

# Ibland finns det inga enkla svar – en bok om självskadebeteende och ätstörningar

[singlepic id=531 w=270 h=437 float=left] **Conny Allaskog, Anna Åkesson, SHEDO** Viktig och angelägen bok om ett svårt ämne. Författarna har intervjuat 15 personer med olika erfarenheter av självskadebeteende och ätstörningar. Det är deras berättelser och erfarenheter som utgör basen i boken. Och är en av dess styrkor – att den tar upp problematiken ur olika perspektiv: det egenupplevda, anhörigperspektivet och det professionella. Vad hjälper? Vilka behandlingar finns? Hur kan jag som anhörig eller skolkurator stötta och hjälpa?

Boken passar en bred målgrupp. Den inger hopp – den som en gång blivit sjuk kan bli frisk. Och det är nog det allra viktigaste med boken.

Del i det nationella informationsprojektet Ego Nova – att förebygga självskadebeteende, ätstörningar och psykisk ohälsa som drivs av organisationen SHEDO. /LJ