

Från Dramatens stora scen till sen ADHD-diagnos - Sara Sommerfeld om att vara misslyckad som mamma



Att leva ett helt liv med skyhöga krav, framgångar på Dramaten och filmduken, men med en konstant inre stress och ett hemligt självhat. Nu släpper skådespelerskan och författaren Sara Sommerfeld samtidsromanen *Är allt jag trott om att bli mamma en lögn?*. Det är en hudnära och brutalt ärlig berättelse inspirerad av hennes egen sena ADHD-diagnos vid 47 års ålder, ett liv av maskering och den djupt personliga kampen som NPF-förälder.

– Jag ville utforska vad som händer om kvinnan med den polerade fasaden inte längre kan fly från allt för att hitta sig själv – därför att hon blivit mamma. Skrivprocessen har varit en både smärtsam och läkande resa genom min egen skam och otillräcklighet som mamma, partner och yrkeskvinna, men framför allt handlar det om att göra upp med sin egen prestationsdämon och ha modet att omfamna alla delar av sig själv, säger Sara Sommerfeld.

När Saras son kraschar i skolan förvandlas vardagen till ett minfält. Hon tvingas slåss mot ett skolsystem som inte är byggt för barn som inte passar in i mallarna, samtidigt som hon försöker göra det hon alltid gjort: prestera sig igenom krisen och vara duktig nog. Mitt i kampen växer saknaden efter den kvinna hon en gång var innan hon blev "mammaroboten". Ju mer hon kämpar för sitt barn, desto tydligare blir det att hon håller på att förlora sig själv.

Romanen sätter ljuset på en utbredd och förbisedd kvinnohälsofråga: hur högfungerande kvinnor förväntas hålla ihop fasaden till varje pris, medan de krackelerar på insidan. Den speglar det faktum att ADHD har en ärftlighet på runt 70–80 procent, vilket gör att tusentals vuxna kvinnor i dag får sin egen diagnos först när deras barn utreds. Det blir en berättelse om psykiatrisk vård som försummar de "duktiga flickorna" på grund av deras förmåga att överkompensera, och om föräldrar som tvingas bli projektledare och brandkår åt sina egna barn.

– Boken är min personliga protest mot ett skolsystem som sviker de barn som inte passar in. Den är skriven med ett rappt tempo och en stor portion humor, trots det brännande allvaret i botten.

Sara Sommerfeld är skådespelerska, regissör, dramatiker och författare, med en Guldbaggenominering i ryggen. Sedan det stora genombrottet i Vingar av glas mot Alexander Skarsgård har hon medverkat i ett femtiotal film-, tv- och scenproduktioner, däribland Hem till Midgård, Tsatsiki och Beck – advokaten. Senast var hon aktuell med den kritikerrosade soloföreställningen Show Bizniz på Dramatens stora scen, som även sänds i SVT 2025. Hennes debutroman *Är allt jag lärt mig om kärlek en lögn?* sålde i över 20 000 exemplar och blev finalist till Årets Feelgood. Hösten 2026 turnerar Sara med en ny föreställning och författarsamtal baserade på den nya romanen.

Är allt jag trott om att bli mamma en lögn? släpps den 24 augusti 2026 och ges ut av LeBen Books.

Begränsat antal signerade ex släpps till förbokning idag, 17 juni.

Högupplösta pressbilder finns här.

Presskontakt

Vilhelm Hanzén
vilhelm@gulpr.se
073-690 74 09