

Aldri god nok? En viktig og ærlig bok

Jeswanthiny Mayooraan

Aldri god nok

Oslo: Samlaget, 2025

104 s.

ISBN 9788234014932

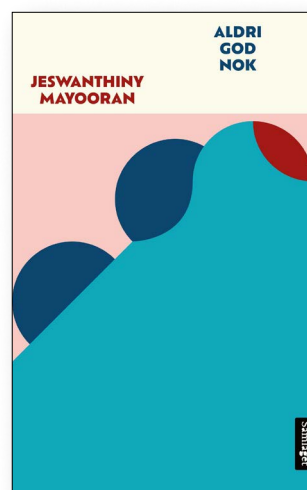
Michael 2026; 23: 69-70

doi: 10.5617/michael.13084

I *Aldri god nok* skildrer psykiater Jeswanthiny Mayooraan sin egen oppvekst som barn av innvanderforeldre, og løfter fram sentrale temaer som familieforhold, kulturkonflikter og prestasjonspress. Boken er en kort selvbiografi på 104 sider, fordelt på 19 kapitler, hvor vi følger forfatteren fra barndommen i Ulsteinvik til livet som overlege i psykiatri i Stavanger.

Fortellingen åpner med et innblikk i forfatterens hverdag som spesialist i psykiatri, et arbeid hun opplever som både meningsfullt og krevende. Samtidig beskriver hun en uro som stadig følger henne: en gjennomgripende frykt for ikke å være god nok. Ikke god nok som psykiater, kollega, kone eller mor. Denne følelsen går som en rød tråd gjennom hele boken, og hun undersøker hvilke erfaringer og forventninger som har formet den.

Gjennom personlige refleksjoner tegner Mayooraan et bilde av forholdet til foreldrene. Hun er født i Norge med tamilsk bakgrunn, og hun leverdegjør kravene og forventningene som preget oppveksten. Hun formidler en vedvarende kamp mellom egne interesser og behovet for å gjøre familien stolt. Hun gir også innblikk i en opplevelse av å stå i gjeld til foreldrene som flyktet fra hjemlandet og ofret mye for å gi barna et tryggere liv. Dette er problemstillinger som mange andregenerasjonsinnvandrere vil kjenne igjen. Hun lar seg presse på flere områder, blant annet i valget om å bli lege. Først



når hun velger psykiatri, til tross for foreldrenes misnøye, setter hun for alvor egne ønsker foran familiens forventninger.

Hun utdyper også utfordringene ved å vokse opp med utenlandsk bakgrunn: følelsen av å være annerledes og dermed ikke like god som de andre.

Boken er konsis, ærlig og lettlest. Den gir verdifulle perspektiver på hvordan kulturelle forventninger og prestasjonspress kan forme både identitet og psykisk helse, og den vil være særlig relevant for helsepersonell som møter pasienter med liknende erfaringer. Jeg vil spesielt anbefale den til andre som har vokst opp mellom to kulturer, fordi den setter ord på følelser mange vil gjenkjenne. I bunn og grunn handler den om det universelle behovet for å bli sett, anerkjent og akseptert, både av andre og av seg selv. Derfor tror jeg den vil engasjere alle lesere, uavhengig av bakgrunn.

Mayoorans historie viser hvordan press og forventninger fra omgivelsene kan sette dype spor, men også hvor frigjørende det kan være å lytte til egne ønsker og behov.

Kenz Al-Shather

kenz.al-shather@studmed.uio.no

Kenz Al-Shather er medisinstudent og forskerlinjestudent ved Universitetet i Oslo og Legeforskningsinstituttet.