

Litteraturliste:

Hjernen:

- Helse: Kend din hjerne. Hjerneåret. 1997
Anders Gade: Hjerne processer. Frydenlund. 1997
Seppo W. Langer: Lademanns Lægelektion: Hjernen og nervesystemet. Lademann. 1991
E. Dietrichs og Leif Gjerstad: Vår fantastiske hjerne. Universitetsforlaget. 1995
Eric R. Kandel m.f.: Essentials of neural Science and Behavior. Appleton & Lange. 1995
Eric R. Kandel m.f.: Principles of Neural Science. Appleton & Lange. 1995
Melanie Fennell: Depression. Oxford University Press. 1998
Merete M. Mørch m.f.: Kognitive behandlingsformer. Hans Reitzels Forlag. 1995
Susan Hart: Den følsomme hjerne, Gyldendals Forlag. 2009
Morten Kringelbach: Den nydelsesfulde hjerne. Gyldendals Forlag 2008

Stress:

- Hans Selye: The stress of life. McGraw-Hill. 1976
Kai Grunnet: Arbejds. Stress. Sundhed. Dansk Arbejdsgiver Forening forlag. 1993
John Graversgård: Udbrændthed Bryd den onde cirkel! Frydenlund 1994
Bo Netterstrøm: Klar besked om stress. Aschehougs Forlag 1997.
Tanya Arroba & Kim James: Stress Management. Management Bogklubben. 1998
Thomas Milsted: Stress. Sådan tackles stress. Børsens Forlag 1999
Thomas Milsted: Stress – Grib chancen for et bedre (arbejds)liv. Jyllands-postens Forlag. 2006
Susanne Ehdin: Det selvhelbredende menneske. Aschehoug 2003
Gideon Zlotnik: De stakkels Familier: Forlaget Nielsens. 2001
Susanne Bang: Rørt, ramt rystet – Supervision og den sårede hjælper. Gyldendal. 2002
Alexander Perski: Ur balans - Om stress, utbrændthed och väger tillbaka til ett balanserat liv. Bonnier fakta 2002
David Servan-Schreiber: Behandling af stress, angst og depression uden medicin eller terapi. Gyldendal 2004
Barbro Bronsberg & Nina Vestlund: Udbrændt? Brug dig selv bedre. Hekla 2004
Pernille Rasmussen: Når arbejdet tager magten. Hans Reitzels forlag. 2005
Bobby Zachariae: Stresskompetence. (med CD) Rosinante. 2005
Bo Netterstrøm: Stresshåndtering. Hans Reitzel. 2007
Nadja U. Prætorius: Stress – det moderne traume. Dansk psykologisk forlag. 2007
Peter A. Levine: Væk tigreren – Helbredelse af traumer. Borgen. 1998
Peter A. Levine: Helbredelse af traumer. (med CD) Borgen 2006
Eva Gemzøe Mikkelsen, Kirsten Kullberg og Inger Lise Eriksen-Jensen: Mobning på arbejdspladsen – årsager og løsninger. FADL'S Forlag. 2007

Følelsesmæssig intelligens:

- Daniel Goleman: Følelsernes intelligens. Borgen. 1997
Daniel Goleman: Følelsernes intelligens på arbejdspladsen. Borgen. 1998
Stig Broström: Social kompetence og Samvær. Systime. 1998
Harvard Gardner: De mange intelligenser pædagogik. Gyldendal undervisning. 1997
Jeanne Segal: Træn din følelsesmæssige intelligens. Borgen. 1998
Hendrie Weisinger: Følelsernes intelligens på jobbet. Management Bogklubben. 1997
Jørn Beckmann: Psykologien i perspektiv. Klinisk Psykologisk afdeling. 1992
Thomas Nielsen: Psykologiske forklaringer. Dansk Psykologisk Forlag. 1997
Thomas Nielsen: Psykiske egenskaber. Dansk Psykologisk forlag. 1999
Specular: Mød livet – fra kernen. Specular. 2007

Psykisk Arbejds miljø:

- Arbejdstilsynet. Alle har et psykisk arbejdsmiljø. Nogen gør noget ved det. 1998
John Graversgård: Psykisk Arbejds miljø. Frydenlund/arbejdsmarked. 1998
Gitte Hasselbo m.f. : Erhvervspsykologi i praksis. Dansk Psykologisk Forlag. 1998
Psykisk arbejdsmiljø.- en vigtig del af ledeshåndværket: Ledernes Hovedorganisation

Psykisk arbejdsmiljø. Arbejdshåndbog: HK Danmark. 1996
Bo Netterstrøm: Stress på arbejdspladsen. Årsager, forebyggelse og håndtering. Hans Reitzels Forlag 2002
Ole H. Sørensen, Anita Mac, Hans Jørgen Limborg og Merete Pedersen: Arbejdets kerne – Om at arbejde med psykisk arbejdsmiljø i praksis. Frydenlund. 2008
Mads Ole Dall og Solveig Hansen: Slip anerkendelsen løs ! Apprecitive Inquiry i organisationsudvikling. Frydenlund. 2001
Bente Lyngge: Anerkendende pædagogik. Dansk Psykologisk Forlag. 2007
Pia Halkier Bjerring og Annika Lindén: Anerkendende procesøvelser – Veje til engagement og forankring. Dansk Erhvervspsykologisk Forlag. 2008
Susanne Bang og Ken Heap: Skjulte ressourcer – Supervisionsgruppen og dens arbejds måder. Munksgaards Forlag. 1999

Positiv psykologi, mindfulness, afspænding m.m.:

Brian Tracy: Slug frøen! Hold op med at udsætte tingene og få mere fra hånden på kortere tid. Borgen. 2001
Bradley Trevor Greive: Stress af!. Forum
Joan Borysenko: Indre ro i en travl hverdag – 52 enkle strategier, der kan transformere din hverdag. Aschehoug Forlag. 2003
Henning Daverne: Vejen til indre ro. Gyldendal business. 2009
Charlotte Mandrup: Mindfulness i hverdagen (med CD), Politikens Forlag. 2010
Jon Kabat-Zinn: Lev med livets katastrofer. Dansk psykologisk Forlag. 2012
Jon Kabat-Zinn: Ligemeget hvor du går, er du der
Thomas Milsted: Lykke – er der en vej til det gode liv?. Jyllands-postens Forlag. 2007
Mark Williams, John Teasdale, Zindel Segal og Jon Kabat-Zinn: Bevidst nærvær – en vej ud af nedtrykthed – The mindful way. (med CD) Akademisk Forlag. 2007
Mai-Britt Schwab: 10 bud på at lytte til kroppen – personlig stresshåndtering. (med CD) Frydenlund. 2007
Ernest Holm Svendsen: Nærvær – En praktisk guide til at leve i nuet. Gyldendal. 2004
Klaus Kornø Rasmussen: Den store bog om afspænding – stressreduktion, kropsbevidsthed, nærvær. Frydenlund. 2010
Thor Nørretranders: Glæd dig. Forlag.TV2. 2007
Jørgen Lyhne og Hans Henrik Knoop: Positiv psykologi – Positiv pædagogik. Dansk Psykologisk Forlag. 2007
Mihaly Csikszentmihalyi: Flow og engagement i hverdagen. Dansk Psykologisk Forlag. 2005
Mihaly Csikszentmihalyi: Flow o- optimaloplevelsens psykologi. Dansk Psykologisk Forlag. 2005

Websites og Apps:

www.socialrdg.dk

www.arbejdsmiljoweb.dk

www.arbejdsmiljoviden.dk

www.center-for-stress.dk

www.personaleweb.dk

www.mobning.org

Imindfulness – app med meditationer

www.moksha.nu - tre online mindfulness/åndedrætsmeditationer