

Nya!!



MindTrainer



Mind Trainer

Jag heter Jan Lundgren och jag har fått Skandinaviska Ledarhögskolans uppdrag att vara redaktör för Mind Trainer, som i fortsättningen kommer ut en gång i månaden. Jag kommer att presentera mig närmare i nästa nummer. Först vill jag lämna ordet till Lars-Eric Uneståhl, som har lovat att i varje nummer berätta lite om sin och familjens verksamhet.

Om du har idéer på vad vi borde skriva om i Mind Trainer framöver så skicka dina synpunkter till jan@slh.nu

Vi hörs!

Jan Lundgren

Lars-Eric Uneståhl har ordet;

Jag har många gånger blivit ombedd att berätta lite mer om vår verksamhet och hur vi har lagt upp vårt liv. Därför kommer det en liten rapport i de nummer av Mind Trainer, som den nye redaktören avser att ge ut varje månad med början av detta nummer för november.

Augusti startade med en coachingkurs i Sverige varefter större delen av månaden ägnades åt olympiaden och världskongressen, där vi ju hade sällskap med 50 härliga SLH:are och andra deltagare från ett 20-tal länder.

När det gäller kontakter kom Elene och jag som vanligt i skymundan för Angela, vilken genom sitt änglalika utseende (Det är därför hon fick heta Angela) väcker uppmärksamhet var vi än drar fram och speciellt då i Asien.

I september och oktober har jag för ovanlighetens skull rest rätt mycket ensam, varit i Tyskland och arbetat med Siemens (blev förvånad när jag fick höra att man har en halv miljon anställda), medverkat på hypnoskongressen i Wien (där var SLH:s lierade från Skottland, Alistair Dobbins, som berättade om sin framgångsrika verksamhet med Mental Träning för depression), haft seminarier om Mental Träning för olympiska kommittén i Kosovo (Kosovo är ett fascinerande land, där människor kämpar för att få fler nationer att erkänna den nya staten).

Vi har dock även gjort en del gemensamt, t.ex. kurs på Mallorca, SLH:s höstresa till Riga och symposium i Mexico City och tränarkonferens i Acapulco. En rapport från Mexico och Riga kommer i nästa nummer av Mind Trainer .

Mexico resan var första utlandsresan som Elene och jag gjorde utan Angela och det kändes tomt. Hon har annars varit vår ständige följeslagare under fyra år och har redan hunnit med ett 30-tal länder. För att kunna hålla kontakten med sitt dagis så har hon öppnat en blogg med adressen: angela.unestahl.com (OBS: inget www).

Nya!!

Skandinaviska Ledarhögskolans Nyhetsbrev november 2008



MindTrainer



November kommer vi att ägna åt NLP-kurser (både Practitioner och Master) på det nya träningscentrat i Thailand. Både det och Costa Rica kommer att ställas till intresserade SLH:ares förfogande på samma sätt som Mallorca. Mallorca har nu blivit så populärt att en stor del av 2010 redan är inbokad.

Det jag fortfarande är mest glad över är dock den mentala träningen, symboliserad genom PUMT-kursen. Vi har gjort ett slumpvis urval av ett hundratal PUMT:ares kursutvärderingar, som nu finns på hemsidan och jag blir mer och mer ödmjukt tacksam när jag ser vilken livsavgörande betydelse som kursen haft för så många människor.

Lars-Eric Uneståhl

PM-LÄSARSKIFTE

Att läsa PUMT och PTL innebär ju en kontinuerlig utveckling under flera år. Tentamen på dessa kurser görs ju i form av en redovisning av denna utveckling bl.a., genom PM. PM-läsaren har därför en mycket viktig roll eftersom man förutom tentator också är en coach, som ger stöd och feedback under denna process.



Pia Hellertz

Från starten i slutet av 80-talet och till 2006 var Pia Hellertz innehavare av denna viktiga funktion. På grund av allt fler arbetsuppgifter på Örebro universitet (Hon fick bl.a. uppdraget att bygga upp hela den svenska socionomutbildningen på distans) så överlämnade hon alla nya PUMT- och PTL-läsare till Maria Skoglund (beteendevetare, terapeut, coach m.m.)

Från 1 november sker en återgång till Pia av två skäl. Dels har Maria nu fått en ny chefsbefattning, som tar mycket tid, medan Pia samtidigt avslutar sin 30-åriga verksamhet vid universitetet. Vi tacka Maria för den mycket fina och uppskattade insatsen och vi hälsar samtidigt Pia tillbaka som tentator och PM-läsare.

Nya!!

Skandinaviska Ledarhögskolans Nyhetsbrev november 2008



MindTrainer



SLH Vår- & Höstmöte

Nu kan du boka vår och höstmöte för många år framåt.

Styrelserna för SLH och SLH IF har nämligen beslutat sig för att återgå till de tidpunkter för mötena som fanns under de första 15 åren av SLH:s verksamhet. Det innebär att vårmötet alltid blir den 3:e helgen i mars och höstmötet 3:e helgen i oktober.

Man bestämde också att vårmötena alltid äger rum i Örebro men att höstmötena gärna läggs ut på lokala eller regionala SLH-nätverken. Detta har redan Gävle nappat på och skickat inbjudan. Under 2009 blir därför Vårmötet i Örebro 3:e helgen i mars och höstmötet i Gävle 3:e helgen i oktober.

Vårmöte våren 2009

Skandinaviska Ledarhögskolan fyller 20 år och detta firar vi med ett extra spännande vårmöte i Örebro den 20-22 mars 2009. Programmet kommer inom kort - se www.slh.nu

Buena Vida

Den litteratur och de videoprogram som finns hos Buena Vida vill ge information om möjligheterna till att skapa ett bra liv som varje människa har. Dessutom att visa på och skapa motivation för den träning, som behövs för att både upptäcka och utveckla resurser.

Presenttips från Buena Vida

Stresshantering II

- med hjälp av mental träning.

Även om detta program kallas Stresshantering II, så är det ändå möjligt att starta med denna CD.

Presentpris: 149 kr (ord.pris 179)

NLP och Mental Träning

Effekten av den mentala träningen ökar om metoder från NLP:s rika "verktygslåda" tas med och att omvänt NLP ger mera av långsiktiga effekter om den byggs på den mentala träningen.

Presentpris: 149 kr (ord.pris 179)

Beställ på: www.buenavida.se

Business Coach

- ett av världens populäraste yrken.

Allteftersom allt fler studier publiceras om vilken hög ROI (Return on Investment) som Coaching kan ge så börjar allt fler företag världen över att använda sig av coaching som en integrerad del av verksamheten. I England använder sig redan 95 % av organisationerna av Coaching och värdet på affärscoachingindustrin i USA uppskattas 2006 till runt 1 miljard dollar och växer explosionsartat hela tiden (siffror från boken: How Coaching works). Detta gör också att behovet av businessutbildade coacher stadigt växer.

Nya!!

Skandinaviska Ledarhögskolans Nyhetsbrev november 2008



MindTrainer



SLH är därför mycket stolta över att få samarbeta med ICC, som är den enda organisationen i världen som utbildar internationellt certifierade business coacher.

Nästa kurs på SLH till Business coach startar den 23 januari och pågår under våren 2009. För att antas till kursen måste du vara certifierad som International Coach.

Läs mer om ICC businesscoach på www.international-coach.com



Neuro Lingvistik Programmering

NLP är kraftfulla modeller, verktyg och processer för förändringsarbete och handlar om hur du påverkar dig själv och andra. NLP visar hur tanke, känsla och handling hör ihop och hur

du kan skapa en attraktiv tillvaro genom att aktivt välja ditt liv och vilka mål du vill uppnå. Framgång är nämligen ingen slump utan ett resultat av medvetna val och handlingar.

Vad kan man använda NLP till?

En stor del av det man får lära sig under en utbildning i NLP handlar om att förstå och kunna använda språket och hjärnan på ett medvetet sätt. Det du lär dig under en utbildning kan du använda för att påverka och utveckla både dig själv och andra.

Eftersom hjärnan och språket är inblandad i det mesta vi gör så har NLP ett brett användningsområde. Kunskaperna från en utbildning kan användas av idrottare för att prestera bättre, av terapeuter för att behandla fobier.

Men även av chefer för att motivera medarbetare, av presentatörer för att fånga publikens uppmärksamhet, av coacher för att locka fram klientens inre resurser och av säljare för att ge kunden en bra upplevelse av produkten mm.

Nästa NLP kurs på Mallorca är mellan den 23 mars till 10 april.

Mer information om NLP finns på www.nordicinstitute.se

Nya!!

Skandinaviska Ledarhögskolans Nyhetsbrev november 2008



MindTrainer



Stress- & Life Management - bli Diplomerad Stressmanager

Har du någonsin upplevt en dag när du lyckas med allt? En dag när problem är som "stepstones" som lyfter dig till nya horisonter. Ta och fundera på hur ditt liv skulle vara om varje dag var så i framtiden. Hur skulle det kännas? Hur många möjligheter skulle öppna sig? Hur skulle omgivningens bild av dig förändras? Vad skulle du kunna åstadkomma?

Stress- & Life Management är en femdagarsutbildning fylld med effektiva modeller, verktyg och praktiska övningar som ger din personliga utveckling en energikick. Du lär dig hantera olika livssituationer på ett nytt sätt. Detta är en utbildning för dig som vill styra och äga ditt liv.

Två SLH-legender som kursledare

Kursledarna kommer att vara två personer, där den ena redan är en SLH-legend och den andra är på väg att bli det...

Lasse Gustavsson är "brandmannen" för en stor del av svenska och norska (Lasse är oerhört populär i Norge). På sina många framträdanden i massmedia och sina föredrag runt om i landet har han gjort en ovärderlig reklam för den mentala träningen.

Igor Ardoris är liksom Lasse både mental tränare och ICC coach och har också trots sin unga ålder blivit känd för många svenskar, inte minst genom sin

medverkan i TV-serien 9A. Han har också utvecklat en kombination av mental träning och "martial arts" (är också karate mästare) som han kallar för "Själförsvar".



Costa Rica - Paradiset i vinterkylan!

I februari får du tillfälle att ta del av deras kunskaper och livserfarenheter. Även om kursen heter Stress- & Life Management kommer den att beröra många fler områden i den personliga utvecklingen mot Livskvalitet och Livsglädje.

Nästa kurs genomförs i Costa Rica den 23-27 februari och anmäler du dig innan den 1 december får du i julklapp ett avdrag på kursavgiften med 1 000 kr!!

Mer kursinformation på www.slh.nu

Nya!!

Skandinaviska Ledarhögskolans Nyhetsbrev november 2008



MindTrainer



Lär känna - och utveckla din röst Spänningsreglering, Mental Träning, Andning, Röstteknik & Coaching.

En 3-dagarskurs för dig som är sångare, musiker, lärare, pedagog, skådespelare, talare, jobbar inom kommunikation (radio, TV), eller för dig som helt enkelt vill utveckla din röst.

Kursledare är Carita Boronska, Lars-Eric Uneståhls dotter. Hon är artist, kompositör och sångcoach.

Exempel på Innehåll

- Vilken betydelse har vår röst?
- Hur använder vi rösten?
- Hur uppfattar andra vår röst?
- Hur påverkas rösten av budskapet, av min hälsa, av min inställning/ tillstånd?

Mer info: www.slh.nu

Nästa Mind Trainer

I december kommer nästa Mind Trainer och då kommer vi att berätta mer om höstmötet i Riga, konferensen i Mexico och Acapulco mm.

Om du har några tips om vad vi ska ta upp i kommande Mind Trainer så vill jag att du mailar detta till mig.

Vi hörs!
Jan Lundgren

Mail: jan@slh.nu



Carita Boronska
Artist, kompositör & sångcoach

"Börja dagen med att vara
tänd för det du tänker göra
och sluta dagen med att
vara glad över vad du gjort.
Lars-Eric Uneståhl