

Sorg och kriser



Litteraturlista år 2008

Biblioteket

A

Lz Albom, Mitch

Albom, Mitch

Tisdagarna med Morrie, 2000. - 183 s.

Boken bygger på Mitch Alboms möten med sin gamle collegelärare, Morrie Schwartz, som är döende i ALS. Finns även som ljudbok på kassett.

Dok

Andersson, Liselotte J.

När du en gång är borta : om att förlora sina föräldrar, 2008. - 61 s.

Liselotte Andersson, pastor, har skrivit en bok om sorgen när gamla föräldrar dör. En sorg som inte alltid räknas, men som kräver lika mycket uppmärksamhet och arbete som all annan sorg.

Dok

Arrhenius, Jan

Psykologisk första hjälp, 2006. - 170 s.

Författaren går igenom vad som händer en människa som utsätts för en traumatisk händelse och på vilket sätt det går att hjälpa drabbade att hantera sina känslor.

Dok

Arvidsson-Artman, Lena

Tröst - i praktiken, 2002. - 119 s.

En bok med konkreta råd om hur man ger stöd åt en människa i behov av tröst.

Dok

Att levandegöra döden : en antologi, 2007. - 223 s.

Tretton olika författare berättar om bland annat religiösa, existentiella, medicinska och psykologiska aspekter av sorg och död. Framför allt för vårdpersonal och de som i sitt yrke kommer i kontakt med sorgbearbetning.

Oa

Att vara äldre : "- man har ju sina krämpor -", 2004. - 250 s.

Med utgångspunkt i hur äldre människor upplever sitt åldrande beskrivs olika fenomen som har att göra med att bli äldre, till exempel vardaglig smärta samt att närma sig livets slut.

B

Dofa

Barn och unga i sorg och trauma : om stödgrupper efter flodvågen, 2007. - 160 s.

Beskrivning hur man kan hjälpa barn och unga som drabbats av att en eller flera anhöriga plötsligt gått bort.

Lz Bergman, Olle

Bergman, Olle

"Pappa! Svante är död!", 2001. - 167 s.

Sjutton år gammal omkommer Svante i en trafikolycka. Hans pappa har här skrivit en bok om sin sorg för att kunna hjälpa andra som också förlorat ett barn.

Do

Birkehorn, Regina

Krishantering i praktiken, 1998. - 73 s.

Författaren går igenom de olika faser som följer på en svår kris och tar upp fallbeskrivningar med möjliga åtgärder.

Ci

Björklund, Lars

En skugga av kärlek : tankar i sorgen, 2006. - 31 s.

Sjukhusprästen Lars Björklund skriver om sorgen efter en älskad människa. Smärta, saknad och tomhet är vanliga känslor, men det finns också en väg till kärlek och hopp.

Lz Blom, Gunilla

Blom, Gunilla

Ut ur kaos, 2008. - 309 s.

Gunillas sambo Kent dör av en hjärtinfarkt och hon blir ensam kvar. En självbiografisk berättelse om vad som kan hända när en nära anhörig dör.

Dok

Borg, Annika

Det är ingen fara, du är människa : livsbetraktelser, 2006. - 124 s.

Temat i boken är att det är tillåtet att släppa taget om tillvaron ibland, att inte behöva bry sig om krav och ambitioner, utan få ge sig själv tid att vara ledsen när behovet finns.

Aa

Brinck, Gunilla

Sorg, saknad, sammanhang : böcker om barn och ungdomar i svåra livssituationer, 2008. - 168 s.

En samling med cirka 300 kommenterade läsförslag för barn och ungdomar i svåra livssituationer.

Vpd

Buijsen, Huub

Sjuksköterskans utsatthet : att hantera traumatiska upplevelser i arbetet, 1998. - 157 s

Sjuksköterskor kan få allvarliga psykiska problem i samband med starkt obehagliga upplevelser i arbetet. Boken innehåller både fakta om övergrepp under arbetet och konkreta råd för att hantera de psykologiska konsekvenserna hos den drabbade.

C

Vle

Cleve, Elisabeth

En stor och en liten är borta : kristerapi med en tvåårig pojke, 2002. - 230 s.

Hur behandlar man en tvååring som just förlorat sin mamma och sitt enda syskon? Barnpsykologen Elisabeth Cleve beskriver, med hjälp av ett verkligt fall, hur sorgeterapi för mycket små barn kan gå till.

Vlb

Cullberg, Johan

Kris och utveckling : en psykodynamisk och socialpsykiatrisk studie, 2003. - 185 s.

I vårt liv drabbas vi av en mängd olika kriser, till exempel vid dödsfall, uppsägning eller sjukdom. I *Kris och utveckling* försöker författaren förklara bakgrunden till kriserna och göra dem begripliga för både de som drabbas och de som arbetar med drabbade. Boken vänder sig både till drabbade och till personer som kommer i kontakt med människor med psykiska problem i sitt arbete.

D

Dok

Daidsen-Nielsen, Marianne

Bland lejon : att leva med livshotande sjukdom, 1997. - 360 s.

Marianne Daidsen-Nielsen skriver om det kaos som ofta uppkommer när en människa får besked om att hon har en livshotande sjukdom. Boken är skriven för både yrkesverksamma inom vården såväl som patienter och anhöriga.

Vpm

Det sista kapitlet : ett samtalsmaterial för dig som vårdar svårt sjuka och döende, 2002. - 98 s.

Lättläst bok som även kan fungera som samtalsmaterial för frågor kring livets slutskede. I första hand avsedd för de som arbetar med svårt sjuka människor.

Gz Didion, Joan

Didion, Joan

Ett år av magiskt tänkande, 2006. - 254 s.

Samtidigt som Joan Didions dotter hamnar i koma på grund av svår blodförgiftning, drabbas hennes man av en hjärtattack och dör. I den här boken beskriver hon den tid som följer och den sorg hon måste ta sig igenom.

Dok

Du är hos mig ändå : ungdomar och barn om att mista en förälder : berättelser, 2005. - 269 s

Ett trettiotal ungdomar berättar om hur det är att förlora en förälder. Skriven framför allt för ungdomar i samma situation, men även för anhöriga kan ha nytta av boken.

Dofa

Dyregrov, Atle

Barn och trauma, 1997. - 174 s.

En bok för både lekmän och specialister som kommer i kontakt med barn som utsatts traumatiska händelser. Innehåller bland annat beskrivning av barnens reaktioner samt riktlinjer och konkreta råd för hjälp och stöd.

Do

Dyregrov, Atle

Katastrofpsykologi, 2002. - 380 s.

För alla som i sin yrkesutövning kommer i kontakt med olyckor, krissituationer och katastrofer. Tar både upp hur den som överlever och hur räddningspersonal reagerar.

Vlb

Dyregrov, Atle

Psykologisk debriefing, 2003. - 141 s.

Psykologisk debriefing är en metod för att stödja personer som varit med om en traumatiska händelser. I denna bok ligger fokus på hur man som ledare för debriefinggrupper lyckas med uppsåtet att stötta och hjälpa gruppmedlemmarna.

Vlb

Dyregrov, Atle

Små barns sorg, 1999. - 70 s.

I den boken ges exempel och förklaringar på små barns reaktioner på sorg. Dessutom råd om hur man kan hjälpa de som drabbats.

E

Dok

Edman, Gillis

Sorgen är kärlekens pris, 2005. - 158 s.

När en vän eller anhörig dött, och tomheten och saknaden är som störst, kan det vara svårt att tro att livet än en gång ska bli bra. Gillis Edman skriver om svår sorg och smärta, men också om hopp och kärlek.

Dok

Ekvik, Steinar

När gamla föräldrar dör : den undervärderade sorgen, 2005. - 107s.

Det finns en risk i att vuxna människor undervärderar sin egen sorg då föräldrarna dör. *När gamla föräldrar dör* ger stöd i det nödvändiga sorgearbetet.

Dok

Ekvik, Steinar

Ta det som en man : när män och kvinnor sörjer olika, 2006. - 160 s.

Många män har svårt att uttrycka sina känslor vid sorg, liksom många kvinnor kritiserar för att stanna kvar för länge i sorgen. Boken beskriver olika typer av reaktioner, och vilka konflikter som kan uppstå på grund av olikheterna.

Oh

Essén, Charlotte

Samtal i självhjälpsgrupp : få kraft och stöd av andra i samma situation, 2003. - 178 s.

Grundläggande fakta om självhjälpsgrupper. En handbok för den som själv vill starta en grupp eller söker hjälp.

F

Dok

Falk, Bent

Att vara där du är : samtal med människor i kris, 2005. - 92 s.

En bok om samtalsterapi som även innehåller en mängd exempel hämtade från verkligheten.

Do

Fyhr, Gurli

Hur man möter människor i sorg, 1999. - 220 s.

Författaren betonar att boken inte handlar om att behandla sorg, utan istället fokuserar på själva bemötandet av människor i sorg. Skriven för den som själv drabbats, men också för de som i sitt yrkesliv möter personer med sorg.

G

Dok

Grimby, Agneta

Sorg bland äldre, 2001. - 86 s.

Tar upp äldre personers sorg som beror på att någon nära anhörig dött. Beskriver bland annat psykiska och fysiska reaktioner.

Dofa

Gyllenswärd, Göran

Sorg finns, 1999. - 78 s.

Hur påverkar sorg ungdomar? Göran Gyllenswärd har intervjuat ungdomar dels direkt efter en traumatisk händelse, dels några år efteråt.

H

Dok

Hagman, Sanna

Pappa tog sitt liv : om att gå vidare när det ofattbara händer, 2007. - 123 s.

Sanna Hagman har skrivit den bok hon själv skulle vilja haft tillgänglig för tio år sedan när hennes pappa tog sitt liv. En bok för efterlevande om hur de kan förhålla sig till det som skett.

Dok

Hammarlund, Claes-Otto

Bearbetande samtal : krisstöd, debriefing, stress- och konflikthantering, 2001. - 298 s.

Boken tar upp en rad olika modeller för att hantera och behandla psykisk stress. Vänder sig i första hand till de som i yrket riskerar att råka ut för pressande situationer.

Vpm

Henschen, Marie

När en anhörig eller vän blir svårt sjuk : en handbok om hur man närmar sig en svårt sjuk och hanterar frågor om sjukdom, död, begravning och sorg, 2007. - 159 s.

På ett konkret vis beskrivs vad som kan ske i mötet med en svårt, eller döende, människa, och hur man som anhörig eller nära vän kan hantera det.

Dok

Histrup, Kerstin

Jag vill dö hemma, 2000. - 33 s.

Författarens make, som drabbats av cancer, valde att dö i hemmet. Boken tar upp ett flertal aspekter av livets slutskede.

Lz Holm, Amanda

Holm, Stefan L.

Den onödige döden och konsten att älska, 2006. - 126 s.

Efter dotterns självmord började Stefan Holm att skriva. I den här boken har han samlat texter om sorg, kärlek, förlust och självmord.

Lz Housden, Hannah

Housden, Maria

Flickan med de röda skorna : berättelsen om Hannah, min älskade flicka som dog i cancer, 2004. - 222 s.

Strax innan författarens dotter ska fylla tre år får hon cancer och avlider kort därefter. En bok om sorgearbete och vägen till ett liv efter sorgen.

I

Hc(s)

I den mörkaste dal : ord av tröst, 2005. - 48 s.

För både den som sörjer och den som försöker trösta har den här boken skrivits. Innehåller tröstande ord för att visa att den som har sorg inte är ensam om sina känslor.

Dok

Inför döden, 2006. - 271 s.

Döden ur ett biomedicinskt, etiskt och psykologiskt, estetiskt, kulturhistoriskt samt juridiskt-ekonomiskt perspektiv. En genomgående betraktelse över något vi sällan, eller aldrig, talar om.

J

VI

Jonsson, Peter

Stress vid kriser : grundläggande psykotraumatologi och praktisk krishantering, 2005. - 270 s.

Genomgång av den senaste stressforskningen och vilka behandlingsåtgärder som står till buds. En praktisk lärobok inom stress- och krishantering.

K

Dok

Karf, Gösta

En junisöndag kvart över tolv, 1999. - 187 s.

Gösta Karfs femårige son blir innebränd i familjens bil, och i boken skildras familjens långa sorgprocess.

Oh

Karlsson, Magnus

Självhjälpsgrupper : teori och praktik, 2006. - 210 s.

Tar upp olika aspekter av självhjälpsgrupper, till exempel självhjälpsgruppens dynamik, kopplingen till dagens samhälle och hur yrkesverksamma inom vården kan förhålla sig. Skriven för studeranden och de som i sitt yrkesliv kommer i kontakt med självhjälpsgrupper.

Dok

Kihlman, Iris

Hela sorgen, 1998. - 126 s.

När man drabbas av sorg kan det vara svårt att förstå sina reaktioner. Iris Kihlman, som själv sörjde djupt när hennes unga son dog, har intervjuat läkare, präster, terapeuter och andra som har erfarenhet av professionellt sorgearbete.

Dok

Kock-Redfors, Maria

Plötslig oväntad död : att ta hand om anhöriga i akut kris, 2002. - 80 s.

Författaren, som är läkare med stor erfarenhet av intensivvård, har skrivit en bok som ska fungera som ett stöd för sjukvårdspersonal som kommer i kontakt med anhöriga till plötsligt avlidna.

Dok

Kübler-Ross, Elisabeth

Leva i livet, 2001. - 191 s.

En bok om att lära sig bli tillfreds med sitt liv och våga vara den man verkligen är.

L

Lz Lindenau, Linda

Lindenau, Linda

Ägget : om läkning efter traumatiska upplevelser, 2001. - 223 s.

Ibland räcker samhällets förmåga inte till för att någon som drabbats av traumatiska händelse ska kunna tillfriskna. Linda Lindenau berättar om sina erfarenheter av psykiatrin, både som patient och som yrkesverksam.

Hcg

Lyrevik, Anna

Nora från Ingenstans, 2004. - 29 s.

Simon ligger på sjukhus med en dödlig sjukdom. När han är som mest ledsen dyker Nora upp och gör honom gladare. Det konstiga är att ingen annan verkar vara medveten om att hon finns...

Hc.03(s)

Lysa med sin frånvaro : en antologi om sorg och överlevnad, 2002. - 186 s.

En antologi innehållandes ett nittiotal dikter, som alla på något sätt anknyter till temat sorg.

M

VI

Michel, Per-Olof

Psykotraumatologi : bedömning, bemötande och behandling av stresstillstånd, 2001. - 247 s.

En översikt över psykotraumatologin som även tar upp ett historiskt och samhällsligt perspektiv. Vänder sig till alla som i sitt yrke kommer i kontakt med traumatiserade människor.

N

Patientinformation Sorg

Nettelblatt, Jessica

Minnen dör aldrig [Ljudupptagning] : en dokumentär, 2007. - 1CD (53 min.)

Radiodokumentär om sorg hos unga. Tre tonåringar, som alla förlorat någon nära anhörig, berättar om sina erfarenheter och känslor.

Lz Nilsson, Nina

Nilsson, Nina

När glädje byts till förtvivlan : om att mista en dotter och liten syster, 2004. - 70 s.

Hur hanterar man sorgen och saknaden efter en förlorad familjemedlem? En bok för de som drabbats om hur sorgen påverkar familjen och hur man kan hantera det otänkbara.

C

När tillvaron rämnar : minnesstund och gudstjänst vid kris och katastrof, 2006. - 218 s.

Samling av böner, psalmer och dikter för tillfällen när livet känns svårt. Innehåller även texter om det stöd kyrkan kan ge vid kriser och sorg.

O

Dok

O'Hanlon, Bill

Det kan bara bli bättre : kreativa lösningar när du är på botten, 2005. - 181 s.

Livskriser behöver inte enbart vara negativa utan de kan också medföra en strävan efter förändringar hos den drabbade. Bill O'Hanlon ger konkreta råd om hur vi kan gå stärkta ur en svår kris.

P

Do

Parry, Glenys

Klara av kriser, 1998. - 150 s.

En bok skriven både för den som drabbats av en kris eller för den som i sitt arbete stöter på människor i kris. Innehåller förklaringar av de psykologiska aspekterna bakom en kris.

D,u

Polfeldt, Lotta

Kompisboken om sorg, 2006. - 79 s.

Både barn och ungdomar som förlorat en nära anhörig och deras kompisar får komma till tals i den här boken. Ger bland annat svar på frågan hur en bra kompis bör bete sig mot någon som just drabbats av dödsfall i familjen.

Dok

Propper, Kerstin

Medan sorgen läker : hur du kan förstå och hjälpa din vän som sörjer, 2003. - 169 s.

Hur kan man som vän hjälpa en anhörig som drabbats av sorg? Prästen Kerstin Propper skildrar både känslor och svårigheter som kan uppstå.

R

Patientinformation Psykiska sjukdomar

Reaktioner vid omskakande händelser : När behövs professionell hjälp?, 2003. - 14 s.

Skrift med kortfattad information om posttraumatiskt stressyndrom. Visar bland annat på vilken hjälp sjukvården kan erbjuda.

Lz Rolfsdotter, Susanna

Rolfsdotter, Susanna

Strimman av stjärnljus : en bok om att förlora ett barn, 2001. - 141 s.

Efter att Susanna Rolfsdotters son omkommit i en trafikolycka bestämde hon sig för att skriva en bok som kan ge andra i samma situation stöd och hjälp.

S

D,u

Stalfelt, Pernilla

Dödenboken, 1999. - 30 s.

På ett både humoristiskt och tänkvärt sätt lyckas författaren skildra en mängd olika aspekter av döden. För både små och stora barn.

Lz Skjöld, Titti

Skjöld, Kerstin

Lysande barn, 2001. - 348 s.

23-åriga Titti Skjöld dog i en flygolycka, och hennes mor har skrivit en bok både om förlusten och den extrema saknaden, men också om vägen till ett meningsfullt liv efter sorgen.

Dofa

Stening, Lii

Det brinner i mina ögon : samtal och tankar kring barns sorg och saknad, 1999. - 100 s.

En stor skillnad mellan barns och vuxnas sätt att sörja är att barn i betydligt högre grad ställer frågor. Den här boken hjälper till att förbereda vuxna på hur de kan svara på barnens frågor på ett sätt som hjälper till i sorgearbetet.

Do

Stolt, Carl-Magnus

Att vara levande : berättelser om förlust, kärlek och överlevnad, 2006. - 175 s.

Författaren har samlat berättelser från människor som varit med om svåra prövningar. Vi får bland annat möta en pappa vars tioåriga son dog i hans armar samt en kvinna som i sin ungdom överlevde leukemi.

Hc

Stolt, Carl-Magnus

Sväva mellan liv och död : en läkares daganteckningar, 2004. - 191 s.

Korta texter, dikter och aforismer om vården och människors utsatthet. Skrivna av Carl-Magnus Stolt, läkare och professor i humanistisk medicin.

Dok

Sverkström, Lars

Samtal om sorg : samtalsgrupper med sörjande ur ett ledarperspektiv, 2004. - 151 s.

En bok för de som leder sorggrupper inom kyrkans verksamhet. Tar upp olika aspekter av gruppsamtal, bland annat svårigheter, kommunikation, social roller och avslut.

V

Lz Söderlund, Jacob

Dalid, Gudrun

Var är min stjärna? : en dokumentär om Jacob och hans familj, om hans liv och död, om att sörja ett barn två gånger, 2001. - 182 s.

Gudrun Dalid skriver om sin autistiske son och den ibland förbjudna sorgen över att få ett handikappat barn. När sonen dessutom drabbas av leukemi och dör måste föräldrarna hantera en ännu svårare sorg. Om att försöka göra det bästa av en svår livssituation.

Lz Waldenström, Carl-Axel

Waldenström, Ulla

Sista året med Carl-Axel, 2000. - 117 s.

Kan det finnas livskvalitet även i livets slutskede? Boken skildrar en döendes mans sista år, om arbete, kärlek, att vara patient och anhörig, hospiceverksamhet, och slutligen den oundvikliga döden.

Patientinformation Cancer

Wallskär, Helene

Vad säger jag till barnen? : om att hjälpa barn genom en förälders cancersjukdom, 2000. - 46 s.

För många barn kan det vara svårt att förstå och hantera en förälders svåra sjukdom. I den här skriften ges råd och tips på hur hjälpa ett barn under sjukdomsperioden.

Vpm

Widell, Margareta

Lindränd vård : vård i livets slutskede, 2003. - 176 s.

Konkreta råd till vårdaren om hur exempelvis trötthet, smärta, andnöd och aptitlöshet hos den sjuke kan lindras.

Dok

Wikström, Cecilia

När livet går sönder : en bok om kriser och hur vi möter dem, 2004. - 192 s.

Som titeln visar handlar den här boken om hur den som drabbas av kris rent konkret kan möta den och hantera, samt acceptera, de känslor som uppkommer. Skriven både för de som själva drabbas och för deras medmänniskor.

Dok

Worden, J. William

Sorgerådgivning och sorgeterapi : en bok för alla som möter och vill hjälpa sörjande, 2006. - 257 s.

Boken vänder sig framför allt till terapeuter inom sorgeterapi och beskriver olika metoder för att hjälpa människor drabbade av sorg.

Ö

Dok

Östman, Inger

Jag tänker på henne hundra gånger om dagen : nio röster om sorg, 2003. - 112 s.

Nio personer, med olika upplevelser av döende och sorg, har ställt upp på intervjuer där de berättar om sina erfarenheter.