

Handbok i (miss)lyckat föräldraskap

av **Stefan Einhorn & Michael Einhorn**

Bokförlaget Natur & Kultur

I boken beskrivs förhållningssätt som kan öppna för ett samtal mellan förälder och barn. Här är några förslag på frågor som kan initiera sådana samtal. Notera att detta bara är förslag. Människor är som bekant olika och det som fungerar i en konstellation behöver inte göra det i en annan.

Frågor till en förälder

- Berätta om din barndom.
- Berätta om din familj.
- Skulle du säga att din barndom var lycklig eller olycklig?
- Vilket är ditt ljusaste minne som barn?
- Vilket är ditt mörkaste minne som barn?
- Hur var/är din relation till dina föräldrar?

- Hur tycker du vår relation är?
- Hur minns du min barndom?
- Vilket minne är ditt ljusaste med mig?
- Vilket är ditt mörkaste minne med mig?

- Tycker du att du var/är en bra förälder?
- Vilka delar av ditt föräldraskap skulle du önska vore annorlunda?
- Vad var du riktigt bra på som förälder?
- Vad kan jag göra för dig idag?

Frågor till ett barn

- Vad tänker du om din barndom?
- Skulle du säga att din barndom var lycklig eller olycklig?
- Vilket är ditt ljusaste minne som barn?
- Vilket är ditt mörkaste minne som barn?

- Vilka aspekter av mitt föräldraskap skulle du önska vore annorlunda?
- I vilka avseenden tycker du att jag fungerade bra.
- Hur tycker du vår relation är idag?
- Vad kan jag göra för dig idag?