

# Coach & Psykoterapeut Skolen

## Litteraturliste - StressTerapeut

### Første modul

Bent Jørgensen. 'Dyret i dit spejl'. Gyldendal.  
Allan Nilsson. 'Følsom og voksen', side 1-87. Wibolts.  
Susan Jeffers. 'Føl frygten - og gør det alligevel', side 1-164. Borgen.  
Peter Lund Madsen. 'Frihedens pris'. Lindhardt og Ringhof.  
Thomas Nielsen. 'Vrede - Tænkepauser 10'. Århus Universitet.  
Peter C. Kjærgaard. 'Familien - Tænkepauser 25'. Århus Universitet.  
Allan Nilsson. 'Ordet der blev væk'. Wibolts.

### Andet modul

Rasmus Hougaard. 'Et sekund foran - Bliv mere effektiv med mindfulness'.  
Christian Ørsted. 'Livsfarlig ledelse'. People's Press.  
Åsa-Mia Fellinger. 'Svære medarbejdersamtaler'. Jyllands-Postens Forlag.  
Hans Rosling. 'Factfulness'. Lindhardt og Ringhof  
Rolf Dobellis "Kunsten at tænke klart". Kristelig dagblads forlag.  
Christine Byriel. 'Men hvordan skal jeg få det sagt'. Modtryk.  
Anna Kåver. 'At leve et liv, ikke vinde en krig'. Dansk Psykologisk Forlag.  
Åsa Nilsson. 'Hvem bestemmer i dit liv'. Dansk Psykologisk Forlag.  
Irene Henriette Oestrich. 'Kognitiv coaching'. Dansk Psykologisk forlag.

### Tredje modul

Peter Lund Madsen. 'Frihedens pris'. Lindhardt og Ringhof.  
E.T. Gendlin. 'Fokusering'. Apostrof.  
E. Hougaard. 'Kognitiv behandling af panikangst og socialfobi'. Dansk Psykologisk Forlag.  
Pia Callesen. 'Lev mere - tænk mindre'. Politikens Forlag.  
Bjarne Toftegård. 'Mindre stress mere overskud'. Forlaget Go' Bog.  
Inge Schützack Holm. 'Det personlige lederskab'. Hans Reitzels Forlag.  
David Bercei. 'Ryst dig fri'. Gyldendal.

Til forståelse af bevidsthedens biologi henvises til litteraturlisten på [www.biopsykologi.dk](http://www.biopsykologi.dk).