



LAURA SECHER

Psykomotorisk Terapeut

🏠 Snorresgade 15, 2300 KBH S

📞 12 34 56 78

✉️ laurasecher@gmail.com

Navn og evt. titel + vellignende portrætbillede

Kontaktinformationer

RESUME

Kendskabet til forskellige behandlingsformer og en naturlig interaktion med andre fagligheder giver Enhed for Bipolar Lidelse en medarbejder med fokus på tværfagligt og tværsektorielt samarbejde.

En kombination af samtale og behandling samt evnen til at koble pædagogik, psykologi og fysiologi sammen giver en unik faglig kombination, som er central for at hjælpe mennesker med affektiv bipolar lidelse til et godt liv.

Min store interesse og teoretiske erfaring med psykiske lidelser gør mig til en topmotiveret kandidat og en vigtig medspiller i teamet.

I den faglige profil er det vigtigt at...

FAGLIGE KOMPETENCER

Behandling:

- Manuel behandling | regulering af det autonome nervesystem
- Rehabilitering | genoptræning | lindring | mestring
- Refleksionsøvelser | bryde vanemønstre
- Kropsbevidsthed | ressourcer & afgrænsning
- Kropslig træning | Mindfulness/awareness
- Sansemotoriske kvaliteter, bevægelser, bevægefunktioner og-mønstre
- Sansestimulering | bearbejdning, forståelse, oplevelse og reaktion af/på sanseindtryk.
- Grounding | muskelpansring & følelsesfortrængning
- Ubalance/over- eller underspænding i muskulaturen
- Kognitiv, socioemotional & sansemotorisk udvikling

Pædagogik i psykologi:

- Neuropædagogik | anvendtneurologi | sammenhæng mellem anatomi, fysiologi, psykologi og didaktik
- Anerkendende pædagogik | multiversforståelse | opmærksomhed, kontakt, nærvær | refleksion over egen praksis
- KRAP | anerkendende og ressourcefokuseret pædagogik mhp at skabe tillid, relation og arbejde med kognitive processor
- Low arousal/afstemt pædagogik | forebyggelse af udadreagerende adfærd
- Narrativ pædagogik | livstilsfortællinger/narrative fortællinger mhp at afdække ressourcer, ønsker og drømme

Undervisning, formidling & kommunikation

- Facilitering og ledelse af individuelle og gruppedynamiske forandrings- og rehabiliteringsprocesser
- Supervision og vejledning
- Samspil, dialog og relation
- Udvikling, motivation og læring
- Nærvær, empati og aktiv lytning
- Konflikt håndtering

Dokumentation, kvalitetssikring, evaluering

- Intervention | undervisning | Behandling
- Planlægning, gennemførelse, evaluering og dokumentation
- Observation, undersøgelse, analyse og beskrivelse af bevægelser og bevægefunktioner, den motoriske, kognitive og psykosociale udvikling og funktion i relation til sundheds-og sygdomsadfærd

ERHVERVSERFARING

2019

Assisterende behandler/terapeut | COOL KIDS Organisationen Børn med angst

Cool kids er et program til forældre og børn med angst. I samarbejde med psykolog Hans Hansen, leder for programmet, afholdt jeg personlige- og gruppesamtaler med hhv. forældre og børn. Jeg assisterede i programmet som led i min uddannelse på 6. semester. Mens psykologen afholdt samtaler, var min opgave at få forældre og børn til at genkende tegn på angst i kroppen. Min deltagelse var et eksempel på tværfagligt samarbejde og viser styrken af fysiologiske, psykologiske og pædagogiske behandlingsmetoder.

- Facilitering og ledelse af individuelle og gruppeøvelser
- Supervision og vejledning
- Refleksionsøvelser | bryde vanemønstre
- Kropsbevidsthed | ressourcer & afgrænsning
- Kropslig træning | mindfulness/awareness

Resultat: Forældrene blev bevidste om, hvordan deres egen mentale tilstand og særligt påvirkningen af deres børns angst forplantede sig i deres egen krop. Erkendelsen af, at deres tilstand kan påvirke børnenes angst, gav dem forståelse for de mønstre, der opbygges mellem barnet og forældrene, ligesom det åbner op for at ændre dem. Barnet, som ikke altid har et sprog for sin angst, lærte at beskrive de fysiologiske ændringer i kroppen, og det gav dem mulighed for at genkende og handle på dem.

2018

SOCIALPÆDAGOG | Specialcenter Egelund

Aflastningstilbud for børn og unge i alderen 0-23 år med varigt nedsatte fysiske og psykiske funktionsevner.

Målgruppen omfatter bl.a. multiple funktionsnedsættelser, gennemgribende udviklingsforstyrrelser, autismspektrumsforstyrrelser, erhvervede eller medfødte hjerneskader.

Jeg blev tilknyttet to unge på hhv. 10 og 14 år med svær grad af autisme. Mine 10 ugers ansættelse var et led i min uddannelse. Min primære opgave var at støtte børnene i dagligdagen og hjælpe dem med at mestre, de udfordringer der opstod. Begge børn var udadreagerende, så behandlingen blev udelukkende individuel. Jeg arbejdede både med manuel behandling og samtale.

- Nærvær, empati og aktiv lytning
- Konflikt håndtering
- Sansestimulering | bearbejdning, forståelse, oplevelse og reaktion af/på sanseindtryk.
- Grounding | muskelpansring & følelsesfortrængning
- Low arousal/afstemt pædagogik | forebyggelse af udadreagerende adfærd

Resultat: Særligt den fysiske kommunikation og den manuelle behandling fungerede konflikt nedtrappende og skabte tillid og nærvær. De øvrige medarbejdere oplevede en øget selvkontrol i den 14 åriges aggressive adfærd.

UDDANNELSE

2016-2019

Psykomotorisk terapeut | Professionshøjskolen UCC Nordsjælland, Hillerød

Fagligt fokus i min bacheloropgave: Neuropædagogik som et led i psyko- og recovery. Hvordan påvirker en psykisk lidelse kroppen fysisk, når man har en kronisk sygdom?

Findings:

- 82% af folk med en kronisk psykisk lidelse oplever en forværring over tid
- Over halvdelen får konstateret andre psykiske lidelser efter 10 års diagnose
- 78% får fysiske følgesygdomme som fx paradentose, ryglidelser, migræne mm.

FRIVILLIGT ARBEJDE

2018 -

Rådgiver | Mandecentret

Landsdækkende organisation specialiseret i at rådgive mænd i skilsmisse eller parbrud samt mænd, der er udsat for vold i familien. Som rådgiver i mandecentret lægger jeg vægt på, at mændene bliver opmærksomme på at forstå dynamikken i forskellige grupperinger, også konflikter, der opstår i grænsefladerne mellem forskellige systemer, som fx familie og venner. En narrativ pædagogisk tilgang hjælper med at afdække ressourcer, ønsker og drømme.

- Etablering og eksekvering af samtaleforløb
- Aktiv lytning og rådgivning

KURSER

2019

Metakognitiv terapi | Neokognitivt institut

Kurset fokuserer på, hvordan man kan genvinde kontrollen over vores mentale strategier ved bl.a. at arbejde med copingstrategiernes betydning for psykisk trivsel eller mistrivsel.

IT & SPROG

Dansk: Modersmål

Office pakken: Superbruger

Engelsk: Flydende i skrift og tale

IT baserede hjælpemidler: Superbruger

Svensk/Norsk: Højt forståelsesniveau

FRITID

I naturen finder jeg ro, glæde og inspiration. Jeg går på vandreture og deltager jævnligt i outdoor aktiviteter. Mine feriemål er oftest med natur som omdrejningspunkt. Det kan fx være cykelture, skiferie på langrend, vandring i bjergene og kajakture med overnatning i shelters rundt omkring i Danmark.