

## Kommunikation Og Personlig Udvikling

Denne bog handler om nedstyrtende fly og gidseltagninger – men den handler især om, hvordan du bevarer dig selv: dit helbred, din livsglæde, din empati og din handlekraft – i en accelererende og uforudsigelig moderne verden. Her kan vi inspireres og lære af mennesker, der har klaret meget vanskelige situationer, for robust adfærd er grundlæggende den samme, uanset hvilken form for pres og stress, der er tale om. Med veldokumenteret viden, levende eksempler og konkrete værktøjer viser Birgitte Dam Jensen, hvordan du kan blive bedre til at møde presset og udfordringerne i dit liv med positive forventninger og afslappet styrke - kort sagt: med større robusthed.

Kommunikation er vigtigt. Alle problemer opstår på grund af manglende kommunikation. Men bare fordi det er vigtigt, er det ikke ensbetydende med, at det altid er let. God kommunikation kan dog læres, og Lis Andersen går i denne bog i dybden med mange forskellige former for kommunikation og viser, hvordan åbenhed og fællesskab mellem mennesker kan føre til større tryghed og mere kærlighed i verden. Lis Andersen (1918-2001) var forfatter, globetrotter, fysioterapeut og naturterapeut. Som barn rejste hun med sin familie rundt i verden på sejlskibet Monsunen, hvilket lagde grunden for et langt livs rejselyst. I 1940 blev hun uddannet fysioterapeut, men efter en voldsom ulykke i 1953 med flere alvorlige knoglebrud til følge, fik hun øjnene op for den alternative behandling. Det førte til et brud med det offentlige sundhedssystem, hvorefter hun etablerede sig som selvstændig. Også hendes nysgerrige søgen efter et religiøst ståsted fyldte meget i hendes liv og i hendes forfatterskab.

Lille lærebog i transaktionsanalyse

Æstetik og læring

- forskning om pædagoger og pædagogstuderendes deltagelse i børns leg i børnehaven

Livgivende samtaler og relationer

MODET TIL AT VÆRE LEDER

Tro, omsorg og interkultur

Ledelseskvaliteter er til stede i os alle, fordi vi har potentialet til at blive stærke og indflydelsesrige ledere. Hvis et frø ikke finder det rette miljø, vil det kun have potentiale til at blive en plante. Hvis vi ikke udnytter vores potentiale, vil vi forblive på dette stadie hele livet. Jeg ved ikke, om du er tilfreds med det liv, du har, personligt ønsker jeg mig mere. Jeg ønsker at udvikle mig personligt, at forbedre mig selv og at være professionel inden for mit område. Hvis vi er enige om, at vi alle har dette potentiale, som nu er latent, hvad er det så, der gør ledere så forskellige fra andre mennesker? Jeg tror ikke, at forskellen er så meget den store forskel, som det er den åbne og proaktive holdning, som en leder har. Lederen er konstant på udkig efter idéer, efter nye, nyttige ting. Det er det, der gør ham anderledes, nemlig evnen til at tage en doktrin om det nye til sig, som han bruger til positive formål som en del af målene for den organisation, han leder. Det portræt, jeg tegner af den autentiske leder, er hverken mere eller mindre end billedet af en ideel leder, summen af de kvaliteter, som en leder efter min mening bør have. Måske er dette ideal langt fra det, vi ser hos vores politiske og sociale ledere, men vi vil opdage mange af de kvaliteter, der præsenteres i bogen, hos dem. Ledere er overleverere, de ved, hvordan de skal holde sig på forkant, og de har lært at gøre tingene straks, godt og med kvalitet. De har lært at se den organisation, de leder, som en vigtig del af deres liv. De ser ikke sig selv som chefer eller lønnede ledere, men som arkitekter, som mennesker, der skaber fremtiden for dem selv, deres team og organisation. Der er meget at sige, og jeg overlader det til dem, der læser denne bog, at opdage de fremlagte love og, hvorfor ikke, at opdage sig selv. Jeg opfordrer dig til at læse disse love og skrive de værdifulde ting, du finder her, ned i en notesbog, for ledelse starter altid med kerneværdier. Hvis vi ikke har et sæt værdier at tro på og kæmpe for, vil vi aldrig blive ledere. Alle disse love er for mig værdifulde, de er essensen af lederskab, og jeg håber, at de giver genlyd i hovedet på dem, der ønsker at lære mere om ledere og lederskab. Jo mere vi er villige til at lære, jo mere vil vores evne til at påvirke vokse. Det er enkelt og let, hvis vi finder motivationen til at studere og anvende ledelseslovene så ofte som muligt.

Numerologien bygger på antagelsen om at alt i universet består af forskellige former af energi, og at alle energiformer hænger sammen og påvirker hinanden. Da vi tiltrækker de samme energiformer fra universet som vi allerede indeholder, bliver det meget vigtigt, at være opmærksom på, hvilke energier vi tillader tilstedeværelse i vores liv. At energi af en given type eller et givet svingningstal tiltrækker energi af samme type og svingningstal, betyder nemlig at gode energier tiltrækker andre gode energier og visa versa med dårlige energier. Så er vi omgivet af gode energier i form af gode mennesker, harmoniske og rene hjem etc. så kommer andre gode energier automatisk til os. Men tillader vi tilstedeværelsen af negativitet, bagvaskelse, sladder, surhed, grimme, uharmoniske ting eller mennesker i vores liv, og lignende - ja så udsætter vi os selv for at tiltrække modgang og dårlige energier. Det er igennem skrifter af Pythagoras, at numerologien bygger mange af dens antagelser om tallenes egenskaber, fx ideen om at ulige tal er maskuline, aktive og kreative, mens lige tal er feminine, passive og modtagelige - sammenlign med nutidens personnumre. Pythagoras interesserede sig kun for heltal, og det var især tallene 1-9, som han beskrev detaljeret.

Numerologien søger at give dig overblik over de grundlæggende energier, som du bærer rundt på og kan anskues som et udviklingsværktøj, der giver dig mulighed for at vurdere hvilke energier du vil bevare, udvikle og hvilke, du vil nedtone.

Fremtiden er feminin

til personer med funktionsnedsættelse

Højskolepædagogik

Numerologi - Lær det selv

en mindre samling artikler

En guide til motivation og arbejdsglæde

Siden ungdomsoprøret i 1968 har dannelse været et omdiskuteret og misbilliget begreb, der med sin dubiose og altmodiske klang blev

identificeret med smaborgerligt snobberi og ligegyldig viden. Imidlertid har man inden for de seneste år kunnet konstatere, at dannelse på ny er blevet noget, der diskuteres. Det betyder, at spørgsmålet, Hvad er dannelse?, bliver stadig mere påtændende. Det definitive svar findes sandsynligvis ikke, men denne bog giver adskillige bud på, hvordan man kan forstå begrebet dannelse. Bogen indeholder bidrag fra videnskabelige medarbejdere på 20 af institutterne på Aarhus Universitet. Bidragene tager netop udgangspunkt i, hvordan man kan tænke på dannelse, når man som forsker er tilknyttet et af de mange institutter på universitetet. Bogen indledes med en introduktion til dannelsesbegrebet af den mangeårige rektor ved Aarhus Universitet, Henning Lehmann. Derefter er bogen inddelt i fire større afsnit med overskrifterne Dannelse i dag, Dannelse i forandring, Dannelse i fag og Dannelse i kontekst.

Teoretiske og praktiske aspekter af friluftsliv og pædagogisk arbejde, om hvordan friluftsliv kan inddrages i undervisningen og i det pædagogiske arbejde

Service ø konomi

Sig hvad du mener - og undgå stress

Win-win forhandling

Tjen penge på nettet

Bedre borgerkontakter

Dannelse

**Man og singleliv Om hvordan du kommer i balance, så du tiltrækker din ideelle kvinde, og parforholdet varer ved. - Det er at finde og få fat i en kæreste/partner. - Noget andet er at få parforholdet til at fungere og vare ved. Der er skrevet mange bøger om man og dating, men ingen er gået i dybden med, hvordan manden kan finde lykken og kærligheden ved at være god og autentisk. Dette inkluderer både fridigheder, adfærd og holdninger. Der skal være naturligt flow i livet. Det kan sammenlignes lidt med, når man kører bil, og når den automatisk skifter gear på det tidspunkt, det er nødvendigt. På samme måde er det ikke kun et spørgsmål om at lære nogle fridigheder i at score en kæreste. Hvad senere, når hverdagen dukker op, "maskerne falder," og livets udfordringer kommer? Selv om bogens primære målgruppe er heteroseksuelle single-mænd, kan den også give stof til eftertanke for folk i parforhold, fordi vedligeholdelse af forholdet indebærer, at vi bliver ved at medtage vores partner og at være bevidste og opmærksomme. Se [www.datingsider-siderafdating.dk](http://www.datingsider-siderafdating.dk)**

**Kommer du til at sige ja til noget, du egentlig ikke har lyst til? Lader du dig overtale til at købe noget, du ikke har brug for? Undgår du konflikter med familie, kollegaer og andre - og føler du dig trådt på bagefter? Så er assertionstræning noget for dig! Assertiv adfærd er at kunne og turde udtrykke sine følelser, meninger og behov klart, utvetydigt og ærligt med respekt for sig selv og den anden. Bogen giver en introduktion til denne type kommunikation og giver anvisninger til, hvordan man kan opbygge selvtilliden til at udtrykke sine følelser og holdninger ved hjælp af assertiv adfærd og kommunikation. Jan Johansen (f. 1952) er privatpraktiserende psykolog og arbejder mest med erhvervs- og klinisk psykologiske opgaver, herunder stressbehandling. Johansen har været højskolelærer på Brogården og instruktør på kurser i assertion, samarbejde, ledelse og personlig udvikling. Niels Toft (f. 1930) er cand.merc og har haft lederstillinger i blandt andet Ford Motor og Thrig-Titan. Toft har været højskolelærer på Brogården og instruktør på kurser i assertion, samarbejde, ledelse og personlig udvikling. Sammen har Jan Johansen og Niels Toft udgivet bogen "Sig hvad du mener - og undgå stress" (1996) om assertiv adfærd som stresspræventivt middel.**

**NORDICOM Bibliography of Nordic Mass Communication Literature**

**Motivér til succes**

**Datingsider - Sider Af Dating**

**Legebaseret pædagogik**

**natur, samfund og pædagogik**

Jeg har ønsket at skrive en bog for alle, der ønsker at arbejde bevidst med deres eksisterende eller kommende parforhold, forbedre det og udvikle sig selv til mere hele mennesker. Jeg ønsker at samle den viden og erfaring, jeg efterhånden selv har opnået gennem min egen personlige udvikling og på baggrund af min faglige viden som psykoterapeut. Disse indsigter har dels hjulpet mig selv, dels mine kursister og klienter i deres udvikling. Jeg har ønsket en bog, der kommer hele vejen rundt og giver en helhedsforståelse af alt det, der er i spil i et parforhold. Min bog tilbyder: - større bevidsthed om egne mønstre - bedre værktøjer til hensigtsmæssig konfliktløsning - at se sin egen andel i opståede konflikter - forståelse for, at konflikter og forskellighed er godt og uundværligt - større indsigt i de mekanismer, der får os til at vælge lige den partner, vi tiltrækker - at tage ansvar for sit eget liv og for sit parforhold - inspiration til at pleje kærligheden - at lære dig om dit eget foretrukne kærlighedssprog og at tale din partners kærlighedssprog, så hun/han virkelig føler sig elsket

Nordisk komparativt studie af hvordan kreativitet, innovation og entreprenørskab er integreret i de nordiske uddannelsessystemer

Psykodynamisk leksikon

Kommunikation og personlig udvikling

Forandringsledelse og forandringskommunikation

Trivsel

Mentor

7 spilleregler i det 21. århundredes lederskab

Forhandlingssevner handler om to ting: indflydelse, og det er de lederegenskaber, du har, og overtalelsesevnen og evnen til at nå til enighed. Disse to kvaliteter kan trænes dagligt, fordi forhandlingsprocessen aldrig stopper. Du vil altid ønske dig noget, du ikke har, og for at få den tjeneste eller det produkt, du ønsker, skal du henvende dig til den eller de personer, der har det. Forhandlinger er som sagt den måde, hvorpå man kan tilfredsstille en interesse. Det er uden tvivl en form for kommunikation og overtalelse, og det er derfor, vi har indført både overtalelse og kommunikation i værdikulturen. Det er oplysninger, som hvis du gennemgår dem, vil du bedre kunne lykkes i din søgen efter at få det, du ønsker. Forhandling er en færdighed, der let kan læres. Det hjælper dig med at klare dig under visse omstændigheder. Du kan

bruge forhandlingsteknikker i forbindelse med salg, køb og kontrakter. Det vigtigste er, at en forhandler lærer at forberede sig. Det afhænger af, hvor meget du ønsker at få det, du ønsker i sidste ende. Jo mere du vil have, jo bedre forbereder du dig på forhandlingen og viser under forhandlingsprocessen, at du ikke er så interesseret i det endelige resultat. En god forhandler ved, hvordan man planlægger alt effektivt og godt. Det eneste, du skal gøre, er at værdsætte dine idéer og tro på, at du er værdifuld. Forhandlinger er ikke en kamp, ikke for i dag eller i morgen, men for hele livet. Jeg kan kun udfordre dig til at læse denne bog og de andre i Værdikultur og ønsker dig held og lykke!

Denne bog udkom første gang i 1995 og der er kun lavet mindre ændringer i herværende udgave. Bogen henvender sig til alle, som interesserer sig for kurser og personlig udvikling. Det handler om at udvikle menneskers livsfærdigheder og kommunikationsevne og at skabe størrelse selvindsigt. Disse egenskaber er forudsætningen for at et menneske kan fungere godt på en arbejdsplads, uanset hvor i pyramiden han/hun er placeret. Der er brug for gode ledere, ikke kun i erhvervslivet, men også i organisationer, forvaltninger og i det politiske liv. Og gode ledere opstår ikke af sig selv. De skal uddannes og de skal trænes. Det er det, som denne bog handler om.

Friluftsliv

- en brugervejledning

Viljen til Salg

- Parterapeutens bedste råd

Bevar dig selv

Sprog, kommunikation og psykologi

*Hvad gør en højskole til en højskole og ikke til en hvilken som helst skole eller til et hvilket som helst andet tilbud i oplevelsesøkonomien? Hvad er det i højskolernes praksis, der gør, at de ikke blot leverer oplevelser, men også livsoplysning, dannelse og faglighed på et niveau, som legitimerer skoleformens fortsatte eksistens? Kort sagt: Hvad er en højskole? Denne bog går til spørgsmålet om, hvad en højskole er, ved at tage fat i højskolens pædagogik. Samtidig er det forhåbningen at løfte samtalen ud af højskolens egen verden ved at reflektere det selvoptagede spørgsmål i en almen pædagogik – så det bliver vedkommende og får betydning for andre end højskolerne selv. Gennem fortællinger, diskussioner, fortolkninger og udfordringer inspirerer bogen til refleksion over højskolen, dens pædagogik og dens muligheder. Udgangspunktet er, at der i højskolen udfoldes en særlig pædagogisk praksis. Denne praksis er kendetegnet ved spændinger, paradokser og muligheder, der ikke gives færdige løsninger på, men som alle i højskolen vedvarende bør reflektere over og udfordres på, og som også har stor relevans uden for en snæver højskolepraksis. Bogen henvender sig til alle med interesse for såvel undervisning og pædagogik som for højskolens anliggende og praksis. Foruden Jonas Møller og Rasmus Kolby Rahbeks omfattende første del indeholder bogen følgende kapitler: 'Tillid til fællesskabet' af Lisbeth Trinskjær 'Betydning er verdens løn' af Simon Lægsgaard Madsen 'Traditioner og ritualer i højskolen' af Uffe Strandby 'I højskolen overvintrer friheden' af Carsten Kristiansen 'Friheden som foræring' af Jacob Tybjerg 'Engagementets pædagogik' af Jakob Kjærsgaard 'At engagere de uengagerede' af Janne Kjærsgaard 'Når vandet bliver lunkent' af Jesper Trier Gissel 'Når hovedsigtet udledes i kroppen' af Søren Møller & Søren Sinnbech 'Fuck, du er en nar!' af Jens Horstmann 'Hjertets dannelse' af Charlotte Jensen & Kurt Finsten 'Saglige udvidelser' af Lene Tanggaard "'En gigantisk bøtte med kærlighed'" af Tom Tiller 'Højskolen er et andet sted' af Alexander von Oettingen 'Højskolepædagogik og det (u)bæredygtige samfund' af Jonas Andreasen Lysgaard 'Folkehøjskolen – midt i samfundet!' af Leo Komischke-Konnerup*

*Den forskningsviden, der formidles i denne bog, stammer primært fra et forskningsprojekt om Legebaseret Pædagogik som er gennemført af forfatterne for University College Nordjylland. Ambitionen med bogen er at præsentere forskningen på en lettilgængelig måde og dermed bidrage til at gøre det nemt at omsætte forskning til beslutninger om og i pædagogisk praksis. Hvis man vil undersøge, hvorvidt og hvordan pædagoger og pædagogstuderende deltager i børns leg i dagtilbud, kan man nærme sig feltet ved at se på, hvilke processer der foregår under hvilke strukturer eller former, og hvad indholdet og formålet med deltagelsen er. Videre kan man undersøge, hvad leg er, og hvilket udbytte børn har af at lege i de pædagogisk tilrettelagte læringsmiljøer, vi har, i vore dagtilbud. I denne bog fokuseres på, hvilke former for leg der har hvilke didaktiske og pædagogiske kendetegn, og på hvilke måder pædagoger og pædagogstuderende deltager i børns leg, eller ikke gør.*

Pædagogisk assistent

Human resource management

Arbejdet under forandring, forandring af arbejdet

Pas godt på min far

taylorisme, postfordisme eller det udviklende arbejde?

Kommunikation, ja tak – men hvordan?

*"Viljen til salg" tager udgangspunkt i dig som sælger, dit potentiale, og hvordan du ved at bruge din viden og udvikle din vilje, kan optimere salg. Viden om spejlneuroner og deres indflydelse på vores måde at træffe valg på er ny. I et letforståeligt sprog formidler Erik Østenkjær disse forskningsresultater og den effekt den har på dine kunders valg og dermed dit slag. Denne bog handler om viljen til salg, om forskellen mellem den gode og den fantastiske sælger, den handler om at opnå større præstationer, om at bruge sine evner fuldt ud. "Viljen til salg" er skrevet til sælgere, konsulenter, ledere og mennesker, der ønsker at have større vilje til at sælge sig selv. Erik Østenkjær har beskæftiget sig med præstationspsykologi i mere end 30 år og betragter den præstation, der ligger i godt salgsarbejde, som en udfordring på lige fod med en sportspræstation.*

*Transaktionsanalysen er et af psykologiens bedste redskaber til forståelse af kommunikation, ledelse og menneskeligt samspil i arbejds- og familielivet. Denne grundbog gennemgår transaktionsanalysens teori og indeholder masser af praktiske eksempler på dens anvendelse. Bogen er en arbejdsbog og et godt redskab til personlig udvikling. Den indeholder spørgsmål til overvejelse og forslag til øvelser, som gør teorien levende og let at forstå.*

**KURSER OG PERSONLIG UDVIKLING**

Kommunikation, dannelse og personlig udvikling

organisation og menneske

Kærlighedens manual

Grundbog om hjælpemidler

*Ubevidst intelligens*

*Kirsten Stendevads "Fremtiden er feminin" præsenterer syv grundprincipper i det "feminine århundredes" lederskab.*

*Virksomhederne skruer igen og igen op for forventningerne. Og for at leve op til de mere og mere hysteriske krav lader de ansatte sig coache, vejlede og udsætte for amerikanskinspirerende ledelsesværktøjer.*

*Robust i en uforudsigelig fremtid*

*syv stærke vaner fra verdens bedste kommunikatører*

*Kreativitet, innovasjon og entreprenørskap i utdanningssystemene i Norden*

*Personlig gennemslagskraft*

*Selvstyrende team - ledelse og organisation*

*Coaching - fokus på samtalen*