

Karen Dons Blædel (PhD., Psykoterapeut MPF)



Primære arbejdsområde i dag

- Stressbehandling
- Angstbehandling
- Konfliktløsning
- Behandling af mobning
- Krisebearbejdning
- Ledercoaching/ lederudvikling

Tidligere beskæftigelse

2019-2022

Har arbejdet som selvstændig psykoterapeut med behandling af stress hos såvel medarbejdere som ledere. Arbejder med mennesker med angst.

Derudover arbejdet med krisebearbejdning og undervist i dette i Røde Kors.

Arbejdet med ledelsescoaching både individuelt og på gruppeniveau.

Har været ekstern censor på afsluttende opgaver som psykoterapeut i GIS.

Arbejder i Dansk Psykoterapeut Forenings bestyrelse

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.
- Har indsamlet og udviklet relevante værktøjer til frivillige rådgivere i Forsvaret inden for håndtering af krænkende adfærd, stress, konflikter, mobning og kriser. Har dokumenteret arbejdet i form af fyldige guidelines 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 (fortsat).

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. 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 gestaltterapeut fra GIS.

1986: Kandidat fra Københavns universitet med speciale i kommunikation

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

Gennemført instruktøruddannelse inden for Mindfulness (MBSR) i 2021

Udgivelser

1. K. Blædel (2013): Participation and Reflection in Pragmatic Research: Harnessing the Potential and Dealing with the Dilemmas. In L. Philips; M. Kristiansen m.fl. (Red): knowledge and Power in Collaborative Research. Routledge 2013
2. Blædel, K.D.(2008) Rollen som personlig rådgiver i Forsvaret. I Alrø,H & Frimann S. (Red): Kommunikation og organisationsforandring. Aalborg universitetsforlag
3. Blædel, K.D. & Vognsen, K. (2005): Mobning på arbejdet. Militært Tidsskrift, 134(4)