

Pressemeddelelse

Udkommer 28. juni 2013



Titel

Sådan holder du hovedet koldt
– en guide for dig der venter på
barn

Forfatter

Liselotte Vejborg

Vejledende pris

247,-

ISBN

978-87-994809-1-3

Kort om forfatteren

Liselotte Vejborg arbejder til daglig med hverdagsglæde og har selv været igennem både fertilitetsbehandling og en efterfølgende lang ventetid for at adoptere. Hun har endvidere skrevet bogen "Lykkelig som bare pokker".

Yderligere informationer

Liselotte Vejborg
mail@liselottevejborg.dk
28 33 92 97
www.mensduventer.dk

Forfatteren formidler gerne kontakt til formanden for Adoption & Samfund samt casepersoner fra bogen.

Hvordan klarer man at vente 5-10 år på at få ønskebarnet? Ny håndbog er en tiltrængt støtte til langtidsvordende forældre

Rejsen mod at blive mor eller far er lang og tung for en stor del af de vordende forældre, der er i fertilitetsbehandling eller som venter på at adoptere. Det, der for "mainstream" forældre oftest er en glad og forventningsfuld graviditet på 9 måneder, bliver for rigtig mange langtidsvordende forældre en psykisk hård ørkenvandring, der let varer 5-10 år.

"Det er et trist spild af liv, og det har derfor været vigtigt for mig at skrive denne bog, for at give erfaring og viden videre til andre langtidsvordende forældre, så de får en god og meningsfuld ventetid," siger bogens forfatter, Liselotte Vejborg, der selv formåede at holde hovedet koldt og humøret oppe i de i alt 7½ år, hun og hendes mand ventede på at blive forældre.

Fakta: I 2012 ventede 37 % af alle godkendte par mere end 36 måneder fra godkendelse til hjemtagelse af barn og 8,4 % (godt 4.800 børn) af fødselsårgangen 2012 blev født ved hjælp af fertilitetsbehandling.

Bogen indeholder masser af værktøjer og øvelser, som hjælper til at modvirke den stress og afmægtighed, mange føler i ventetiden. Her er det nemlig let at miste humøret og tabe både hovedet og besindelsen, fordi man skal tackle uvished, egne bekymringer og psykiske op- og nedture, omgivelsernes spørgsmål og reaktioner og en – måske – generel manglende lyst eller energi til at gå ombord i det normale liv, man trods alt er en del af.

Jens Damkjær, formand for Adoption & Samfund, skriver i forordet til bogen:

"Jeg er ikke i tvivl om, at bogen vil kunne hjælpe mange kommende adoptanter til at øge deres mentale robusthed i forhold til at varetage forældreopgaven. Dette vil ikke mindst komme de børn til gavn, som venter på en mor og en far. Børn der har brug for forældre, der både kan holde hovedet koldt og hjertet varmt - en tilgang denne bog rummer til fulde".

Bogen kombinerer forfatterens egen historie med letforståelig teori og en lang række øvelser, som er samlet i et arbejdshæfte, der gratis kan downloades fra bogens hjemmeside.