

Noen få faglige referanser:

Aamodt, A. (2005a). *Om å forstå og behandle personer med alvorlige Personlighetsforstyrrelser: Et bidrag til en behandlingsmodell med fokus på å legge merke til, akseptere, tenke over, bruke og uttrykke følelser*. Del en. Skriftlig arbeid til spesialiseringen i klinisk psykologi. Oslo: NPF.

Aamodt, A., Liverød, S., Walle, S., Tobiassen, K. & Øksendal Haaland, V. (2006). *Fra en resignert pessimisme til en godt begrunnet optimisme: Utvikling av forståelse og behandlingstilbud for personer med alvorlige personlighetsforstyrrelser og traumerelaterte psykiske lidelser*. SSHF.

Aamodt, A. (2010). *Understanding and treating people with severe mental disorders: Affect integration* (DVD). Philadelphia, USA: The Tomkins Institute.

Aamodt, A. (2010-16). *Traumebevisst omsorg og behandling*. Kristiansand: RVTS Sør & Sørlandet sykehus HF.

Aamodt, A. (2011). *Light to the darker aspects of human existence*. Videorecorded presentation at the Integral Institute. Boulder. CO USA.

Aamodt, A. (2015). *Affect Integration, Mental Health, and Affect Conscious Psychotherapy*. Presentation at The Wright Institute. Berkeley, CA USA.

Aamodt, A. (2018). Visdom og kjærlighet gir mot, styrke, helse og livskvalitet. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*. 10, 963.

Aamodt, A. (2022). *Visdomskort og plansjer*. Internettsted som kan legges på hjemskjermen på mobiltelefoner: <https://andreaaamodt.weebly.com>

Aamodt, A., Monsen, J. T. & Solbakken, O. A. (2015). *Affect integration, mental health, and mental health care: A study of how affects can be experienced, managed, and expressed among patients with borderline personality disorders and a normal reference sample*. Kristiansand/ Oslo: Protocol for Doctoral Study - Sørlandet sykehus HF & Universitetet i Oslo. (NB: Dette forskningsprosjektet er lagt på is)

Aamodt, A. & erfaringskonsulent «Frøya» (2017). *Om å ta vare på våre følelser, ønsker og behov: Et traumebevisst perspektiv*. Innlegg presentert på Trauma, Dissociation and Psychosis. International Conference, Kilden i Kristiansand, 30. mai – 1. juni 2017.

Bath, H. (2008b). *Traumebevisst omsorg*. Artikkel oversatt av Aamodt for RVTS Sør: https://rvtssor.no/filer/backup/tre_grunnpilarer1.pdf . Se også:

Bath, H. (2008c). https://traumesensitivt.psb.webcore.no/wp-content/uploads/sites/4/2021/05/24092017_calming-together-samregulering-bath.pdf

Covey, S. (2014). *The 7 habits of highly effective teens*. New York: Simon & Schuster. Alle plansjene er i full harmoni med de 7 universelle prinsippene i

denne boken om personlig utvikling og livskvalitet: [Amazon.com: The 7 Habits of Highly Effective Teens \(8601417249406\): Covey, Sean: Books](https://www.amazon.com/dp/B000APR000)

Dybdal, L. (2021). Aksept, forståelse og vennlighet trumfer det meste. *Forskning.no*: [Aksept, forståelse og vennlighet trumfer det meste \(forskning.no\)](https://forskning.no/aksept-forstaelse-og-vennlighet-trumfer-det-meste)

Gilbert, P. & al. (2010). Håndbok og nettsted om medfølelsesfokusert psykologi og selvutvikling med en rekke praktisk psykologiske øvelser: <https://www.getselfhelp.co.uk/docs/GILBERT-COMPASSION-HANDOUT.pdf> Vi kan lære mer om denne tradisjonen ved å gå inn på <https://www.compassionatemind.co.uk/about-us> eller se denne korte filmen: <https://www.youtube.com/watch?v=VRqI4IxuXAw>

Gottmann, J., M. er svært anerkjent og viktig. Her er noe enkelt fra NRK: <https://www.nrk.no/kultur/dette-er-den-beste-foreldrestilen-1.13638143>

Jørstad Riise, A., Stensbøl, B. & Pensgaard, A. (2014). Mental trening: <https://psykologisk.no/2014/02/hva-er-egentlig-mental-trening/>

Maratos, Montague, Ashra, Welford, Wood, Barnes, Sheffield & Gilbert. (2019). *Evaluation of a Compassionate Mind Training Intervention with School Teachers and Support Staff*. Det er viktig at lærere og ledere også tar vare på sin egen helse 😊

Monsen, J. T., Aamodt, A., Fosse, G. K., Hoffart, A., Øksendal Haaland, V., Tobiassen, K. M., Launes, G., Vigmostad Eriksen, C., Solbakken, O. A. & Sandvik Hansen, R. (2011). *Personlighetsforstyrrelser og langvarige psykiske lidelser: Etablering av behandlingstilbud i Aust- og Vest Agder 2012-2014*. Kristiansand og Oslo: Sørlandet sykehus HF, Universitetet i Oslo, Modum Bad og Rådet for psykisk helse / Extrastiftelsen.

Monsen, J. T. (2013): Videoforedrag av min mentor: [Psykologilunsj: Psykoterapi, store endringer skjer i små øyeblikk, Professor Jon T. Monsen - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=...)

Nathanson, D. L. (2003). Min gode venn Nathanson gjør her rede for følelsenes betydning for læring hos elever og studenter: [Dr. Donald L. Nathanson: The Role of Emotion in Learning to Read - How Shame Exacerbates Reading Difficulties - Children of the Code](https://www.youtube.com/watch?v=...)

Ridar, T. (2020). Alvorlige psykiske lidelser: Terapimetoden som virker best. *Oslo: VG+ 5. november*. Med Aamodt, Eriksen, Monsen og kolleger.

Seligman, M. (2021) og kolleger om positiv psykologi for barn og unge under utdanning: <https://positivepsychology.com/what-is-positive-education/>

Skogstrøm, L. (2013). De sykeste får mest ut av terapi. *Oslo: Aftenposten 28.mai*. (Artikkel om et stort psykoterapiforskningsprosjekt med forskningsleder Monsen, erfaringskonsulent Eriksen og terapeut Aamodt): <https://www.aftenposten.no/norge/i/8mBvG/De-sykeste-far-mest-ut-av-terapi>

Youmans, M. (2017). *Følelser til å bli sprø av*. Oslo: Gyldendal. (Boken inneholder blant annet et kapittel om Aamodt, og et kapittel om «Edel» som ble frisk fra langvarige og svært alvorlige psykiske lidelser ved å lære å forstå og håndtere egne og andres følelser, ønsker og behov.)

Se gjerne www.solskinnspsykologi.no for å lære mer om hva veiledningen, undervisningen og plansjene bygger på av teori, forskning og erfaring.

Referanselisten består av noen få utvalgte kilder, og vil justeres.

Psykologspesialist Andreas Aamodt ☺ 2023