

Inspirerende samtalebog sætter fokus på tiden efter børnefamilielivet

Christina Wex: Når børn flyver fra reden – forældreskab, savn og nye muligheder

I årevis er livet som forælder centreret omkring det at være en børnefamilie – så hvad stiller man op, når børnene flytter hjemmefra? Det spørgsmål undersøges fra forskellige vinkler i denne personlige samtalebog om den nye livsfase, der starter, når tiden med hjemmeboende børn slutter.

”I 34 år har jeg først og fremmest været mor, og mine børns liv har sat rammen for mit. Nu har min flok forladt mig. Hvem er jeg så?” – *Citat fra bogen*

Når børn flyver fra reden giver forældre en platform til refleksion, spejling, inspiration og værktøjer til at håndtere en af livets helt store forandringer på en positiv måde.

Gennem samtaler med mennesker, der alle har store eller voksne børn, sætter bogen ord på sorgen over det liv, der slutter, og følelsen af afvikling, tomhed, ensomhed og identitetskrise. Men den har i lige så høj grad fokus på den nye måde at være familie på, modet til at bryde ud af det kendte, friheden og inspiration til nye muligheder.

Samtaler med bl.a. Lars Sandahl Sørensen, Nynne Bjerre Christensen, Helle og Rasmus Bjerg samt psykolog Karen Wichmann og forsker Noemi Katznelson

Christina Wex, f. 1964, er journalist og forfatter og har skrevet bøger om bl.a. psykisk sårbarhed, ADHD og store forandringer i familielivet. Hun er lokalpolitiker i Gentofte Kommune og grundlægger af Akademiet Fodbold Fulton – et udskolingsforløb, som løfter elevers motivation gennem fodbold. Og så er hun mor til Amalie, 34, Antonie, 24, og Agnes, 22, og mormor til Mateus på otte måneder.

Christina Wex

Når børn flyver fra reden

208 sider

Forlagets pris: 249,95 kr.

Udk. 11. november 2025