

# Arbetslös men inte värdelös

**Nina Jansdotter, Beate Möller, Karavan Seriös** och välskriven av typen självhjälpsbok. Men jag är tveksam till om den kan hjälpa en arbetslös när det är som värst. Bokens förslag kan upplevas som ännu flera krav i en redan utsatt situation.

Jag har själv gått arbetslös och det är först när man får jobb som självkänslan sakta återvänder. Och man kan inte nog understryka det! Jag hade aldrig kunnat vända det i mig själv utan att verkligheten var förändrad. Verkliga krav ställda av ett riktigt arbete – det ökar självkänslan på riktigt. Konkreta krav, ställda i ett sammanhang, med andra människor omkring mig. Ingen bok kan ersätta det. /GR