

Det räcker inte att vara snäll. Ulla Holm, 2009

Boken handlar om vad det innebär att ha en professionell hållning. Ulla Holm skiljer den professionella hjälparen från den amatörmässiga. Denna bok känns väldigt relevant i mitt kommande yrke. Det är självklart fina egenskaper att vara snäll, vänlig och omtänksam men det professionella mötet och hjälpbehovet kräver mer än så. Slutligen kan jag också säga att denna bok är övergripande byggd på praktiska exempel från den professionella hjälparens vardag till skillnad från den bok som vi läste av Ulla Holm så med var grundläggande teoretisk.

Du och jag farsan. Cajsa - Stina Åkerström, 2010

Du och jag farsan är en bok som berättas av Cajsa- Stina Åkerström och som beskriver hennes relation och uppväxt tillsammans med sin pappa Fred Åkerström. Cajsa- Stina berättar i boken om sin närvarande och frånvarande far med inlevelse av kärlek, sorg och saknad till och med hans bortgång den 9 augusti 1985 och en tid efter. Boken är intressant ur en kommunikationssynpunkt för den egentliga handlingen handlar just om detta. Slutligen skriver Cajsa- Stina att genom att skriva boken har hon nu äntligen försökt återskapa något av det försonade samtal som hon och hennes far aldrig fick i livet och boken besvarar även många frågor. Många frågor som handlar om hennes far, en far att försonas med, bryta med och växa med. En far att anta, förkasta och ompröva i all oändlighet. En väldigt berörande och läsvärd bok.

Kommunikation i praktiken- relationer, samspel och etik inom socialt arbete, vård och omsorg. Tom Eide & Hilde Eide, 2006

I boken ligger tyngdpunkten på att kommunikation är en förutsättning för en verksamhet som är kvalitativ. Exempel på områden kan vara inom socialt arbete eller vård och omsorg. Vad gäller *god kommunikation* som boken tar upp är det mycket som jag känner igen från annan litteratur som vi berört under kursen. Här beskrivs även *kommunikationstekniker* som vi också tränat på under kursens gång. Mycket relevant i denna kurs och mycket intressanta infallsvinklar vad gäller kommunikation.

1) Duktighetenssyndromet – Därför går allt fler kvinnor in i väggen, av Monica Renstig, Helene Sandmark.

Stockholm : Wombri förlag, 2005

Denna bok uppfyllde alla mina förväntningar som jag hade innan jag började läsa den. Den är fylld med nyttig fakta, förklaringar och exempel på hur och varför många kvinnor går i väggen. Boken är väldigt lätt och rolig att läsa, då den innehåller många intervjuer med långtidssjukskrivna kvinnor.

2) Handbok för hållbar hög prestation, av Clas Malmström.

2003, Liber AB

Jag lånade den här boken med syftet att den ska vara en hjälp till mig för högre prestation inom mina framtida studier och arbeten. Jag tycker att boken innehåller väldigt många bra råd och tips för en bättre prestation och lyfter ofta fram att det viktigaste i ett högpresterat arbete är framför allt välmående. Jag tycker att boken var bra och många delar var intressanta.

Möjligheternas möte? En studie av utvecklingssamtal i skolan av Gunnel Oldbring. Jag tycker att boken är intressant för mig som blir lärare. Den empiriska studien och författarens tankar är bra utgångspunkter för att fundera på hur utvecklingssamtal går till och vad man själv kan förändra – en bra inspirationskälla.

Samtal - Hur man kan förändra sitt liv genom att tala med andra av Theodore Zeldin. Boken läste jag därför att jag ville få ett helt annat perspektiv på den s k ingen metod-/teoribok. Boken är lättläst och bidrar med många anekdoter. Ämnen sträcker sig från samtal i familjen till samtal på arbetsplatsen. Jag kan rekommendera att läsa boken om man vill läsa något lättläst och roligt.

Interkulturellt samspel i skolan av Jonas Stier och Margareta Sandström Kjellin. Jag gillar den här boken därför att den är så pass annorlunda än de flesta andra böcker – den tar upp kulturmöten. Det är så lätt att glömma bort vilken roll den egna och den andras kultur spelar i möten. Boken ger inte någon praktisk manual över hur kulturmöten bör vara utan har intentionen att öka läsarens personliga förståelse för kulturmöten och interkulturella processer. Mycket intressant!

Anna-Lena Liss

Maltén, Arne "Kommunikation och konflikthantering - en introduktion"

Boken utgår från forskning inom socialpsykologi och pedagogik och ger grundläggande förståelse för kommunikation och konflikthantering. Boken är mycket intressant och välskriven med många exempel!

Det räcker inte att vara snäll. Ulla Holm, 2009

Detta är en bok som jag anser tar upp väldigt mycket som relevant inför mitt kommande yrke som blivande socionom. Boken hjälper till att skilja den professionella hjälparen från den amatörmässiga. Det är även intressant att läsa om andra yrkesgrupper samt vilka svårigheter de möter i sin yrkesroll. Boken har hög relevans vad gäller kommunikation och professionella möten. Denna bok ger även en del tankeställningar gällande min egen roll och mina egna värderingar och förutfattade meningar.

Du och jag farsan. Cajsa - Stina Åkerström, 2010

Denna bok är intressant ur kommunikationssynvinkel eftersom den egentligen bygger på en utebliven eller ofungerande kommunikation mellan Cajsa- Stina Åkerström och hennes far. Det är intressant och samtidigt lite sorgligt och vemodigt att läsa hur Cajsa- Stina skriver och beskriver relationen till sin far och andra i hennes omgivning under hennes uppväxt. Denna bok ger många tankeställningar och kräver en del eftertanke. Denna bok är väldigt relevant i mitt kommande arbete som socionom.

Kommunikation i praktiken- relationer, samspel och etik inom socialt arbete, vård och omsorg. Tom Eide & Hilde Eide, 2006

En bok som tar upp många aspekter runt ämnet kommunikation och olika kommunikationsteorier. Boken är väldigt teoretisk men innehåller också forskningsinslag av empiriskt slag. Om man vill lära sig grunderna kring kommunikationsbegreppet och även gå in lite djupare i ämnet är detta en bra bok. Boken är framtagen som lärobok och är väldigt tydligt upplagd och lättförstådd.

Sofie Sundström Drugge

Johan Cullberg (2006) Kris och utveckling.

Beskriver den psykiska krisen och dess naturliga del i personlig utveckling. Väldigt intressant och lättförståelig bok. Grundläggande psykologiskt resonemang med tydliga förklaringar och exempel från studier och egna erfarenheter.

Eva Sanner (2009) Fritt fall- om en nödlandning och början på en ny resa.

Lättläst och engagerande bok. Beskriver en persons kris och utvecklingsprocess med hjälp av ett skönlitterärt tema. Övningar efter varje kapitel gör det lätt att som läsare dra paralleller till den egna personliga utvecklingen.

Anna Skantze

1) Duktighetenssyndromet – Därför går allt fler kvinnor in i väggen, av Monica Renstig, Helene Sandmark.

Stockholm : Wombri förlag, 2005

Denna bok uppfyllde alla mina förväntningar som jag hade innan jag började läsa den. Den är fylld med nyttig fakta, förklaringar och exempel på hur och varför många kvinnor går i väggen. Boken är väldigt lätt och rolig att läsa, då den innehåller många intervjuer med långtidssjukskrivna kvinnor.

2) Handbok för hållbar hög prestation, av Clas Malmström.

2003, Liber AB

Jag lånade den här boken med syftet att den ska vara en hjälp till mig för högre prestation inom mina framtida studier och arbeten. Jag tycker att boken innehåller väldigt många bra råd och tips för en bättre prestation och lyfter ofta fram att det viktigaste i ett högpresterat arbete är framför allt välmående. Jag tycker att boken var bra och många delar var intressanta.

Narmina Bagirbekova

Konsten att lyssna- enkelt och djupt av Bengt Renander

I ”Konsten att lyssna” ger författaren exempel på fem olika övningar som kan hjälpa dig som samtalsledare att utveckla lyssnandets färdigheter. Ju mer man läser boken, desto mer lär man också känna sig själv. Lyssna på dig själv, så kan du lyssna på andra med medvetenhet och närvaro.

Att samtal med barn genom att lyssna med fyra öron av Ylva Ellneby

I boken ”Att samtala med barn genom att lyssna med fyra öron” menar författaren att vi vuxna genom ett aktivt lyssnande till barnen kan bekräfta och stärka deras självkänsla och ge dem känslan av att vara förstådda och hörda. Genom att vi vuxna tydligt uttalar våra önskningar och förväntningar ger vi också barnen en möjlighet att förstå vad vi faktiskt menar.

Emma Wennberg

Svåra samtal - hur man pratar om det som betyder mest av Douglas Stone, Bruce Patton och Shela Heen: En lättläst faktabok med många bra exempel som går att tillämpa både i svåra samtal i arbetslivet som i privatlivet. Boken ger läsaren en liten djupare förståelse om hur man kan hantera svåra samtal på ett bra sätt.

Svåra medarbetarsamtal - en handbok för chefer av Åsa-Mia Fellingner: En bra bok som ger olika tips om hur man kan hantera olika svåra samtalssituationer. Lättläst och bra att läsa om man kommer att ställas inför svåra samtal med sina medarbetare, som tex samtal om alkoholproblem.
Maria Nilsson

Killén kari. (1994). *Svikna barn*. Stockholm: Bokförlag Wahlström & Widstrand.

Boken som tar upp om bristande omsorgen kring barn gav mig ökad kunskap om hur omsorgsarbetet kring de svikna barnen kan förbättras och hur jag som professionell bör förhålla mig i mötet med såväl föräldrar och barn för att kunna hjälpa. Minette Svensson

Maltén, Arne "Kommunikation och konflikthantering - en introduktion"

Boken utgår från forskning inom socialpsykologi och pedagogik och ger grundläggande förståelse för kommunikation och konflikthantering. Boken är mycket intressant och välskriven med många exempel!

Helena Westerlund

Myten om moroten - En ny syn på ledarskap och motivation Av **Stefan Boethius**

I början av boken utlovas många svar och lösningar om motivation och hur man motiverar andra, tyvärr levererar boken inte allt den lovar. Men det är ändå en mycket lättsam och läsvärd bok

Myten om det medfödda ledarskapet av **Stefan Boethius**

Det här är en lättläst och mycket tankeväckande bok. I en nästan skönlitterär stil levererar den många tankar kring ledarskapets utmaningar. Boken är lättillgänglig men ändå inte speciellt klyschig.

Möte med möjligheter : handbok i utvecklingssamtal av Birgitta Kimber

En konkret och jordnära bok som beskriver problem från ”vardagliga” utvecklingssamtal. Boken riktar sig främst till lärare men många av exemplen som avhandlas i boken är givande även för andra yrkesgrupper.

Robin

Svåra medarbetarsamtal – En handbok för chefer (2005) Å-M. Fellingner, ScandBook, Falun (186 sidor)

En bra och mycket lättläst bok som behandlar hur man kan ta upp och utforma svåra samtal på arbetet. Boken ger konkreta och tydliga tips på hur man ska gå tillväga vid dessa samtal. Jag kan rekommendera denna som en introduktionsbok i ämnet då jag inte kände att den hade så mycket djup.

Fisher, Roger & Shapiro, Daniel (2005). *Beyond reason: Using emotions as you negotiate*. London: Penguin Books Ltd. 236 s.

En bok på engelska, som tar upp en form av förhandlingsteknik. Även denna bok var lättläst och lätt att ta till sig. Boken riktar sig till alla som någon gång behöver förhandla, såväl som med sin tonåring, i äktenskapet, på arbetet eller vid en riktigt stor interaktionell förhandling. Jag tyckte om denna förhandlingsteknik eftersom den kändes mer ärlig och uppriktig än vad många andra förhandlingstekniker gör.

//Anna Johansson

Svåra samtal - hur man pratar om det som betyder mest. (2002) D. Stone, B. Patton, S. Heen

En bok som jag känner att jag kommer att få stor användning för i mitt kommande yrkesliv samt i mitt privatliv. Den innehåller ett tankesätt som jag kan hålla med om, som utvecklar mig som person.

Svåra medarbetarsamtal - en handbok för chefer. (2005) Å-M. Fellingner

En mycket intressant bok som har gett mig en djupare syn på arbetet som chef och de uppgifter som en ledare måste ta sig an. Allt är inte rosor och det är helt okej. Mycket av det som står i boken kommer jag att ta med mig i framtiden.

Elin Öhgren

Wikström, Cecilia. *När livet går sönder – en bok om kriser och hur vi bemöter dem* (2006)

En relativt lättläst och övergripande bok om framförallt kriser kring döden. Innehåller både fakta, praktiskt vägledning och egna exempel. Rekommenderar den varmt till alla!

Hammarlund, Claes-Otto. *Bearbetande samtal*. En mer djupgående bok på området om kris och hur vi genom samtal kan nå fram till personer i kris. Han tar även upp konflikthantering och stresshantering. En bra bok som jag rekommenderar, gärna i kombination med "När livet går sönder".

Carin

"Självkänsla nu!" av Mia Törnblom. Jag tyckte boken berörde mig som person, den handlar om hur man ser på begreppen självkänsla och självförtroende. De råd hon ger om hur man kan träna upp självkänslan tycker jag känns enkla att ta till sig vilket gör att man gärna provar. Det kan också både vara en fördel och en nackdel att den inte bygger på vetenskapliga teorier utan hon utgår från egna erfarenheter.

"Du leder!" av Mia Törnblom. Den här boken var mycket en repetition av hennes bok Självkänsla nu,

men är lite modifierad eftersom den riktar sig till ledare som vill utveckla sitt personliga ledarskap. Jag tyckte egentligen mer om denna bok eftersom den både ger tips på metoder till ledaren i att utveckla sig själv men också sina medarbetare.
Rebecka

Konsten att lyssna- enkelt och djupt av Bengt Renander

I ”Konsten att lyssna” ger författaren exempel på fem olika övningar som kan hjälpa dig som samtalsledare att utveckla lyssnandets färdigheter. Ju mer man läser boken, desto mer lär man också känna sig själv. Lyssna på dig själv, så kan du lyssna på andra med medvetenhet och närvaro.

Att samtal med barn genom att lyssna med fyra öron av Ylva Ellneby

I boken ”Att samtala med barn genom att lyssna med fyra öron” menar författaren att vi vuxna genom ett aktivt lyssnande till barnen kan bekräfta och stärka deras självkänsla och ge dem känslan av att vara förstådda och hörda. Genom att vi vuxna tydligt uttalar våra önskningar och förväntningar ger vi också barnen en möjlighet att förstå vad vi faktiskt menar.

Bergqvist, E (2007). *Härskarteknik*. Intressant och lärorik bok med en humoristisk ådra. Boken är väl anpassad till kursen och därför relativt lätt att analysera och redovisa utifrån. Bergqvist bygger boken på exempel, vilket gör den lättläst.

Edelfeldt, I (2010). *Samtal med djävulen*. En roman om skuld och förlåtelse som till stor del kretsar kring dialogen som förs mellan huvudpersonerna. Samspelet mellan bokens karaktärer är intensivt och intressant. Eftersom boken berör känsliga ämnen på ett tämligen direkt sätt så kan den möjligen anses vara stundtals upprörande.

Hannah

Svikna Barn av Kari Killén

Jag tycker boken gav en bra och intressant bild av den problematik som finns idag kring dessa frågor. Finnar man rehabilitering och familjerelationer intressanta så kan jag verkligen rekommendera denna bok!

Magnus

Tre meningar om vad jag tyckte om böckerna:

Samtalet med känslomässig intelligens- en handledning i konsten att tala. (2003)

Skriven av Hilmar TH Hilmarsson

Otroligt lättläst bok, som man både kan ha som uppslagsbok när man undrar något och går även att sträckläsa. Intressant läsning rakt igenom.

Grundläggande samtalsmetodik – en hand bok för hjälpare.(2003)

Skriven av Richard Nelson-jones

Bra bok om grunderna till samtal, bra tips och råd.

Anna

Utvecklingssamtal och andra samtal som ledningsinstrument – Greger Jönsson

Denna bok har ett mer kritiskt förhållningssätt än kurslitteraturen. Boken beskriver att chefer får allt fler medarbetare som den ska hålla utvecklingssamtal med samt att allt fler företag/organisationer förespråkar individuell lönesättning.

- Jag gillade boken och tycker det är intressant att den inte bara lovordar utvecklingssamtal utan också lyfter en aspekt som ger läsare möjlighet att fundera över motargument till utvecklingssamtal.

Lönesamtal och lönesättning – Tommy Wahlström

Jag har under hösten hållt lönesamtal och jag hade därför ett personligt intresse av att läsa om detta.

Jag ville förkovra mig i huruvida det var viktigt att tänka på andra saker när man håller ett lönesamtal i förhållande till ett utvecklingssamtal.

Boken var bra och utifrån mitt önskemål/syfte så var den toppen!

Vinnande mentorskap – Charlotta Wikström

Boken är en praktisk handbok i mentorskap och syftar till att lyfta fram mentorsprogram som både mer kostnads- och tidseffektiva i förhållande till traditionella kurser.

Boken är väldigt bra för den som vill ha just en praktisk handbok i mentorskap. Den tar inte upp så mkt teori runt mentorskap utan fokus är en handbok med checklistor etc.

Mentorprogram – kvinnor och män i utvecklande samarbete – Christina Franzén mfl.

Boken fördjupar teorin kring mentorskap, och lyfter särskilt manlig överordning/kvinnlig underordning samt makt och könssocialisation.

Boken är ok, men jag hade förväntat mig att den skulle innehålla mer av bokens titel - alltså kvinnor och män i utvecklande samarbete. Däremot fanns det intressanta aspekter i boken där

Linda

Svikna barn – Om bristande omsorg och vårt ansvar för de utsatta barnen av **Kari Killén**

I min mening är detta en viktig grundbok för de som kommer att komma i kontakt med barn indirekt eller direkt genom sitt arbete. Boken är intressant att analysera ur ett kommunikationsperspektiv då samtal med barn är väldigt komplexa.

Sandra-Cathrine

1, Montecore - En unik tiger (Jonas Hassen Khemiri)

I boken som är skriven på en härlig blandning av arabisk hövlighet, fransk meningsuppbyggnad och svenska ord får vi följa författaren själv och hans berättelse om sin uppväxt som andra generationens invandrare och hans fars resa in i den svenska kulturen. Boken är stämningsfull och väldigt underhållande skriven.

Nyckelord: Kommunikation - Integration - Identitet - Familjerelation

2, Konsten att vara invandrare (Andrzej Olkiewicz)

Konsten att vara invandrare är skriven utav en polsk geolog som ung och äventyrslysten gav sig iväg från Kommunist-Polen för att pröva lyckan. Efter första flytten har han bott i fyra olika länder, och hans bok fungerar mer eller mindre som en uppslagsbok för alla de tankar och känslor som kan uppstå när man emigrerar. (Rekommenderas ej att läsa från pärm till pärm.

Nyckelord: Integration - Emigration - Identitet - Kultur - Utanförskap - Identitet - Språk

Tisdagarna med Morrie av Mitch Albom

Boken handlar om Mitch Alboms favoritprofessor, mentor och vän Morrie Schwartz och om deras tisdagsmöten. Boken är en föreläsning i konsten att leva och dö. Samtalen bygger på känslor och inre tankar, del delar sina privata funderingar, vilket är ganska ovanligt att mäns gör. Deras samtal bygger på livet och dess mening och det är det så jag uppskattar så mycket med denna bok. Boken ger förtröstan och glädje och jag återkommer till den hela tiden.

Vitt på svart av Ruben Gallego

Boken handlar om Ruben själv. Ett handikappat barn, utan vare sig armar eller ben som blir lämnad till barnhem. Ruben berättar om livet på barnhemmet, om hans drömmar utanför. Det är en sann berättelse om en människas kamp och längtan efter att få komma ut i den riktiga världen och leva ett riktigt liv. Den här boken tog mig med en känslomässig storm. Ruben beskriver sina känslor så starkt i sin bok, så det känns som om jag var där med honom. En fantastisk bok som jag kommer återkomma till flera gånger.

Det räcker inte att vara snäll med Ulla Holm

Den här boken ger sig i kast med centrala frågor i det sårbara samspelet mellan professionella hjälpare. Den handlar om förhållningssätt, empati och psykologiska strategier hos läkare och professionella hjälpare. Boken har en del givande delar, men det bästa med boken är kapitlet om empati i praktiken. Där ger Författaren konkreta exempel på läkare som visar empati i vardagssituationer. Det är en bra bok men enligt mig så har Ulla Holm redan beskrivit många delar i sin andra bok om empati.

Praktisk konfliktlösning - Kjell Ekstam

Boken ger mig konkreta och lättförståeliga metoder att hantera och lösa konflikter. Både egna och andras. Handboken är snabbläst och lätt att hitta i. Det återkommer små korta exempel på situationer och det bidrar till att jag snabbt förstår situation och metod.

Bra bok att ha i hyllan och plocka ner som stöd när du behöver det!

Klart ledarskap – Gervase R. Bushe

Den här boken är toppen för ledare som vill utveckla sitt ledarskap. Att bli klarare och tydligare. Det är dock en väldigt teknisk och detaljrik stil i den, vilket jag upplevde som torrt, tråkigt och lite jobbigt. Men, ge den en chans ändå för den innehåller många bra insikter. Särskilt bra gillade jag exemplen, sammanfattningarna och övningarna som avslutar kapitlen!

En speciell liten mening från boken har stannat hos mig: ”Spåra det goda – vattna där det gror”

/Maria Lindström

Hammarlund, Claes-Otto. (2001) *Bearbetande samtal krisstöd, debriefing, stress- och konflikthantering*. Stockholm: Natur och kultur. Väldigt intressant och lärorik bok. Kan dock tycka att jag bitvis tappade intresset. Trots detta tyckte jag att boken gav mig en bra bild av hur bemötandet av människor kan se ut beroende på medarbetarens situation samt hur denne bör bemötas. Boken är väldigt användbar för alla som har ett arbete där samtal med människor är en del av arbetet.

Fellinger, Åsa-Mia (2005) *Svåra medarbetarsamtal – En handbok för chefer*. Falun: ScandBook. Denna bok rekommenderas starkt. Den lägger stort fokus på svåra samtal och ledarskap i den bemärkelsen att författaren beskriver svåra situationer som individer kan hamna i samt hur en chef bör agera. Jag valde själv att rikta fokus på uppsägning då detta är ett av de mest påfrestande samtalen samtidigt som detta är något som ledaren allt som oftast ställs inför.

Älskling av Pia Hintze

Älskling tyckte jag var bra, lättläst och spännande. En bok som jag tror många kan känna igen sig i. Både män och kvinnor.

Mera självkänsla av Min Törnblom

Mera självkänsla tyckte jag var bra, tydlig och inspirerande. En såndär bok som alla borde ha i bokhyllan och läsa någongång då och då.

Egidius, Henry. (2008). *Bli en bättre coach och mentor*. STHLM: Natur och kultur.

Pollack, Kay. (2001). *Att välja glädje*. STHLM: Andersson Pocket AB.

Två korta resuméer av böckerna

Bli en bättre coach och mentor. Henry Egidius.

H. Egidius ger i boken en mycket bra beskrivning av Coachningens och Mentorskaps användningsområden och vad Du bör tänka på. I de beskrivningarna visar han på tydliga skillnader i de olika sätten att leda människor och verksamheter i utveckling. Egidius visar på likaså på och illustrerar skilda analysverktyg som har sitt användningsområde i samtalsmetodikern. Han gör också jämförelser med psykoterapier och visar på skillnader.

Att välja glädje. Kay Pollack.

Är en bok som innehåller mycket tankar och reflektioner vilka val människor kan göra i livet för att hitta glädje stunder och tillfredsställelse i sitt liv. Pollack presenterar en mängd intressanta redskap och övningar för förändringar från negativism till positivism bl.a. i sättet att kommunicera i projicering.

Leif g Nordström