

EUROPÆISK
CURRICULUM VITAE
FORMAT



PERSONLIGE OPLYSNINGER

Navn **METTE GAJHEDE**
Adresse **Nordsøvej 16, Tornby, 9850 Hirtshals**
Telefon **61997139**
Fax
E-mail mettewgajhede@gmail.com
mette@modhelhed.dk

Nationalitet **Dansk**

Fødselsdato **29.09. 1964**

ERHVERVSERFARING

- Datoer (fra – til)
- Arbejdsgivers navn og adresse
 - Virksomhed eller sektor
 - Beskæftigelse eller stilling
- Vigtigste aktiviteter og ansvarsområder

01.01.2010 – nu

Mod Helhed

Egen mindre virksomhed i Tornby, 9800 Hirtshals
www.modhelhed.dk

Psykoterapi, Livssamtaler, Stress- Traumebehandling, Supervision, Undervisning og Workshops

01.07.2023 – nu

Tværfaglig Smertecenter, Aalborg Universitetshospital, Region Nordjylland

Smertesygplejerske og psykoterapeut MPF

Individuel psykoterapi, undervisning og gruppefacilitering

01.08.2022 – 31.06.2023

SOSU Nord

Afdeling Hjørring

Underviser og projektmedarbejder på Social- og sundhedsassistentuddannelsens hovedforløb

01.07.2021 – 31.07.2022

Psykiatrien, Klinik Nord, Region Nordjylland

Ambulatorium for Angst og Personlighedspsykiatri i Brønderslev

Ambulant sygeplejerske med specialfunktion og psykoterapeut MPF

Individuel terapi og sygeplejefaglige opgaver

01.09.2015 – 30.06.2021

Psykiatrien, Klinik Syd, Region Nordjylland

Ambulatorium for Personlighedspsykiatri i Aalborg

Ambulant sygeplejerske med specialfunktion og psykoterapeut MPF

Psykoedukation, individuel terapi og gruppeterapi.

Arbejds miljørepræsentant

01.09.2012 – 31.08.2015

Opbygningsgården, Årbækvej 10, 7752 Snedsted

Opbygningsgårdens behandlingsafdeling på Statsfængslet Kragshovede

Projektansat som psykoterapeut MPF og misbrugsbehandler

Implementering af 'Terapeutisk Samfund – Phoenix House' modellen

2011 – 2013

www.ventilen.dk

Frivillig supervisor ved Ventilen, Frederikshavn.

01.09.2009 – 31.08.2012

Sundhed, Ældre og handicapområdet, Hjørring Kommune

Socialpsykiatrisk døgn dækket botilbud 'Lysningen' for unge med sindslidelse

Sygeplejerske og arbejdsmiljørepræsentant

01.10.2008 – 31.08.2009

Psykiatrien, Klinik Syd, Region Nordjylland

Almenpsykiatrisk sengeafsnit S7

Sygeplejerske

01.10.1996 – 30.09.2008

Nyremedicinsk afdeling, Aalborg Universitetshospital Syd

Dialyseafsnit Hjørring

Ambulant dialysesygeplejerske

01.03.1994 – 30.09.1996

Sundhed, Ældre og handicapområdet, Hjørring Kommune

Genoptræningscenter Motellet

Sygeplejerske, ansvarshavende aftenvagt

01.05.1993 – 28.02.1994

Sundhed, Ældre og Handicapområdet, Hjørring Kommune

Områdecenter Skovgården

Primærsygeplejerske, ansvarshavende aftenvagt

01.11.1991 – 30.04.1993

Aalborg Sygehus, Nordjyllands Amt

Klinisk Immunologisk Afdeling, afsnit Nord

Sygeplejerske

Donortapning

ALMEN OG ERHVERVSFAGLIG UDDANNELSE

- Datoer (fra – til)
- Uddannelsesinstitutionens navn og type
- Vigtigste fag/erhvervs kvalifikationer
 - Uddannelsens betegnelse/Erhvervet titel
- Niveau efter national klassificering

1988-1991

Vendsyssel Sygeplejerskole - nu University College Nordjylland (UCN)

Aut. sygeplejerske

2005 - 2010

Psykoteraeutisk Center, Brevst – nu Holoworld Consult

(hvis relevant)

www.holoworld.dk

Certificeret psykoterapeut efter 4-års uddannelse og efterfølgende optaget som medlem af Dansk Psykoterapeutforening

Psykoterapeut MPF

2010

Hjørring Kommune

Sikkerhedsgruppens arbejdsmiljøuddannelse

3 dages kursus

Arbejdsmiljørepræsentant

2011

Dr. David Bercei

www.traumaprevention.com

TRE - Tension and Trauma Releasing Exercises

Certificeret Level 1 instruktør i kropsterapeutisk stress- og traumehåndtering

2013

Dr. David Bercei

www.traumaprevention.com

TRE - Tension and Trauma Releasing Exercises

Certificeret Level 2 instruktør i kropsterapeutisk stress- og traumehåndtering

2016

Århus Universitet

Master i Rusmidler - forbrug, forebyggelse, politik og behandling, ved School of Business and Social Sciences

2 års studie på deltid

Master i Rusmidler

2018

Dr. David Bercei

www.traumaprevention.com

TRE - Tension and Trauma Releasing Exercises - 'Advanced Training'

3 dage i København

Kvalificeret som Advanced TRE Provider

2022

Vinatur

www.vinatur.dk

Naturterapeutisk grunduddannelse ud fra den evidensbaserede metode Nature – Body - Mind – Community (NBMC)

Bestående af 3 moduler af 48 lektioner

Naturterapeut

2022 – forventes afsluttet i 2025

GLT – Grof Legacy Training

<https://www.glt-nordic.org/>

Facilitering af Grof Breathwork og psykedelisk assisteret terapi – helende transformation af bevidsthed

2023

NADA- Danmark ApS

<https://nada-danmark.dk/>

30 lektioner over 4 dage

Diplom uddannelse som NADA udøver

**PERSONLIGE FÆRDIGHEDER OG
KOMPETENCER**

Erhvervet i løbet af livet eller som led i et karriereforløb, men ikke nødvendigvis dokumenteret ved hjælp af formelle uddannelses- og eksamensbeviser

2007

Psykoteraapeutisk Center, Brovst – nu Holoworld Consult

<http://www.holoworld.dk>

Parforholdskursus. 6 kursusdage og 1 weekend over 1 år

2008

Dr. David Bercei

<http://www.traumaprevention.com>

TRE - Tension and Trauma Releasing Exercises

1 dags workshop i stress- og traumehåndtering

2008

Psykiatrien, Region Nordjylland

3 dages undervisning i psykopatologi for sygeplejersker

2009

Psykiatrien i Region Nordjylland

Ugekursus i konflikthåndtering for sygehuspsykiatri

2009

Gestaltterapeutisk Forums konference, Århus Universitet

'Gestaltterapiens Integrative Teori og Praksis'

1 dag

2010

Psykoteraapeutisk Center, Brovst – nu Holoworld Consult

<http://www.holoworld.dk>

Kursus i relationel læring

6 kursusdage og 1 weekend over 1 år

2010

Hjørring Kommune

MED-uddannelse

Grundmodul á 1 dag

2011

Gestaltterapeutisk Forums konference. Århus Universitet

'Nu 'et – Tidens Betydning i Gestaltterapi'

1 dag

2011

Psykologisk Institut, Århus.

<http://www.gestalt.dk>

Mikael Sonne, Jan Tønnesvang og James Hammink

Dagsseminar i Integrativ Gestaltterapi

2011

University College Nordjylland

Ugekursus i Recovery- orienteret praksis

2011

Hjørring Kommune

Personaleudvikling i socialpsykiatrisk regi, med fokus på tillid og samarbejde

Internat i 3 dage på Psykoteraapeutisk Center, Brovst – nu Holoworld Consult

2011

Hjørring Kommune

2 dages workshop med fokus på arbejdsmiljø for Hjørring og Brønderslev kommune

2011

GATLA - Gestalt Associates Training Los Angeles

<http://www.gatla.org>

4 dages workshop med Todd Burley, Ph.D.

Afholdt i Frederikshøj ved Nyborg

2011

GATLA - Gestalt Associates Training Los Angeles

<http://www.gatla.org>

2 dages workshop med Todd Burley, Ph.D.

Afholdt hos psykolog Mikael Sonne, Voervadsbro

www.gestalt.dk

2011- 2012

Hjørring Kommune

Efteruddannelse i socialpsykiatrisk regi: Systemisk tænkning og gode samtaler

6 undervisningsmoduler á 2 dage samt 5 netværksdage med træning i mindre grupper

2012

Faglærer og psykoterapeut MPF Susanne Rebmann Ludvigsen, Fåborg

Systemisk-fænomenologisk terapifamilieopstilling og familieopstillinger efter Bert Hellingers filosofi og metode

1 dags workshop

2012

GATLA - Gestalt Associates Training Los Angeles

<http://www.gatla.org>

2 dages workshop med Todd Burley, Ph.D.

Afholdt hos psykolog Mikael Sonne, Voervadsbro

<http://www.gestalt.dk>

2013

GATLA - Gestalt Associates Training Los Angeles

www.gatla.org

2 dages workshop med Robert W. Resnick Ph.D.

Afholdt hos psykolog Mikael Sonne, Voervadsbro

www.gestalt.dk

2013

Gestaltterapeutisk Forums Konference, Århus Universitet

Complementarity and Integration – ‘Steps Towards a Future of Psychotherapy’

1 dag

2013

Dr. David Bercei

<http://www.traumaprevention.com>

TRE - Tension and Trauma Releasing Exercises

International Conference - Advanced Training

5 dage – Cefalu, Sicilien, Italy

2013

Aalborg Universitet i Kbh.

Kursus i Videnskabsteori

2013

EFTC (European Federation of Therapeutic Communities) Conference

4 dage - Prague, Czech Republic

2015

Psykoterapeutisk Center Stolpegård, Psykiatrien, Region Hovedstaden

Workshop med MD, psykiatrist and psychotherapist Giancarlo Demaggio

Metakognitiv Interpersonel Psykoterapi til mennesker med personlighedsforstyrrelser

3 dage

2016

Institut for Mentalisering. Aalborg

Workshop med professor Sigmund Karterud

Mentaliseringsbaseret terapi i grupper. Et nyt perspektiv og en ny praksis i arbejdet med mennesker, som er 'vanskelige at nå'

2 dage

2016

Psykiatrisk Afdeling Aabenraa. Psykiatrien i Region Syddanmark

15. Dagskonference for medarbejdere ved psykoteraeutiske enheder 'Terapeutens rum - under pres'.

2016

Psykiatrien, Klinik Syd. Region Nordjylland

Praksisnær workshop om gruppeanalysens tænkning og relevans for gruppeterapeutiske behandlingsformer i praksis

3 dage ved Marlis Dall, cand.psych. Specialist i psykoterapi og godkendt supervisor i DP samt DPS

2018

Aalborg Psykiatriske Sygehus, Region Nordjylland.

Mentaliserings Seminar

7 timers kursus med bl.a. professor Anthony Bateman og speciallæge i psykiatri Morten Kjølbye

2018

Institutt for Mentalisering

Fjerde Nordiske Konference om mentalisering og mentaliseringsbaserede terapier

2 dages konference indeholdende 14 kursustimer i Oslo, Norge

2018

Alumni samling ved Center for Rusmiddelforskning, Århus Universitet

Oplæg og sparring for masteruddannede inden for Rusmidler - forbrug, forebyggelse, politik og behandling

1 dag

2018

Docenten.dk

Kursusdag om neuroaffektiv mentalisering med Susan Hart

'Evnen til ikke blot at tænke klart, men også føle klart'

2018

Region Nordjylland

Regional temadag om arbejdet omkring gravide kvinder med et forbrug af alkohol og/eller andre rusmidler

2019

TRE træner og psykolog Michael Nissen

TRE - Tension and Trauma Releasing Exercises

2 dages workshop for TRE instruktører

2019

Psykolog og kroporienteret psykoterapeut Will Davis

Functional Analysis

Med fokus på mødet mellem det fysiske og psykiske, arbejdes der med blide ikke invasive teknikker til at forløse tidlige forstyrrelser, stress, chok og traumer

2 dages workshop i København

2019

Psykolog og kroporienteret psykoterapeut Will Davis

Functional Analysis

Med fokus på mødet mellem det fysiske og psykiske, arbejdes der med blide ikke invasive

teknikker til at forløse tidlige forstyrrelser, stress, chok og traumer
7 dage dages retreat, indeholdende 6 timers supervision i sydfrankrig

2020

Molis – psykologisk praksis med speciale i autisme og ADHD

Autisme og søvn - 2 timers webinar

Sendiagnosticerede unge og voksne med autisme - 2 timers webinar

Autisme og den sociale hjerne - 2 timers webinar

MODERSMÅL

ANDRE SPROG

- Læsefærdighed
- Skrivefærdighed
- Talefærdighed

DANSK

ENGELSK:

UDMÆRKET LÆSEFÆRDIGHED, GOD SKRIVE OG TALEFÆRDIGHED

NORDISK:

UDMÆRKET LÆSEFÆRDIGHED, GRUNDLÆGGENDE SKRIVE OG TALEFÆRDIGHED

SOCIALE FÆRDIGHEDER OG KOMPETENCER

Leve og arbejde sammen med andre mennesker, i flerkulturelle sammenhænge, i stillinger, hvor kommunikation er vigtig, og i situationer, hvor teamwork er afgørende (f.eks. inden for kultur og sport) etc.

Jeg har igennem mange år samarbejdet tværprofessionelt indenfor det social- og sundhedsfaglige område, herunder arbejdet i diverse teams med høje krav til kommunikation og samarbejde.

Særligt har jeg i forbindelse med psykoterapeutisk uddannelse og kurser samt ifm. konsulentarbejde og undervisning haft fokus på det relationelle aspekt, med specifikt fokus på overførings- og modoverføringsmekanismer samt gruppedynamik.

I arbejdet og samarbejdet med og omkring andre mennesker (relationsarbejde), herunder psykoterapeutisk behandlingsarbejde, har det kollegiale samarbejde ekstra stor betydning i form af mulighed for sparring og kollegial supervision - samt ekstern supervision.

Jeg har igennem mit liv og arbejdsliv ofte befundet mig i sammenhænge, hvor jeg har skulle fungere sammen med andre mennesker, også i flerkulturelle sammenhænge. Blandt andet har jeg deltaget i uddannelse, kurser, konferencer i udlandet, hvor meget har foregået som internat over flere dage.

ORGANISATORISKE FÆRDIGHEDER OG KOMPETENCER

Koordinering og administration i forbindelse med mennesker, projekter, budgetter; på arbejde, i forbindelse med frivilligt arbejde (f.eks. inden for kultur og sport) og hjemme etc.

Jeg er meget optaget af arbejdsmiljø og har ifm. funktionen som arbejdsmiljørepræsentant, både i kommunalt og regionalt regi, planlagt og afviklet projekter, herunder skaffet økonomiske midler (fundraising):

2011 Arrangør af personaleudviklingskursus i socialpsykiatrisk regi, Hjørring Kommune. 3 dages internat på Psykoterapeutisk Center, Brovst, med fokus på 'Tillid & Samarbejde'.

2020 Arrangør af temadag for personale i Ambulatorium for Personlighedspsykiatri, Region Nordjylland. Fokus på Mental Sundhed i Arbejdslivet med titlen: 'Styrkelse af Social Kapital i et krævende arbejdsmiljø. Hvordan passer vi på os selv og hinanden.'

I forbindelse med egen mindre virksomhed har jeg planlagt, arrangeret og afholdt undervisning, workshops, temadage m.m.

TEKNISKE FÆRDIGHEDER OG KOMPETENCER

Microsoft Office på brugerniveau
Erfaring med Nord EPJ

*Inden for computere, specialudstyr,
maskiner etc.*

KUNSTNERISKE FÆRDIGHEDER
OG KOMPETENCER
Musik, forfattervirksomhed, design etc.

Intuitiv Maling
Kursus ved psykolog og kunstterapeut Birte Hee

ANDRE FÆRDIGHEDER OG
KOMPETENCER
*Kompetencer, som ikke er omtalt
ovenfor.*

KØREKORT TIL ET ELLER FLERE
KØRETØJER

Kørekort til personbil

YDERLIGERE INFORMATIONER

BILAG