

## Dødsfald i nær familie

Da jeg første gang kom til Lone, havde jeg fornyeligt mistet et familiemedlem jeg havde meget nært. Jeg var ulykkelig og havde svært ved at håndtere den store sorg det bragte med sig. Jeg havde svært ved at se glæde i noget, og endnu sværere ved nogen dage at finde motivationen til at komme ud af sengen. Jeg troede at metoden med at "arbejde" sig gennem sorgen igennem mit eget arbejde var vejen frem, men i stedet lukkede jeg mig selv mere og mere inde og forsvandt fra hverdagens samtaler. Min arbejdsgiver kom efter et stykke tid hvor hun havde observeret at jeg bestemt ikke havde det godt, og gav mig tilbuddet om at starte et forløb hos Lone, som jeg faktisk med det samme takkede ja til.

Igennem Lone lærte jeg at være i sorgen, tage fat om den og acceptere at den var der. Hun lærte mig at sige JA til de forhindringer man møder på sin vej og være i dem. Jeg lærte sig at man ikke altid skal gøre ting man "burde gøre" men gøre ting man rent faktisk har lyst til. I bund og grund at melde klart ud.

Jeg er helt sikkert kommet ud på den anden side med mange gode redskaber til livet og jeg kan kun takke Lone for dette og kan med varme anbefale hende til alle der rammer en svær tid.

Kia Rasmussen.