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)	01.01.2010 – nu
• Arbejdsgivers navn og adresse	**Mod Helhed - CVR: 40007954**
• Virksomhed eller sektor	Egen mindre virksomhed i Tornby, 9800 Hirtshals
• Beskæftigelse eller stilling	www.modhelhed.dk
• Vigtigste aktiviteter og ansvarsområder	Psykoterapi, Livssamtaler, Stress- Traumebehandling, Supervision, Undervisning og Workshops

01.07.2023 – nu
Tværfaglig Smertecenter, Aalborg Universitetshospital, Region Nordjylland
Ambulant sygeplejerske og psykoterapeut MPF
Smerteedukation, sygeplejefaglige opgaver, individuel psykoterapi, gruppeterapi

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
Psykoterapi, individuelt og i gruppe samt 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
Arbejdsmiljørepræsentant
Psykoedukation, Psykoterapi, individuelt og i gruppe

01.09.2012 – 31.08.2015
Opbygningsgården, Årbækvej 10, 7752 Snedsted
Opbygningsgårdens behandlingsafdeling på Statsfængslet Kragskovhede
Projektansat som psykoterapeut MPF og rusmiddelbehandler
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 døgndækket 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)	1988-1991
• Uddannelsesinstitutionens navn og type	Vendsyssel Sygeplejeskole - nu University College Nordjylland (UCN)
	Aut. sygeplejerske

• Vigtigste fag/erhvervskvalifikationer • Uddannelsens betegnelse/ Erhvervet titel Niveau efter national klassificering (hvis relevant)	2005 - 2010 Psykoterapeutisk Center, Brovst – nu Holoworld Consult 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 Berceli www.traumaprevention.com TRE - Tension and Trauma Releasing Exercises **Certificeret Level 1 instruktør i kropsterapeutisk stress- og traumehåndtering** 2013 Dr. David Berceli 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 Berceli 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 – 2025 **GLT – Grof Legacy Training Nordic** **https://www.gltnordic.org/** Facilitering af Grof Breathwork og Psykedelisk Terapi – helende transformation af bevidsthed

2023
NADA- Danmark ApS
https://nada-danmark.dk/
30 lektioner over 4 dage
Diplom uddannelse som NADA udøver

2026
Mentaliseringsbaseret Supervision
Efteruddannelse i supervision af andre faggrupper
Center for Mentalisering i Århus
https://www.centerformentalisering.dk/

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
Psykoterapeutisk Center, Brovst – nu Holoworld Consult
http://www.holoworld.dk
Parforholdskursus. 6 kursusdage og 1 weekend over 1 år

2008
Dr. David Berceli
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
Psykoterapeutisk 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 Psykoterapeutisk 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 Berceli
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, psychiatrist 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 psykoterapeutiske 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 kropsorienteret 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 kropsorienteret 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

2025
Acceptance and Commitment Therapy (ACT) i grupper
4 dages oplevelsesorienteret kursus ved psykolog og international godkendt ACT trainer Rikke Kjelgaard

MODERSMÅL ***DANSK***

ANDRE SPROG

• Læsefærdighed
• Skrivefærdighed
• Talefærdighed

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

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 været særligt orienteret omkring det relationelle aspekt, med

kommunikation er vigtig, og i situationer, hvor teamwork er afgørende (f.eks. inden for kultur og sport) etc.

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 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

Inden for computere, specialudstyr, maskiner etc.

Microsoft Office på brugerniveau
Erfaring med Nord EPJ

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