



Kirsten Kallesøe:

Uddannet massage- og psykoterapeut, coach. Jeg har min egen virksomhed, og arbejder desuden som konsulent og rådgiver i pårørende foreningen PS Landsforening. Jeg sagde farvel til førtidspensionen i maj 2008.

Hvad har været – og er – mit omdrejningspunkt, mit fodfæste i hele denne lange proces?

Det er **håb** – at have et håb, giver mulighed for forandring og udvikling.

Det er **hjertet**, at have hjertet med i det arbejde, jeg laver. Hvis hjertet er placeret i kroppen og uden kropskontakt, kan tankerne let løbe af med én.

Det er **mod** – mod til at turde gå egne veje. Mod til at prøve nyt, når meget er i hårdknude. Mod til at sige nej. Mod til at mærke sårbarheden. Mod til at tilgive og mod til livet.

Sidst, men ikke mindst: **taknemlighed** – taknemlighed over for det største, jeg har fået af mine dejlige forældre – nemlig Livet.

Sagt om bogen "Lige om lidt ..."

"Tror du, der også er et godt liv for mig?" Spørgsmålet blev stillet til mig af en ung pige under et af mine foredrag om psykisk sårbarhed. Kirsten Kallesøes historie i denne bog er et levende bevis på, at der er et godt liv for alle. At det nytter at kæmpe – også når det ser allermest sort ud. Og her er håbet helt centralt og det mest dyrebare, vi har. Man kan komme sig og få et godt liv, men det kræver mod, styrke og støtte – også fra andre. Bogen "Lige om lidt..." er et vigtigt bidrag til at skabe større åbenhed og debat om, hvorfor mange har det svært, og hvad vi andre kan gøre for at hjælpe – uanset om vi er pårørende, professionelle eller venner.

Poul Nyrup Rasmussen,

fhv. statsminister og formand for Det Sociale Netværk.

www.psykisksårbar.dk



"Efter at have læst Kirsten Kallesøes bog sidder jeg tilbage med følgende overbevisning på vegne af os professionelle behandlere: Nysgerrighed! Det er en grundlæggende etik i forsøget på at forstå patienten indefra og forstå os selv og vores tiltag udefra, sådan som de opleves af dem, det er meningen at vi skal hjælpe."

Finn Skårderud, norsk professor, psykiater og forfatter. International ekspert indenfor spiseforstyrrelser.

