och lektor på Linköpings universitet och ansvarar för psykoterapiprogrammet inriktning familj. Hon tar också emot klienter i sin egen psykoterapimottagning. Tidigare har Coccozza skrivit två böcker: *Familjebygget – ritningen som hjälper dig att förstå och bygga en familj* och *Barn far illa – en analys av bristerna i samhällets familjebygge*.

Presskontakt

Pia Leufstedt, PR-ansvarig

pia.leufstedt@gothiafortbildning.se

08-462 26 06, 072-050 39 04

Ny distributör av pressinformation

Gothia Fortbildnings pressmeddelanden distribueras nu av Cision i stället för My Newsdesk. Prenumeranter som vill fortsätta få vår pressinformation behöver anmäla sin prenumeration på nytt. [Klicka här](#) för att komma till vårt pressrum och förnya din prenumeration.

Fakta om Gothia Fortbildning

Gothia Fortbildning erbjuder kompetensutveckling för dem som arbetar inom skola, vård och omsorg. Vi ger ut tidningar, böcker och broschyrer samt arrangerar kurser, konferenser och uppdragsutbildningar. Vår verksamhet bygger på vetenskap och beprövad erfarenhet. Målet är att sprida kunskap som inspirerar och gör nytta. Besök www.gothiafortbildning.se för mer information om oss och om våra produkter.