

Curriculum vitae

RIKKE BRAREN LAURITZEN

Sensommervej 135, 8600 Silkeborg, rikkebralau@gmail.com tel: 2342 5604

Pr. 1.8.2018 ny adresse: Engelundsvej 86, Viby J, med kørekort og egen bil.

Profil:

(f. 15. dec.1970) fraskilt, mor til Marcus 20 år og Rose 17 år

Cand. mag., psykoterapeut MPF & familieterapeut

Certificeret MBSR-lærer, supervisor

Konsulent, projektleder, e-læring & app-udvikler.

Bestyrelsesformand



Akademisk uddannelse:

Ph.d.-ansøger ved konsortiet "læringsløft 2020" v. DPU, AU og VIA Aarhus (2019-2021)

Master i "Dansk som andetsprog", Danmarks Pædagogiske Universitet, Aarhus (2000)

Efteruddannelse i kompetenceafklaring & konstruktivistisk vejledning v. DPU, Aarhus (2012)

Cand. mag. i Fransk & Internationale Forhold v. Aalborg Universitet (1992-1997)

Speciale: På tværs af kulturer. Et casestudium af SIF-studerendes Interkulturelle kompetence. Bedømmelse: 11.

To-sproglig korrespondent i engelsk og fransk ved Odense Universitet (1989-1992)

Ny-sproglig student fra Viborg Katedralskole (1986-1989)

Psykoterapeutisk uddannelse:

Familieterapeut ved Kempler Institut, Odder (2010)

Eksistentiel psykoterapeut MPF v. Psykoterapeutisk Institut, Aarhus (2005-2009)

Diverse kurser i psykoterapi; kognitiv terapi, ACT, kropdynamisk terapi, gestaltterapi, jungiansk psykoanalyse, kybernetisk psykoterapi, psykodrama m.m. (1996-2018).

International mindfulness/MBSR-uddannelse:

Mindful Schools Curriculum for Adolescents, Mindful Schools.org, USA (2015)

International certificering i Mindfulness-baseret stressreduktion (MBSR) ved Center for Mindfulness, University of Massachusetts (UMASS), Boston, USA (2015)

Interpersonel Mindfulness Program læreruddannelse, CFM & Metta.org, Holland (2015).

MBSR Teacher Development Intensive, Center for Mindfulness, UMASS, USA (2013)

Mindfulness-based Stress Reduction in Mind-body Medicine v. Jon Kabat-Zinn, Rom (2013)

Teacher's Practicum in Mindfulness-based stress reduction, Rhinebeck, New York (2012)

Intensivt Mindfulness-based Cognitive Therapy v. Antonia Sumbundu (2011)

Supervision:

Supervisor træning i "Certified MBSR/MBI-TAC rater" v. USCF & CFM, USA (2017)

Gruppe supervision i Interpersonel Mindfulness Program 2 x 6 sessioner (2015-2016)

Individuel supervision i MBSR ved Bob Stahl, Ph.d., senior teacher CFM (10 mrd. i 2014)

Gruppe supervision i MBSR (2012-2016)

Mindfulness i Skolen Projekter:

Ekstern konsulent på Mindfulness i Skolen efteruddannelsesprojekt v. VIA University College, Aarhus (2018)

Projektleder, hovedunderviser og supervisor på efteruddannelse for lærere og pædagoger v. Center for Mindfulness i Skolen (2018-2019)

Projektleder for Stressfri Ungdom, udvikling af forskningsevalueret program og app til unge i samarbejde med Mindfulness Foreningen, Vrigsted Efterskole, Fårvang Skole, DPU, AU, v. Anne Maj Nielsen, finansieret af Undervisningsministeriet, 2015-2017. [Find forskningsrapport](#)

Projektudvikler og underviser på et engelsk Mindful Schools 5 ugers projekt v. The Tsoknyi Gechak School, Kathmandu, Nepal (okt-nov 2016)

Ansættelser, selvstændigt erhverv, undervisningserfaring:

Virksomhedskonsulent i integrationsteamet v. Jobkompagniet, Jobcenter Silkeborg (2018-dd)

Selvstændig psykoterapeut & MBSR-lærer, Klinik for Mindfulnessterapi Silkeborg (2010-dd)

Freelance konsulent v. Center for Mindfulness, UMASS, USA (2016-17)

Sproglærer, jobguide & projektleder på Sprogcenter Midt i 13 år: Projekter, undervisning, kompetenceafklaring og vejledning af udenlandske borgere (1999-2012)

Underviser på stilhedsretræter i DK og familieretræter i Sydfrankrig (2012-dd)

Foredrag & workshopholder f. virksomheder og skoler om "Stress og Mindfulness" (2010-dd)

Underviser på 8 ugers kurser "Mindfulness for Instruktører" v. At Work, Aalborg (2010-11)

Underviser på AOF Aftenskolen i Viborg i "Mindfulness" (2011)

Rejsende højskolelærer " v. "Dansk Studiecenter, Koh Samui, Thailand (2007)
Fastboende højskolelærer på "Søtoftegård Højskole" m. kurser og foredrag (1996-1997)
Timelærer i fransk for 9.-10. kl. på Mellerup Efterskole (1999)
Marketingpraktikant hos Scandinavian Airlines System, Paris, Frankrig (1994)
Salgssekretær hos Cobam i Paris, Frankrig (1992-93)

Frivilligt arbejde:

Brevkasseredaktør for Mindfulness Guiden (2018-dd)
Formand og medstifter af Center for Mindfulness i Skolen (CMIS) (2016-dd)
Frivillig psykoterapeut for udsatte borgere i Århus v. Fundamentet.org (2015)
Medstifter af Mindfulness Foreningen Danmark & hjemmesideudvikler (2013-2015)
Medlem af Soroptimisterne International, kvindeorganisation med FN-mandat (2015-17)

Fremmedssprog:

Engelsk (akademisk), fransk (højt niveau), tysk (højt niveau), koreansk (begynder)

IT kompetencer (superbruger)

Mac, Microsoft, Joomla, Wordpress, Moodle, Canva, Trello, Videoscribe, Vitas, Facit m.m.

Artikler:

2016: Levekunst Art of Life: "[Bringing mindfulness back to its buddhist roots](#)"
2016: Levekunst Art of Life "[What I learn from living with the nuns](#)"
2016: *Tidsskrift for Psykoterapi*, nr. 2 juni 2016: Boganmeldelse "[Mindfulness i familien](#)"
2016: *Tidsskrift for Psykoterapi*, nr. 1 februar 2016: "[Mindfulness mod skolestress](#)"
2016: Levekunst Art of Life "[Awareness in the Classroom](#)"
2015: Levekunst Art of Life "[Walking meditation](#)"
2015: *Tidsskrift for Psykoterapi*, nr. 2 juni 2015: "[Buddhas lære om Mindfulness](#)"
2014: *Tidsskrift for Psykoterapi*, nr. 3 oktober 2014: Boganmeldelse: "[Lev med livets katastrofer](#)"
2011: *Tidsskrift for Psykoterapi*, nr. 3 oktober 2011 "[Handlen eller være](#)"

Når jeg kobler helt fra i fritiden, nyder jeg:

Meditation, yoga, outdoor fitness, løb, trekking, hundeluftning, vild natur, vinterbadning, stilhedsretræter, pilgrimsrejser, dans, gospelkor, verdenslitteratur, franske film, vegetarmad.