



19yy-yy-yy
Dons Blædel, Karen

Fra www.karenblaedel.dk 2020
Af: Karen Dons Blædel,
Ph.d. og psykoterapeut MPF



Hvem er jeg?

Primære arbejdsområde i dag: Stress-og
krisebearbejdning. På individuelt og gruppe niveau.

Tidligere beskæftigelse:

2004-2019

Arbejdet som ledende rådgiver for en frivillig organisation af personlige rådgivere i Forsvaret. Omdrejningspunktet var personlige og fortrolige samtaler om stress og mistrivsel, herunder sexchikane, konflikter, mobning og kriser.

Arbejdet som ledende rådgiver i Forsvaret med krænkende adfærd. Været leder for frivillige i Organisation for Personlig Rådgivning og kollegastøtte (OPRK).

Har udviklet og indsamlet relevante værktøjer til frivillige rådgivere i Forsvaret inden for håndtering af krænkende adfærd, stress, konflikter, mobning og kriser. Har dokumenteret arbejdet i form af guides til hele Forsvaret.

Undervist og trænet mere end 150 rådgivere i relevante områder af rådgivningsarbejde.

Ydet supervision efter strukturerede metoder.

Undervist i og gennemført konfliktmægling.

Ekstern lektor på Aalborg Universitet. Undervist i konfliktløsning og mægling.

Undervist i krisehåndtering (Kollegastøtte RITS) og ydet krisehjælp på individ og gruppeniveau.

Undervist i supervision og gennemført supervision på individ og gruppeniveau.

Holdt foredrag & workshops.

Undervist på par-kursus PREP (koncept fra Center for Familieudvikling).

Arbejder som frivillig rådgiver i Røde Kors.

1986-2004

Konsulent, leder og chef inden for uddannelse i statslig og senere privat virksomhed. Har udviklet og gennemført uddannelse for ledere og konsulenter bl.a. inden for projektledelse, kommunikation, pædagogik. Arbejdet med forandringsprocesser i organisationer.

1980-1986

Undervist på forskellige institutioner i det offentlige.

Uddannelse:

2015: Psykotraumatolog RITS ®

2011: Ph.d. grad ved Aalborg Universitet: Et aktionsforskningsprojekt om håndtering af krænkende adfærd i Forsvaret – en praksisdreven undersøgelse af interne kommunikative og organisatoriske kompetencer og behov.

2003: Master i Organisationspsykologi, Roskilde Universitetscenter.

2000: Gymnasiesidefagsuddannelse i psykologi, Københavns Universitet.

2000: Uddannet psykoterapeut fra GIS.

1986: Kandidat fra Københavns universitet med speciale i kommunikation

Dertil kommer en række kortere kurser og seminarer inden for bl.a. stress og stresshåndtering, krisehåndtering og "tilknytning og traumer".

2019: Påbegyndt uddannelse inden for Mindfulness (MBSR).