

COMET

Coach Og Mentor Effektiv Terapi

Tina Franka Antonsen

Født: oktober 1970

Telefon: 40555039

www.cometterapi.dk



Psykoterapeutisk Mentor

Siden 2012 har jeg arbejdet som psykoterapeutisk mentor og har et godt samarbejde med forskellige kommuner i Storkøbenhavn. Sagerne har vidt forskellige karakterer. Jeg har professionelt samarbejde med sagsbehandlere med skriftlig afrapportering hver måned eller efter aftale. Jeg er bekendt med de krav der sættes til borgeren ifølge beskæftigelsesloven og konsekvenserne deraf.

Erhvervsbaggrund

Siden 2011 Privat praktiserende psykoterapeut, med speciale inden for Kognitiv adfærdsterapi.
Sorgarbejde efter tab af fx job, skilsmisse, dødsfald.
Videregivelse af værktøjer til stresshåndtering.
Arbejder med lavt selvværd, angst og ADHD.
Underviser i mindfulness/meditation.
Selvstændig erhvervsdrivende i en længere årrække.

Coach/Mentor

Siden 2010 fungeret som coach/mentor med fokusområder:
Motivationsarbejde og fastsætte borgerens egen mål.
Kostvejledning, livsstil og motion.
Budgetlægning og hjælp til papirarbejde/administration.
Støtte til jobsøgning og samtaler.
Funktion som hjemmevejleder jf. § 85 lov om social service.

Uddannelsesbaggrund

2008 Efteruddannelse i Transpersonlig psykoterapi hos Kentaur-Træning.
2010 Coaching/Mentor CBSI/CAB Københavns Kommune.
2013 4-årig uddannelse som psykoterapeut på ID-Academy.

Interesser

Fitness/yoga samt udendørs løb og aktiviteter.
Foto og filmproduktion.
Male og udstille billeder.
Vandreture og dykkerrejser rundt om i verden.

Frivilligt arbejde

Besøgsven hos kronisk syge og dødende mennesker Koordinator i Center for visdom og medfølelse. Siden 2014 Lærerassistent på ID-Academy.