

psykomotorik

AFSPÆNDING, KROP OG PSYKE #1/2025

TEMA

Efteruddannelse

Sådan tager du hånd om din faglige udvikling



+

Tips til lønforhandling

Nyt studie: PMT gavnligt i behandling af PTSD

47. årgang, 2025

UDGIVES AF:

Danske Psykomotoriske Terapeuter (DAP)
Staaings Plads 3, 1607 København V
www.dap.dk, dap@dap.dk, tlf. 33791260

ÅBNINGSTIDER:

Mandag, tirsdag, torsdag: kl. 9-15
Onsdag og fredag: kl. 9-13
Frokostlukket: kl. 11.45-12.15

Redaktion:

Jon Kirketerp Jørgensen
Karl Johnsen (Ansv. redaktør)

Forslag til artikler eller kommentarer til allerede bragte artikler og boganmeldelser sendes til redaktøren. Eftertryk – også i uddrag – kun med kildeangivelse.

Synspunkter i artikler med navngiven forfatter er ikke nødvendigvis i overensstemmelse med DAP's holdninger.

Hvis et blad udebliver, skal du kontakte DAP. Årsabonnement for ikke-medlemmer af DAP: 385,- kr.

LAYOUT

MEFU Grafisk Design
mette@funck.dk

TRYK

Stibo Graphic
Saturnvej 65
8700 Horsens

ANNONCER

Kontakt redaktøren på kj@dap.dk

OPLAG

1.200 eksemplarer

NÆSTE NUMMER

Deadline 20. maj.

Psykomotoriske terapeuter arbejder med sundhedsfremme inden for bl.a. børne-, voksen- og ældreområdet, med fysisk og psykisk arbejdsmiljø, på det psykiatriske og socialpsykiatriske område og med revalidering og rådgivning af ledige, langtidssygemeldte m.m. Arbejdsformen kan både være som ansat og som selvstændig i egen privat praksis.

Læs mere om faget på www.dap.dk



Et stærkt fundament for videreuddannelse

Uddannelsen til psykomotorisk terapeut er nok i sig selv. Det er vigtigt at slå fast. Det er en attraktiv uddannelse, en god profession, der bliver mødt med stor interesse, og der er masser af muligheder på arbejdsmarkedet.

Det betyder dog ikke, at der ikke er grund til at bygge videre på din faglige efter eksamensbeviset er i hus. For når faget favner bredt, som psykomotorikken gør, så er der også mange muligheder for at fortsætte den faglige udvikling. Både for at fastholde din faglige nysgerrighed og for at holde din faglighed opdateret. Og måske især også for at blive ved med at være til gavn for de patienter, klienter eller borgere, du arbejder for.

Der er mange veje igennem efter- og videreuddannelse. Du kan dykke ned i psykomotorikkens grundelementer, supplere med kurser der udvider de faglige kompetencer eller dit virksomhedsområde. Du kan også vælge den helt store pakke og tage en kandidat- eller masteruddannelse.

Fælles for de mange veje og tilgange er, at du kan stå på det stærke fundament, som uddannelsen til psykomotorisk terapeut er. Du behøver ikke udanne dig væk fra faget, men kan i stedet bygge oven på, så du bliver i faget og fællesskabet med ny viden og nye kompetencer i rygsækken.

I DAP har det høj prioritet at sikre både det stærke fundament i grunduddannelsen og de mange muligheder for lægge nye byggesten på fundamentet.

Vi har arbejdet for, at uddannelsen til psykomotorisk terapeut også i fremtiden kræver en gymnasial uddannelse. Adgangskravet er med til at sikre, at det ikke bliver en turbouddannelse med dalende faglig kvalitet.

Og vi har ligeledes i mange år arbejdet for, at grunduddannelsen giver adgang til kandidatuddannelser. En universitets-overbygning til grunduddannelse kan være en vej til at få opfyldt ambitioner om yderligere specialisering, ledelsesopgaver eller en akademisk karriere. I alle tre tilfælde vil vi gerne sikre, at du kan fastholde din tilknytning til DAP-fællesskabet. Vi har nedsat kontingent for kandidatstuderende for at sikre en SU-venlig tilknytning til dit fags forening. For ledere, der er organiseret i både DAP og i Lederne, har vi også rabat på kontingentet.

Så uanset hvilken vej du vælger, efter du har fået PMT-eksamensbeviset i hånden, så kan du have DAP med på vejen.

Anne Marie Horn
Forperson for Danske Psykomotoriske Terapeuter

I DETTE NUMMER

Tema om efteruddannelse



KARRIERESKUB I DEN RIGTIGE RETNING

Der er gode grunde til at efteruddanne sig, men du skal tænke dig om, når du vælger retning

s. 6



FIRE PMT'ERS VEJ GENNEM EFTERUDDANNELSE

Mød fire psykomotoriske terapeuter, der har taget hver deres vej gennem kompetenceudvikling og efteruddannelse

s. 8



GUIDE TIL EFTERUDDANNELSE

Vi har samlet inspiration til nogle af alle de muligheder, der er for faglig udvikling og efteruddannelse for psykomotoriske terapeuter

s. 14

OK26

Nu lyder startskuddet til forhandlinger om overenskomster for de offentligt ansatte snart. I løbet af i år skal vi nemlig have indsamlet krav, som vi kan give videre til arbejdsgiverne, så vi er helt klar, når forhandlingerne går i gang i januar 2026.

Du kan derfor allerede nu begynde at overveje, hvad du mener, at DAP skal kæmpe for. Mere i løn, mere fleksibilitet, mere efteruddannelse eller noget helt fjerde?

DAP vil i løbet af foråret invitere til online møde og bede om skriftlige input til, hvad vi skal kæmpe for i forhandlingerne med arbejdsgiverne. Ved de seneste forhandlinger lykkedes det ikke blot at få mere i lønposen. Der blev også forhandlet penge til efteruddannelse hjem i form af de såkaldte kompetencefonde, så offentligt ansatte PMT'er snart kan søge om tilskud til kurser og efteruddannelse.

STUDENTERAKADEMI FOR PSYKOMOTORISKE TERAPEUTER

Er du studerende på psykomotorikstudiet? Så har du nu mulighed for at møde andre psykomotorikstuderende den 3.-6. april i Portugal.

Titlen på årets Studenterakademi er "Opdag Psykomotorikken" og har fokus på diversiteten og det universelle i psykomotorikken. Hen over de fire dage er der planlagt en række workshops, konferencer, besøg og et kulturelt og socialt program.

Ud over de forskellige aktiviteter, der vil foregå på universitetet i Lissabon, vil der være mulighed for, at man som studerende kan besøge en psykomotorisk terapeuts arbejdsplads.

Du kan læse mere om akademiet på www.appsicomotricidade.pt/studentsacademy2025/



Psykomotorik på festival

Igen i år tager vi psykomotorikken med på festival. Både Heartland og Copenhell vil nemlig gerne have os på besøg igen.

Vi gentager formatet fra de sidste par år: dvs. vi giver prøvebehandlinger til de frivillige på de to festivaler, så de kan få smagsprøver på, hvad psykomotorik er.

Sidste år oplevede vi på begge festivaler, at behandlingstiderne blev booket på nul komma fem. Så uanset hvad får du rig mulighed for at øve dig i at give behandlinger, og du får mødt en masse mennesker.

Hvis du melder dig som frivillig i den psykomotoriske stand, får du: en billet til den pågældende festival, madkuponer, når du er på arbejde, en psykomotorik-t-shirt og en masse fede, faglige oplevelser.

Heartland er den 12-14. juni og Copenhell er den 18-21. juni.

Hvis du har lyst til at være med, så kom til online infomøde d. 25. marts kl. 17.30, hvor vi vil fortælle mere om festivalerne og arbejdet. Du finder online-mødet på dap.dk/kurser.

D. 16. januar 2025 dimitterede 22 professionsbachelorer fra VIA Psykomotorikuddannelsen i Randers



Bagerste række fra venstre:

Christian Esteban Fomsgaard Andersen, Lene Daugaard Thomsen, Martin Johansen, Jannie Handberg, Mickel Sander Andreassen, Muhamed Amin Awees Abdi, Sara Domingo Brauner, Claudia Kirstine Kjærgaard Knudsen, Dagmar Balle Svendsen

Midterste række fra venstre:

Anneline Svejgaard Hansen, Kristina Jennifer Constance Secher, Stefanie Eriksen, Ida Marie Rubæk Hansen, Lene Sohn, Anne Dorthe Zimmer Hansen

Forreste række fra venstre:

Maria Fogtmann Aabling, Emma Havskov Andersen, Emilie Wiin Thinesen, Camilla Lyng Walther, Fenja Aulona Lilou Johansson, Lene Sidsel Bonde Albertsen (på gulvet), Sofie Tvede (på gulvet)

Fra KP dimitterede:



FOTO:WWW.LISBETHHJORT.DK

Øverste række:

Emilie Dagmar Lett, Fanny Seibæk Kongstad King, Ericca Turay, Kamilla Hartmann, Theresa Tiozon Malchow-Møller, Cecilie Woetmann Rysgaard, Emil Hyllested Drejer

Anden række:

Linda Dehn Osgood, Helena Nis-Hansen, Mathias Oliver Østergaard Karlsen, Celina Engberg, Cecilie Rigmor Dahlfelt, Andreas Jonsson, Helle Sejr Krogh Holm, Marie-Louise Jensen, Mette Gandrup Tast, Yamamoto Yuki

Tredje række:

Nils Priémé, Lisbeth Langballe Holtoug Schrøder, Julie Annabelle Coupe, Emma Juul Møller, Kathinka Flyborg-Madsen, Sofie Thrane Søkvist, Mathilde Bracht, Aida Kristensen, Julia Schmid, Rita Ahmad Abdelkarim Duri

Fjerde række:

Signe Marie Hedegaard, Emilie Sylvester Thygesen, Camilla Lee Calk, Stine Bank Weltz, Nanna Fortner Johansen, Julie Rose Foldager, Charlotte Rasmussen, Anna Kristine Gade Christiansen

Forreste række:

Gustav Løje, Iris Reuben Adler Thomsen, Palle Onsberg Rahbek



GIV DIN KARRIERE ET SKUB I DEN RIGTIGE RETNING

Der er gode grunde til at efteruddanne sig, men du skal tænke dig om, når du vælger retning

AF KARL JOHNSEN

En efteruddannelse giver dig mulighed for at opdatere og udvide din viden inden for specifikke områder. Du kan blive bedre til at bruge dit fag eller få nye værktøjer til at udføre dit arbejde.

Interessen for at udvikle sig i sit fag mangler ikke. En undersøgelse fra efteråret 2023, viste, at de nylige dimitterede efterspørger muligheder for efter- og videreuddannelse, men mangler viden om hvor og hvordan de kommer i gang.

“Mange af vores dimittender er meget sultne efter læring, så de griber de muligheder, der er de steder, de bliver ansat,” fortæller Lene Østerby, der er uddannelsesleder på KP.

Tænk dig om når du vælger efteruddannelse

Men det er vigtigt at tænke sig om, når man vælger efteruddannelse. Efteruddannelsen er ikke bare en måde at blive bedre til sit fag eller bide

sig bedre fast på en arbejdsplads. Ved at specialisere dig inden for et område, du brænder for, kan du også styre dit arbejdsliv i en retning, du synes er spændende, og det kan derfor være en måde at få mere jobtilfredshed og motivation i dit daglige arbejde.

Det kan det også være et springbræt til nye arbejdsopgaver eller en helt anden arbejdsplads.

Specialisering gør dig mere attraktiv

Grunduddannelsen kan en masse i sig selv. De psykomotoriske terapeuter får nogle kompetencer, der kvalificerer dem til at arbejde mange forskellige steder. Men en specialisering kan

gøre dig mere attraktiv for potentielle arbejdsgivere eller åbne døre til nye jobmuligheder inden for forskellige områder som psykiatri, smertebehandling, børne- og ungeområdet og ældreområdet.

Efter endt studie uddanner nogle sig i for eksempel samtaleterapi, i arousal eller sansintegration. Andre er måske blevet inspireret undervejs i deres studier og tager en bachelor som psykomotorisk terapeut og uddanner sig videre til jordemoder eller sygeplejerske bagefter.

Nogle bygger ovenpå

Men der er selvfølgelig også mulighed for at udvikle sin faglighed i mange andre retninger.

“Nogle lægger forskellige kurser ovenpå grunduddannelsen, mens andre bliver sultne på det akademiske og tager en af de mange master eller kandidater som uddannelsen giver adgang til,” fortæller Lene Østerby.

De fleste af de kandidatuddannelser, som psykomotoriske terapeuter tager, er inden for sundhedsfremme, pædagogik eller idræt, og der er et stort udbud af uddannelser, som er tilgængelige og relevante for psykomotoriske terapeuter.

“Men jeg opfordrer dimittender til at få nogle praksiserfaringer først, inden man videreuddanner sig,” siger Lene Østerby.

Vigtigt med forskere med PMT baggrund

Muligheden for at fortsætte på en kandidat efter man er uddannet psykomotorisk terapeut, understreger forperson i DAP, Anne Marie Horn, vigtigheden af:

“Det er meget vigtigt for faget, at der også med den nye uddannelsesreform er adgang til universiteterne og derved potentiale for forskere, der selv har en faglig baggrund i psykomotorikken”. Derfor kan man også fortsat være medlem af DAP som akademiker, da DAP også kan forhandle overenskomster for akademikere.

“Vi håber på, at de, der videreuddanner sig, stadig ser sig som psykomotoriske terapeuter, selvom de har fået en ny faglighed også. Det er med til at udvikle vores fag,” fortsætter Anne Marie Horn.

Uddannelse giver også nye netværk

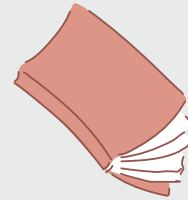
På kurser og uddannelse får du mulighed for at møde andre med samme interesser, og det kan både give dig faglig sparring, muligheder for samarbejde eller måske endda en ny jobmulighed med tiden?

“Man går ikke bare glip af en faglig opkvalificering og ny viden, hvis ikke man tager efter- eller videreuddannelse. En diplomuddannelse for eksempel går på tværs af faggrupper, så man går også glip af at få et netværk og input på tværs af professioner,” siger Eva Egeberg Simonsen, uddannelsesleder på VIA.

Du uddanner dig til dit arbejdsliv

Du skal selvfølgelig tænke over, hvad der er efterspørgsel på, men tænk også i, hvad du selv synes er mest spændende. Husk, at det er dit kommende arbejdsliv, du uddanner dig til. En efteruddannelse kan imødekomme en arbejdsgivers behov, men det kan også være dit springbræt til andre opgaver eller måske et andet job. ●





EFTERUDDANNELSE GAV NYT NETVÆRK – OG NYT JOB

Titt Lyngsø efteruddannede sig inden for traumeområdet.
Det gav et helt nyt netværk og bidrog til, at hun landede et nyt job



Som selvstændig psykomotorisk terapeut og aftenskoleunderviser valgte Titt Lyngsø i 2018 at videreudanne sig inden for traumeområdet. Først tog hun PMST-efteruddannelsen og siden efteruddannelsen Traumespor, som er en kropsorienteret traumeuddannelse.

De to efteruddannelsesforløb gav både faglig udvikling og et nyt netværk – der førte til et nyt job på Center for Funktionelle Lidelser.

“Det er jo svært at sige, om min efteruddannelse gjorde udslaget, da jeg fik mit nuværende job, men jeg stod helt sikkert bedre i feltet af ansøgere. Jeg kendte en psykomotorisk terapeut, der arbejdede på centret, så jeg vidste, at de søgte en profil med efteruddannelse inden for traumer,” siger Titt Lyngsø.

Efteruddannelsen betalte hun stort set udelukkende af egen lomme. Ikke for at kunne stå bedre i konkurrencen om et nyt arbejde eller for at kunne tiltrække nye kunder men mere for at udvikle sig fagligt.

Gav faglig indsigt

Efteruddannelse ledte til et job som psykomotorisk terapeut på Center for Funktionelle Lidelser, hvor hun nu har arbejdet i tre år. Her

arbejder hun med patientbehandling i grupper, tværfagligt med en psykolog og i individuelle forløb i samarbejde med en læge og som regel en socialrådgiver.

“Efteruddannelse har været med til at holde mig fagligt opdateret, som er helt vildt vigtigt for mig. Det hjælper mig med at holde min forståelse af faget levende. Og i dag hjælper det mig rigtig meget i mit arbejde, hvor jeg skal kommunikere med andre sundhedsfagligheder, når jeg skal formidle min egen faglighed ind i det tværfaglige samarbejde,” siger Titt Lyngsø.

Den faglige udvikling har også givet Titt Lyngsø en dybere faglig indsigt i den psykomotoriske faglighed.

“Jo mere jeg udvider mit teoretiske fundament og får mere erfaring, jo mere bevidst bliver jeg også om, at de ting, vi lærer på grunduddannelsen, er enormt værdifulde og relevante. Vi har en oplevelsesorienteret tilgang til sammenhængen mellem krop og psyke, som er enormt gavnlige for de patienter, jeg arbejder med. Så jeg har helt sikkert lært værdifulde teknikker igennem mine efteruddannelser, men det vigtigste, de har givet mig, er en dybere forståelse ind i min kernefaglighed. Og at vi som psykomotoriske terapeuter har en unik tilgang til mennesker, som der er brug for i samfundet,” siger Titt Lyngsø. ●

“Jeg har helt sikkert lært værdifulde teknikker igennem mine efteruddannelser, men det vigtigste, de har givet mig, er en dybere forståelse ind i min kernefaglighed”

KANDIDAT- UDDANNELSE VAR EN FAGLIG FEST

En kandidatuddannelse i pædagogisk psykologi førte Lone Maj Sand Clausen ad nye karriereveje, indtil hun vendte tilbage til de psykomotoriske rødder

Som psykomotorisk terapeut ansat i ældreplejen var Lone Maj Sand Clausen i tiltagende grad optaget af, hvordan hun kunne udvikle både sin egen praksis og det tværfaglige samarbejde i ældreplejen.

“Men jeg var ansat til at lave træning og aktiviteter på et plejehjem, så jeg kunne godt se, at jeg ikke havde de store muligheder for at påvirke andet end min egen praksis. Og så kom jeg frem til, at jeg måtte kigge efter noget videreuddannelse,” siger Lone Maj Sand Clausen.

Valget faldt på en kandidatuddannelse i pædagogisk psykologi på Danmarks institut for Pædagogik og Uddannelse på Aarhus Universitet.

“Jeg er generelt meget optaget af relationer, kommunikation og pædagogiske tilgange i praksis, og derfor gav det rigtig meget mening for mig at styrke min faglighed inden for pædagogik og psykologi,” fortæller Lone Maj Sand Clausen og fortsætter:

“Jeg var meget nysgerrig på at udforske, hvordan forskellige faggrupper kan arbejde bedre sammen. I ældreplejen er der jo ansat både akademikere, sygeplejersker, SOSU’er, PMT’er og så videre, og de har ikke nødvendigvis et fælles fagligt sprog. Jeg oplevede for eksempel, at der på plejehjemmet kom nogle eksterne konsulenter, som talte et meget akademisk sprog, som SOSU’erne ikke forstod betydningen af, og det gjorde det svært for dem at overføre det til deres egen praksis”.



Faglig nysgerrighed

Nysgerrigheden på den tværfaglige formidling af faglighed og praksis fulgte med Lone Maj Sand Clausen, efter at hun havde færdiggjort kandidatuddannelsen, hvor hun blandt andet begyndte at undervise på SOSU-uddannelsen i København.

“I starten, hvor jeg kom direkte fra universitetet og skulle undervise, faldt jeg lidt i samme fælde, hvor jeg talte med et for akademisk sprog til de studerende. Så både som underviser og som social mentor på SOSU-uddannelsen har jeg fået mulighed for at øve mig i forskellige didaktiske tilgange; for eksempel at formidle en faglighed på det rette niveau tilpasset modtageren,” siger Lone Maj Sand Clausen.

Efter at have arbejdet med efter- og videreuddannelse som privat konsulent og på en række kommunale projekter er Lone Maj Sand Clausen nu vendt lidt tilbage til rødderne og arbejder med recovery gennem bevægelse og kropsbevidsthed. Men der er ikke tale om, at hun er røget tilbage til start.

“Det at starte på kandidatuddannelsen har været noget af det allerbedste, jeg har gjort i mit arbejdsliv. Det har været en faglig fest og sjovt og udviklende. Og jeg mener også, at det, jeg har lært på kandidatuddannelsen, gør mig bedre i stand til at stille skarpt på en hvilken som helst psykomotorisk praksis uanset målgruppe og intervention og samtidig have et systemisk blik for den kontekst, vi indgår i,” siger Lone Maj Sand Clausen. ●



“Det at starte på kandidatuddannelsen har været noget af det allerbedste, jeg har gjort i mit arbejdsliv. Det har været en faglig fest og sjovt og udviklende”

FIK PAPIR PÅ NY VIDEN GENNEM MASTERUDDANNELSE



Birgit Due Pedersen ønskede at trække sit arbejdsliv i retning af mere naturbaseret terapi. Det ønske fik hun opfyldt ved at tage en masteruddannelse, som gav hende nye jobmuligheder

Naturen fyldte allerede noget i Birgit Due Pedersens arbejdsliv. Som ansat på en daghøjskole under folkeoplysningen i Aarhus Kommune havde hun blandt andet hold med udsatte unge, hvor de tog ud i naturen og lavede forskellige øvelser. Men Birgit Due Pedersen havde smag for mere, så allerede inden hun var begyndt at arbejde på daghøjskolen, var hun gået i gang med en masteruddannelse i naturbaseret terapi og sundhedsfremme på Københavns Universitet.



“Det var en kombination af en personlig og faglig interesse i, hvordan naturen kan bruges i forhold til sundhed og trivsel, der ledte mig til masteruddannelsen. Og så var det vigtigt for mig, at den var forsknings- og evidensbaseret,” fortæller Birgitte Due Pedersen.

Hun blev uddannet psykomotorisk terapeut i 2014. og det naturbaserede fyldte noget på uddannelsen dengang. Men ikke helt nok til at gå direkte ind i en stilling, hvor hun kunne fokusere på den naturbaserede terapi. Det ændrede masteruddannelsen på.

“Jeg fik indsigt i den nyeste viden om, hvorfor og hvordan vi skal bruge naturen til at fremme sundhed og trivsel. Det kunne jeg lægge oven på min faglighed fra psykomotorikken og de erfaringer, jeg havde fået fra mit arbejde på daghøjskolen,” siger Birgit Due Pedersen.

Fik nyt job

Allerede i 2018 – et år inden hun var færdig med masteruddannelsen – fik hun et job som sundhedsfaglig konsulent i Norddjurs Kommune, hvor hun kunne beskæftige sig endnu mere med den naturbaserede terapi i forbindelse med den kommunale indsats for stress- og depressionsramte. Jobbet kunne hun nok have fået på baggrund af sin professionsbachelor, men det hjalp formentlig også, at hun var i gang med at videreudanne sig, mener hun.

“De syntes, det var interessant, at jeg kunne bringe naturen mere i spil i deres sundhedsfremmende indsatser, så noget betød det nok,” siger Birgit Due Pedersen.

Da hun sidste år skiftede job til nabokommunen Syddjurs, var masteruddannelsen mere afgørende, fortæller hun.

“Da jeg havde eksamensbeviset og søgte i Syddjurs, var det klart det, der gjorde udslaget. Det vægtes højt i Syddjurs Kommune at bruge naturen sundhedsfremmende, så det at jeg havde den evidensbaserede viden om, hvordan man kan bruge naturen, og hvordan man kan udvikle naturbaserede terapi-forløb, var helt bestemt afgørende,” siger Birgit Due Pedersen.

Hun betalte selv for hele masteruddannelsen, som kostede godt 100.000 kroner foruden den tidsmæssige investering.

“Det er selvfølgelig en stor investering. Både økonomisk og tidsmæssigt. Men da jeg kom ud på arbejdsmarkedet i 2014, var det svært at få et job inden for det, jeg gerne ville arbejde med. Det er lykkedes for mig nu, så på den måde har det jo været en god investering,” siger Birgit Due Pedersen. ●

“Da jeg havde eksamensbeviset og søgte i Syddjurs, var det klart det, der gjorde udslaget”

KURSER GAV MERE ANSVAR OG NYE OPGAVER – OG ET NYT JOB

Michael Johannesen rakte hånden op, når muligheden opstod for at blive sendt på kursus af sin arbejdsgiver. Det har givet ham mere ansvar, nye arbejdsopgaver og nu også et nyt job

Som psykomotorisk terapeut på handicapområdet har Michael Johannesen grebet mulighederne for efteruddannelse, når de opstod på arbejdspladsen. Det har ført ham til en etårig specialisering i neuroaffektiv udviklingspsykologi og en certificering i Sensory Profiles. I begge tilfælde fik han mulighed for at tage kurserne, fordi han bød sig til, da arbejdsgiveren havde brug for nye hænder til nye ansvarsområder.

“Jeg har altid været videbegærlig og gerne vil let noget mere end “bare” 37 timer på gulvet. Så jeg har sagt ja, når muligheden for at tage relevant efteruddannelse opstod. Både for at udvikle ➡➡➡



min egen faglighed og for at kunne bidrage mere på arbejdet,” fortæller Michael Johannesen.

Han arbejder som psykomotorisk terapeut på Fogedvænget, der er et døgntilbud i Region Midtjylland til 9-23-årige med svær autisme eller mental retardering. Det er hans første job, siden han blev uddannet i 2021.

På et tidspunkt havde arbejdspladsen brug for, at en af de ansatte kunne overtage ansvaret for at udføre neuroaffektive analyser af børnene på døgntilbuddet. Det bød Michael Johannesen ind på og blev sendt på den etårige efteruddannelse i Neuroaffektiv Udviklingspsykologi, der gør, at han nu er certificeret til at lave de årlige analyser.

“Jeg synes, at det så spændende ud, og jeg kunne se, at det også ville betyde, at jeg ville få noget mere ansvar og nogle nye opgaver. Og så passer det rigtig godt ind i den psykomotoriske tilgang. Så det sagde jeg ja til med det samme,” fortæller Michael Johannesen.

Overtog ansvar for sanseprofiler

Mens han var i gang med den etårige efteruddannelse, opstod muligheden for at overtage ansvaret for den manuelle behandling af alle beboerne på døgntilbuddet og ansvaret for at lave sanseprofiler på beboerne. Også her slog Michael Johannesen til. Og fik betalt en certificering i Sensory Profile-metoden.

“Sensory Profile er nærmest skræddersyet til psykomotoriske terapeuter. Den giver et helt fantastisk kendskab til det sanseapparat, man arbejder med i den manuelle behandling. Hver gang jeg skal have et nyt barn i et behandlingsforløb, så laver jeg en sanseprofil, som giver mig så mange informationer om det barn, jeg skal arbejde med. Det burde være en del af pensum på psykomotorikuddannelsen,” siger Michael Johannesen.

Hans appetit på efteruddannelse har blandt andet betydet, at han underviser kolleger i neuroaffektiv analyse og sanseprofiler. Og certificeringen i netop Sensory Profile har endda ført ham til et helt nyt job.

Den 1. marts starter han nemlig i Aarhus Kommune på et nystartet botilbud for børn og

“Jeg synes, at det så spændende ud, og jeg kunne se, at det også ville betyde, at jeg ville få noget mere ansvar og nogle nye opgaver”

unge. De søgte en terapeut til at udarbejde sanseprofiler på beboerne, og der passede Michael Johannesens erfaring ind.

Ud over at Michael Johannesen selv har været opsøgende i forhold til mulighederne for efteruddannelse, og i øvrigt har været begunstiget af at have en anden psykomotorisk terapeut som leder, så har han også et tip til, hvordan man overtaler arbejdsgiveren til at betale tid og penge for ens efteruddannelse.

“Jeg har hele vejen igennem arbejdet med at tilpasse min psykomotoriske faglighed til det pædagogiske felt, jeg arbejder i, fordi den psykomotoriske faglighed nogle gange kan virke lidt “fluffy” for andre fagligheder. Det samme gælder i forhold til efteruddannelse; man skal kunne forklare, hvad en bestemt efteruddannelse kan bidrage med i det felt, man arbejder med til daglig,” siger Michael Johannesen. ●

Forstå uddannelsesreformen på fem minutter

I oktober sidste år fremlagde regeringen et forslag, der kan give dig nemmere adgang til efteruddannelse i fremtiden

AF KARL JOHNSEN

Regeringens udspil til en uddannelsesreform “Forberedt på fremtiden VI” lægger op til en række nye muligheder for professionsbachelorere der vil efterudanne sig.

Gratis adgang til efteruddannelse

Regeringen lægger således op til, at alle professionsuddannede skal have gratis adgang til praksisrettet efteruddannelse, som både kan tages på fuld tid med SU og som deltidsuddannelse uden SU, men med sideløbende beskæftigelse.

Fleksibel uddannelse på deltid

Videreuddannelsesmulighederne skal desuden være mere fleksible, så det er muligt at bygge videre på ens uddannelse gennem hele arbejdslivet. Reformen introducerer for eksempel nye fleksible efteruddannelsesmuligheder som kan tages, både som enkelte moduler eller som et mere samlet forløb – afhængigt af, hvad der giver mening der, hvor man er i livet. Det betyder konkret, at man får mulighed for at tage en uddannelse på deltid med sideløbende beskæftigelse.

Der skal desuden oprettes nye praksisrettede professionsmasteruddannelser inden for velfærdsfagene, som gør det muligt at bygge videre på ens uddannelse gennem hele livet.

Livslang læring

Målet med de fleksible efteruddannelsesstilbud er at gøre det lettere for professionsbachelorere at dygtiggøre sig inden for deres fag, også senere i livet, hvor man ofte allerede er i job og gerne vil bevare både indtægt og en forbindelse til arbejdsmarkedet.

De første studerende kan måske starte i 2026

Reformforslaget blev fremlagt af regeringen i efteråret 2024 og de skal nu forhandle reformen på plads med Folketinget. Det er regeringens plan at de første studerende kan starte på de nye uddannelser i løbet af 2026, 2027 og 2028. ●



Professions- og erhvervsrettede videregående uddannelser til fremtiden

Højere kvalitet, mere fleksibilitet og livslang læring

FORBEREDT PÅ FREMTIDEN VI

OKTOBER 2024

SÅDAN TAGER DU HÅND OM DIN FAGLIGE UDVIKLING

De fleste kender nok ønsket om fagligt input, ny inspiration. Men skal det være en kandidatuddannelse på fuld tid eller et uformelt netværk? Vi har samlet inspiration til nogle af alle de muligheder, der er for faglig udvikling og efteruddannelse til psykomotoriske terapeuter

AF METTE VOSGERAU



Universiteterne – få papir på din uddannelse

Hvis du egentlig hele tiden har ønsket at læse videre og bruge nogle år på det, kan en kandidatuddannelse være en oplagt mulighed – især hvis du har en god idé om, hvilket område du vil beskæftige dig med, og hvordan det kan spille sammen med den psykomotoriske baggrund.

Tid: To år på fuldtidsstudie. Fra 2028 vil det som følge af kandidatreformen blive muligt at tage en række etårige kandidatuddannelser, der er målrettet arbejdsmarkedet.

Økonomi: Du skal ikke betale for dine studier, og du har mulighed for at få SU. Har du indtil nu kun brugt SU på din professionsbachelor, vil du også have SU nok til en kandidatuddannelse – men du kan altid undersøge det på siden **Min SU** (kræver login med MitID). Her kan du under 'klippekort' se, hvor mange klip du har tilbage.

SU'en er på 7.086 kroner. Dertil må du tjene 19.799 kr. per måned ved siden af – tjener du mere, skal du betale SU tilbage.

Vi har listet nogle bud på kandidatuddannelser op. Listen er meget lang fra fuldstændig.



KANDIDAT I PÆDAGOGISK PSYKOLOGI

Resume: **Kandidatuddannelsen** i pædagogisk psykologi handler om pædagogisk psykologiske situationer og problemstillinger. På uddannelsen undersøger du, hvordan mennesker i alle aldre lærer og udvikler sig, og du lærer, hvordan man på videnskabeligt grundlag, kritisk og reflekteret kan undersøge pædagogiske problemstillinger

Adgangskrav: Med en professionsbachelor i psykomotorik opfylder du adgangskravet, men du er ikke sikret en plads, da der er et begrænset antal pladser.

Geografi: Udbydes af DPU (Danmarks institut for Pædagogik og Uddannelse) ved Aarhus Universitet. Kandidaten kan læses i både Aarhus og København med studiestart om sommeren.

SUNDHEDSFAGLIG KANDIDATUDDANNELSE

Resume: Uddannelsen er tværfaglig. Der vil blandt andet være undervisning i epidemiologi og biostatistik, forskningsmetoder og videnskabs-teori, sundhedsøkonomi og politik samt input til beslutningstagen og evaluering af sundhedstiltag.

Adgangskrav: Den sundhedsfaglige kandidat bliver udbudt på **Københavns Universitet**, på **Syddansk Universitet** og **Aarhus Universitet**, og alle tre steder er psykomotorik adgangsgivende.

FOLKESUNDHEDSVIDENSKAB

Resume: Uddannelsen handler om forebyggelse og sundhedsfremme og dermed om, hvad man kan gøre for at forbedre befolkningssundheden på et samfundsplan. Du lærer også om sundhedsvæsen og politik.

Adgangskrav: På **Aalborg Universitet** er en professionsbachelor i psykomotorik adgangsgivende, der skal dog suppleres med yderligere 10 ECTS. På Syddansk Universitet i henholdsvis i **Esbjerg** og i **Odense** kan man søge og få sin uddannelse vurderet, og hvis man bliver godkendt, herefter tage et **suppleringskursus**.

Kandidaten udbydes også i København og i Aarhus, men som udgangspunkt er psykomotorik ikke adgangsgivende. Man har dog altid mulighed for at søge en forhåndsvurdering.

IDRÆT

Resume: På idræt får du en dybdegående indsigt i, hvordan du kan arbejde med idræt og sundhed i en række forskellige sammenhænge – de forskellige universiteter har lidt forskelligt fokus.

Adgangskrav: På kandidaten **Idræt og sundhed** på Syddansk Universitet i Odense er psykomotorik adgangsgivende. Du skal også vedlægge CV og dokumentation for erhvervserfaring og kurser. I 2024 blev alle kvalificerede ansøgere optaget. OBS! Fra 2028 forventes det, at man kan læse en etårig kandidat i idræt.

På Aalborg Universitet er psykomotorik ligeledes adgangsgivende til en **kandidat i idræt**, men man skal supplere med 5 ECTS via kurset 'Anvendt kvalitativ metode og statistik'.

På **idrætsvidenskab på Aarhus Universitet** er psykomotorik ikke direkte adgangsgivende – det er dog ikke udelukket, men det kræver en vurdering ved ansøgning.

ANDRE MULIGHEDER PÅ UNIVERSITETET

Vil du gerne tage kurser på kandidatniveau, men er ikke interesseret i en hel kandidat, så skal du undersøge den såkaldte tompladsordning. En del af de kurser, på både kandidatniveau og bachelorniveau, hvor der er ledige pladser, bliver nemlig udbudt til andre interesserede. Du følger herefter undervisningen, og der er en egenbetaling.

Det kan være lidt vanskeligt at få et overblik over, hvilke fag der bliver udbudt hvornår, så det bedste, man kan gøre, er at kontakte det universitet, hvor man gerne vil vide mere om mulighederne.

Og til sidst skal vi selvfølgelig nævne **Åbent Universitet på Københavns Universitet**, hvor det også altid kan betale sig at tjekke programmet.



Diplomuddannelse og master – videreuddannelse når du har erhververfaring

Kandidatvejen er ikke den eneste mulighed for videreuddannelse. Hvis du gerne vil grave dig endnu mere ned i grene af faget, eller hvis du gerne vil have mere teori og viden om de dilemmaer, du står med i hverdagen, så kan en master- eller diplomuddannelse være en mulighed. Begge dele er videreuddannelser målrettet mennesker med erhvervs erfaring og tilrettelagt på en måde, så man kan arbejde ved siden af. Begge uddannelser har et omfang på 60 ECTS-point, der svarer til et års fuldtidsstudier.

Diplomuddannelsen er videreuddannelse på professionsbachelorniveau. Du tilmelder dig et modul ad gangen, og du kan sagtens holde pause undervejs, ligesom du kan tage enkeltfag i en diplomuddannelse.

Masteruddannelsen er på kandidatniveau, og man skal altså have en adgangsgivende bacheloruddannelse for at blive optaget. En del fag i en masteruddannelse kan tages som enkeltfag.

Økonomi:

Der er selvbetaling på master- og diplomuddannelserne. Det varierer, hvor meget de koster, men en masteruddannelse vil ligge mellem 80.000 og 110.000 kroner, mens en diplomuddannelse koster mellem 60.000 og 105.000.

Mulighed for støtte:

Omstillingsfonden: Hvis man er i job, er der mulighed for at søge støtte hos **Omstillingsfonden**, hvis man er optaget på et kursus på diplomniveau. Man kan modtage op til 10.000 kr. per år.

Den Kommunale Kompetencefond: Hvis man er ansat som psykomotorisk terapeut i en kommune eller en region, har man fra 1. april 2025 mulighed for at søge støtte hos **Den Kommunale Kompetencefond** eller **Den Regionale Kompetencefond**.

Aftalen er en del af sidste overenskomstforhandling, og der kan i første omgang søges om



mindre kurser, men på sigt er målet, at man kan få op til 30.000 per år til diplomuddannelser og op til 50.000 per år til masteruddannelser. Det er dog en forudsætning, at arbejdsgiver betaler 20 procent af uddannelsen.

Psykomotoriske terapeuter, der er ansat i staten, er også omfattet af **CO10-findspuljen** under Den Statslige Kompetencefond. Her kan man søge støtte til efter- og videreuddannelse. Også her gælder, at arbejdsgiveren skal være medfinansierende. Den Statslige Kompetencefond kan også støtte andre typer af kurser.

Arbejder du på det specialiserede område, har du mulighed for at få **gratis videreuddannelse** via midler fra Social- og Boligstyrelsen.

Der er et virkelig stort udbud af både diplom- og masteruddannelser, så brug god tid på at researche, hvis du overvejer at gå i den retning. Nedenfor har vi samlet et lille udvalg:

Master i naturbaseret rehabilitering (Københavns Universitet)

Master i Sundhedsfremme (Roskilde Universitet)

Masteruddannelse i Sundhedsantropologi (Københavns Universitet)

Smertevidenskab og tværfaglig smertebehandling (Aalborg Universitet – man kan forhåndssøge, om man kan opfylde adgangskravene)

Master i Uddannelse og Læring (Roskilde Universitet)

Diplomuddannelsen i Demens (Via University Aarhus)

Diplomuddannelse i psykiatri (Via University Aarhus)

Sundhedsfaglig diplom – i Borgernær sundhed (UC syd Esbjerg)

Sundhedsformidling og klinisk uddannelse (Københavns Professionshøjskole)

Sorgrådgiveruddannelsen – i samarbejde med Det Nationale sorgcenter. Kan tages på UCN Aalborg, Absalon Næstved og Københavns Professionshøjskole.

Kurser – kortere og mere uformelt

Der er selvfølgelig også et utal af muligheder for kortere kurser på en-to afrundede dage, webinarer eller bare opsamlet viden.

Du kan selvfølgelig følge med i, hvilke kurser vi udbyder hos DAP, på dap.dk/kurser. Du er også altid velkommen til at kontakte DAP's kursusansvarlige, hvis der er et særligt kursus, du gerne vil have udbudt. Måske er der også andre, der synes, det kunne være spændende.

Gennem DAP har du desuden gratis adgang til en række onlinekurser hos AOF og Edutasia i for eksempel Office-pakken eller Google-programmerne, AI, markedsføring, projektledelse, den svære samtale og meget mere.

Derudover findes der et utal af muligheder, som kræver lidt aktiv søgning på lige det emne, der er interessant for dig, og det kan blive nødvendigt at tænke kreativt.

For eksempel har patientforeningen **ME-foreningen samlet et overblik** over den nyeste forskning på myalgisk encephalomyelitis, ligesom ADHD-foreningen har forskellige tilbud om kurser for fagfolk.

Arbejder man i en kommune eller region, kan der også være tilbud der. For eksempel udbyder Region Hovedstaden lige nu et **Kursus i sundhedspædagogik og etniske minoriteter**, samt mange andre tilbud.

Læs selv – mulighed for at dykke ned

Hvis man er typen, der har lyst til at nørde lidt og i øvrigt har det fint med at læse selv, er der virkelig en guldgrube at hente i forskningsformidlingen.

I rigtig mange forskningsprojekter ligger en formidlingsforpligtelse, og helt generelt vil forskere gerne dele deres viden. Derfor er der masser af muligheder for at finde viden formidlet af forskere på netop det felt, du synes er spændende.

Synes man, at compassion i sundhedsvæsenet er spændende at dykke ned i, så er der en **solid vidensbank** hos Center for Compassion på Syddansk Universitet.

Og en forskningsrapport fra Københavns Professionshøjskole er blevet formidlet i en podcast.

Og der er faktisk et helt medie dedikeret forskningsformidling – Forskerne Formidler – hvor der indimellem vil være relevante, nemt forståelige artikler. For eksempel vil denne om, **hvad neurodivergens er**, måske være spændende for nogle.

Brug netværket – lær af dine fagfæller

Måske er en supervisionsgruppe, et psykomotorisk netværk eller et tværfagligt netværk inden for dit faglige felt det helt rigtige for dig?

Der findes flere forskellige grupper på Facebook, der har psykomotorisk terapi som omdrejningspunkt.

Vi anbefaler gruppen Psykomotoriske Terapeuter. Der er omkring 1.100 medlemmer, daglig aktivitet og livlig debat.

Desuden finder du nedenfor her en række mere specifikke grupper på facebook. Psykomotorik i Psykiatrien, Forum for evidensbaseret psykomotorik, Selvstændige psykomotoriske terapeuter og Psykomotoriske personlige trænere. Man skal anmode om medlemskab af facebookgrupperne.

Derudover har DAP startet tre netværk på LinkedIn. Et for selvstændige, et for studerende og et for forskere. Hvis du ønsker at blive inviteret til LinkedIn-netværkene, kan du sende en mail til dap@dap.dk.

Hvis du selv overvejer at etablere et netværk, kommer her et par gode råd:

- 1) Find en eller to gode kolleger, så I er sammen om det.
- 2) Udstik endelig nogle rammer – beslut dag, tidspunkt og ramme for første møde – så er det nemmere for folk at beslutte, om de kan.
- 3) Søg medlemmer i jeres netværk på relevante grupper på Facebook.
- 4) Beslut et fast mødetidspunkt – for eksempel sidste torsdag i hver måned kl. 19-21. Så er datoen krydset af i god tid. ●





Nyt studie:

PSYKOMOTORISK TERAPI ER GAVNLIGT I BEHANDLING AF PTSD



Traditionelt bruges samtalerapi og medicin til behandling af PTSD, men ny forskning peger på, at psykomotorisk terapi kan være et effektivt alternativ

For mange psykomotoriske terapeuter kommer det måske ikke som en overraskelse, at psykomotorisk terapi kan have en effekt på PTSD, men nu kan man med et hollandsk studie i hånden vise, hvordan psykomotorisk terapi kan anvendes til både diagnosticering og behandling af traumerelaterede tilstande. 'Psychomotor Therapy for Posttraumatic Stress Disorder', som forskningsstudiet hedder, samler resultaterne fra en række andre studier på området.

Studiet viser at psykomotorisk terapi giver lovende resultater som en supplerende behandling for PTSD. Psykomotorisk terapi tilbyder en bredere forståelse og tilgang, der kan supplere traditionelle behandlingsmetoder og kan give PTSD-patienter nye værktøjer til at håndtere deres symptomer og forbedre deres daglige liv. Ved at integrere krops- og bevægelsesorienterede teknikker kan psykomotoriske terapeuter hjælpe patienterne med at opnå bedre mental sundhed og øget livskvalitet.

Resultater

Forskerne fandt, at psykomotorisk terapi kan være gavnligt for PTSD-patienter på flere måder. Psykomotorisk terapi hjælper patienter med at blive mere bevidste om deres krop og reaktioner, og det kan igen hjælpe dem med at genkende og håndtere stressreaktioner. Det er særligt vigtigt for PTSD-patienter, der ofte oplever dissociation og en manglende forbindelse til deres krop.

Gennem bevægelsesøvelser kan patienter desuden lære at regulere deres arousal-niveauer, som kan reducere symptomer som angst og hypervigilans.



Endelig fremmer psykomotorisk terapi bedre sociale interaktioner og relationer ved at forbedre patienternes evne til at kommunikere og samarbejde med andre. Det kan være særligt nyttigt for PTSD-patienter, der ofte oplever vanskeligheder i sociale situationer.

Interoceptiv bevidsthed

Et af de centrale fund i studiet er, at psykomotorisk terapi hjælper patienter med at udvikle en adaptiv interoceptiv bevidsthed. Terapien hjælper patienterne til at blive mere opmærksomme på deres kropslige fornemmelser og lære at tolke disse signaler korrekt. For PTSD-patienter, der ofte oplever dissociation, kan denne øgede kropsbevidsthed hjælpe med at genoprette forbindelsen mellem krop og sind.

Regulering af arousal

Studiet fremhæver også, hvordan psykomotorisk terapi kan hjælpe med at regulere arousal-niveauer. PTSD-patienter oplever ofte forhøjet arousal, hvilket kan manifestere sig som angst, irriterabilitet og hypervigilans. Gennem teknikker som dyb vejrtrækning og jordforbindelsesøvelser kan patienterne lære at sænke deres arousal-niveauer, og det kan reducere symptomerne og forbedre patienternes generelle velbefindende.

Forbedret interpersonel funktion

En anden vigtig konklusion fra studiet er, at psykomotorisk terapi kan forbedre patienternes sociale liv og interpersonelle relationer. PTSD-patienter har ofte svært ved at opretholde sunde sociale relationer på grund af deres symptomer. Ved at forbedre patienternes evne til at kommunikere og samarbejde med andre får de også bedre sociale interaktioner.

Praktiske anbefalinger

For psykomotoriske terapeuter, der arbejder med PTSD-patienter, anbefaler studiet at integrere en række elementer fra den psykomotoriske terapi i behandlingen.

Gennem øvelser som kropsscanning og mindful bevægelse og andre kropsbevidsthedsøvelser kan patienterne udvikle en dybere forståelse af deres kropslige fornemmelser. Dyb vejrtrækning og jordforbindelsesøvelser kan hjælpe patienterne med at regulere deres arousal-niveauer, og interpersonelle øvelser kan fremme sociale færdigheder og relationer. Det kan for eksempel ske gennem gruppeaktiviteter og rollespil, der hjælper patienterne med at øve og udvikle deres sociale færdigheder i et trygt miljø. ●

HELE STUDIET – *PSYCHOMOTOR THERAPY FOR POSTTRAUMATIC STRESS DISORDER* – KAN FINDES HER:

www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17432979.2024.2433487

Samling af EUROPÆISK FORSKNING

AF DITTE-MARIE POST

Ligesom her i Danmark, har der hos vores kolleger fra andre lande længe været et ønske om at samle og overskueliggøre den forskning, der foregår indenfor det psykomotoriske felt rundt omkring i Europa og i resten af verden.

Det gælder både praksisforskning, men også forskning indenfor de mere grundlæggende discipliner og de teorier, som vi bygger faget på. Studerende, undervisere og forskere har også et stort behov for at lære hinandens arbejde at kende og skabe kontakt og samarbejde over landegrænser.

Derfor har EFP – Det Europæiske Forum for Psykomotorik indsamlet informationer om forskningsaktivitet og praksis i europæiske lande. En artikel i det tyske tidsskrift “Motorik” giver sammen med et fyldigt datasæt et foreløbigt overblik.

Tidsskriftet “European Psychomotricity Journal” vil fra efteråret 2025 og frem blive udgivet i EFP’s navn. Det vil fremover være et væsentligt, fagligt medie for publikation af psykomotorisk forskning og artikler om psykomotorisk praksis og projekter i Europa. Det vil støtte op om et fælles ønske i EFP’s medlemslande om evidens for faget. Tidsskriftet vil blive udgivet minimum 1 gang årligt og vil være såkaldt “Open Source,” dvs gratis at tilgå. ●

ARTIKEL I MOTORIK:

reinhardt-journals.de/index.php/mot/article/view/156984

DATASÆT:

osf.io/w6uap/?view_only=ee6ab1b01b4a412e9798067dc05826e6

EUROPEAN PSYCHOMOTRICITY JOURNAL:

psychomotor.gr/



DAP VAR VIGTIG HJÆLP PÅ STINES VEJ TIL SELVSTÆNDIG PSYKOMOTORISK TERAPEUT

Med DAP på sidelinjen har **Stine Søfting** etableret sig som selvstændig psykomotorisk terapeut inden for stress- og traumeområdet. Efter knap halvandet år har Stine Søfting fået forløst drømmen om at lave behandling og undervisning med både faste samarbejdsaftaler og private kunder

Efter en årrække som ansat på forskellige arbejdspladser forløste Stine Søfting sin ambition om at blive selvstændig psykomotorisk terapeut med egen klinik og faste kunder.

“Det var svært at finde et job inden for stress- og traumeområdet, hvor jeg kunne lave egentlig behandling. Så ved siden af mit faste arbejde startede jeg op i det små som selvstændig behandler, indtil jeg besluttede mig for at satse på at være selvstændig på fuld tid, så jeg kunne fokusere på behandling og undervisning,” fortæller Stine Søfting.

Med beslutningen om at satse på arbejdslivet som selvstændig i stedet for den faste månedsløn fulgte også en lang række spørgsmål. Hvad skal ydelserne koste? Hvordan skrues man en kontrakt med en virksomhedskunde sammen? Hvad med moms og lønsum og branchekoder?

Stine Søfting tog kontakt til DAP, første gang hun som selvstændig skulle indgå en aftale med en virksomhedskunde om supervision.

“Det var helt naturligt for mig at opsøge rådgivning hos DAP. Jeg havde brugt DAP’s online-ressourcer til at estimere en pris, og på baggrund af den fik jeg personlig rådgivning af en faglig konsulent hos DAP. Den faglige konsulent spurgte ind til, hvem målgruppen var, hvad supervisionen indeholdt, hvor meget forberedelse det krævede og den slags. Og efter at hun havde sat sig grundigt ind i det, kom hun med en vurdering af, hvordan jeg burde prissætte det,” siger Stine Søfting og fortsætter:

“Og den pris var højere, end jeg selv var kommet frem til, så på den måde hjalp DAP’s rådgivning mig med at få en højere pris for mit arbejde”.

Fik faglig sparring og trykthed

Mens Stine Søfting har arbejdet for at skaffe kunder og faste aftaler, har hun løbende fået hjælp og vejledning til nogle af de mange spørgsmål, der opstår, når man er selvstændig.

Hun har blandt andet fået hjælp til overgangen fra personligt ejet mindre virksomhed til enkeltmandsvirksomhed, da hendes arbejde bar frugt, og der kom mere gang i butikken.

“Det var virkelig rart og har givet trykthed at have en fagkyndig at kunne sparre med. Især i opstartsfasen, hvor vi talte om, hvordan jeg skulle gribe det an. DAP har et stort kendskab til vores fag og vores branche, så ud over den faglige sparring kunne den faglige konsulent hele tiden pege mig i retning af mere viden og information, som jeg kunne bruge til at opbygge min virksomhed,” siger Stine Søfting.

Ud over hjælp og rådgivning til de mere tørre ting som branchekoder og lønsumsafgift oplevede Stine Søfting også, at der var moralsk opbakning fra DAP til hendes valg om at gå efter at blive selvstændig psykomotorisk terapeut.

“Hver gang jeg og konsulenten talte sammen, fik jeg opbakning til mit valg om at blive selvstændig. Hun blev ved med at sige “Hvor er det sejt gået”. Og når jeg møder hende, spørger hun altid ind til, hvordan det går med arbejdet. Så jeg har virkelig følt, at der har været moralsk opbakning fra DAP hele vejen,” siger Stine Søfting.

Stine Søfting driver “Stine Søfting – Kropp & Psykomotorisk Terapeut” i København, hvor hun primært beskæftiger sig med psykomotorisk stress- og traumebehandling.

Medlemmer af DAP – Danske Psykomotoriske Terapeuter kan få personlig og professionel rådgivning og sparring – uanset om man går med tanker om at blive selvstændig, eller man har været i gang i mange år. ●

Forbered dig til den lokale lønforhandling

Som offentligt ansat har du ret til at forhandle din løn lokalt en gang om året, eller når der sker ændringer. På mange arbejdspladser er det tid til den årlige forhandling





Som offentligt ansat er størstedelen af din løn fastsat i overenskomsten, men derudover forhandles en del af din løn på din arbejdsplads – det kaldes den lokale løn. Lokal løn kan forhandles på baggrund af kvalifikationer eller funktioner.

I aftalen om lokal løndannelse står der: “Lokal løndannelse kan bidrage til at understøtte strategiske indsatsområder, fx ved at understøtte kvaliteten i opgaveløsningen, større omstillingsprocesser, innovation, mål og resultater, mere effektive arbejdsmetoder og øget produktivitet. Den kan endvidere understøtte rekruttering og fastholdelse af ansatte samt understøtte de ansattes engagement og udvikling af kompetencer.”

Det vil sige, at den lokale løn kan bruges til at tilgodese de medarbejdere, der har bidraget med noget ekstra, har fået nye relevante kompetencer, eller som man af andre grunde gerne vil fastholde.

En gang om året, eller når der sker ændringer

Lokal løn bør forhandles, når der er ændringer i jobbet. Hvis du får nye opgaver eller funktioner, får større ansvar, eller hvis du får nye kompetencer, eksempelvis fordi du har taget supplerende uddannelse.

Derudover skal der årligt afholdes lønforhandlinger, som kan finde sted én gang om året – også selvom der ikke er afsat penge til det. Lønforhandlingerne kan også finde sted løbende, hvis begge parter er enige om det.

Funktionsløn eller kvalifikationsløn?

Kvalifikationsløn er knyttet til personlige egenskaber som din erfaring og uddannelse, mens funktionsløn er knyttet til specifikke funktioner eller opgaver, du udfører.

Har du taget en efteruddannelse som for eksempel sanseprofiler eller KRAP-metoder, kan du forhandle om kvalifikationsløn.

Hvis du løser bestemte opgaver – det kan være, at du er arbejdsmiljørepræsentant eller superbruger af jeres IT-system – kan du forhandle om funktionsløn.

Engangstillæg eller ekstra løntrin?

Aftaler om lokal løn kan være individuelle aftaler for den enkelte medarbejder eller en forhånds aftale, der fastsætter kriterierne for, at en ansat eller en gruppe af ansatte kan opnå lokal løn.

Lokal løn gives typisk som et varigt tillæg, men kan også være et ekstra løntrin, højere pension eller resultatløn. Nogle arbejdsgivere tilbyder engangstillæg, men det er som udgangspunkt ikke noget, vi foreslår, da vi i højere grad ønsker varige pensionsgivende tillæg. Det giver en bedre udvikling af din løn på lang sigt. Engangstillæg kan dog give mening, hvis du har gjort en særlig indsats i det forgange år i forbindelse med en afgrænset opgave.

DAP forhandler for dig

Det er DAP, der har forhandlingsretten, og som skal underskrive aftalen. Det betyder, at vi er med på sidelinjen under forhandlingen og kan støtte dig gennem processen.

Lokal løn forhandles mellem ledelsen og tillidsrepræsentanten på den enkelte arbejdsplads, så hvis du har en tillidsrepræsentant, vil det være hende eller ham, som leder forhandlingen. Hvis du ikke har en tillidsrepræsentant, vil det som udgangspunkt være os fra DAP, der leder forhandlingen i samarbejde med dig. Vi kan også aftale, at du selv gør det, hvis du for eksempel har mod på det og en god kontakt til ledelsen.

Indsamling af krav

Arbejdsgiveren skal kontakte de forhandlingsberettigede organisationer – enten DAP eller din lokale tillidsrepræsentant – og foreslå, hvornår forhandlingerne skal foregå. Før selve forhand-





lingen kan begynde, skal der indsamles krav fra de ansatte. Når kravene er blevet indsamlet, går forhandlingerne i gang.

Sådan forbereder du dig

Det er vigtigt, at du forbereder dig grundigt til din lønforhandling. Start med at se på de resultater, du har opnået i din stilling. Skriv det hele ned, så du har et klart billede af, hvad du har opnået. Resultaterne kan omfatte både mængden af opgaver, du har løst, samt kvaliteten af arbejdet eller de måder, du har løst opgaverne på.

Notér, hvilke efteruddannelser og kurser du har taget, som er relevante for dine arbejdsopgaver. Det kan også være, at du opnået kvalifikationer på andre måder end gennem formel uddannelse, som kan begrunde en lønforhøjelse. Måske har en kollega sat dig ind nogle rutiner eller noget software, som ikke alle dine kolleger mestrer.

Overvej, om du har påtaget dig særlige funktioner eller et særligt ansvar. Er det for eksempel dig, der oplærer nye medarbejdere?

Se på arbejdspladsens mål

Sammenhold dine resultater, dine kvalifikationer og funktioner med de mål, der er sat for din arbejdsplads. Det kan alt sammen bruges i argumentationen under forhandlingen.

Beskriv med tre til fem linjer, hvorfor du bør have et givet tillæg, og aftal med DAP eller TR, hvor højt et tillæg der skal forhandles om. Før forhandlingen drøfter vi, hvad du ønsker at opnå, og hvad der er realistisk i forhold til dit lønniveau og din lønudvikling.

Sæt dine mål for forhandlingen

Med udgangspunkt i de fakta, du har samlet, sætter vi et mål for forhandlingen. Herefter indstiller DAP eller din tillidsmand kravet til lokalforhandlingen hos din leder.

Det kan være en god idé at have flere mål prioriteret i rækkefølge. Hvis det højeste mål ikke kan opnås, kan du måske komme igennem med et mål længere nede på listen, eller der kan lægges en plan for at nå målet inden for et eller to år.

Forhandlinger begynder, længe før selve den formelle forhandling starter. Det handler om dialog og forståelse af modpartens behov. Overvej, hvad ledelsen gerne vil tilgodese – måske er der fokus på bestemte områder, funktioner eller kvalifikationer, som ledelsen ønsker at fremme.

Hvad ønsker din arbejdsgiver?

Det er vigtigt i denne sammenhæng, at du overvejer, hvad din arbejdsgiver ønsker at få ud af forhandlingerne, så vi kan forberede os bedst muligt. Har der været stor udskiftning i medarbejderne, så du sidder med erfaringer og viden som er svært at undvære? Så står du selvfølgelig stærkere, end hvis du lige er kommet ind på en arbejdsplads. Det kan også være, at din arbejdsgiver gerne vil have dig til at tage andre opgaver. Er det svært at få udfyldt vagtplanen, og ønsker din arbejdsgiver mere fleksibilitet fra medarbejderne? Mangler der nogle kvalifikationer på arbejdspladsen, som du kunne tilegne dig?

Kan du få noget andet end løn?

Hvis det er umuligt at få den lønstigning, du gerne vil have, kan det være, at din arbejdsgiver er villig



FORSKEL PÅ KOMMUNER, STAT OG REGIONER

Lokale lønforhandlinger forløber lidt forskelligt, afhængigt af om du er ansat i kommune, region eller stat. Kommuner og regioner har deres egne aftalesystemer, selvom de på mange områder er ens. Staten er anderledes reguleret, og forhandlingerne foregår derfor også anderledes.

Du kan finde links til de relevante aftaler på vores hjemmeside ved at scanne QR-koderne herunder.

- **Aftale om lokal løndannelse for Sundhedskartellets område KL:**
www.kl.dk/media/ekxlzgbt/ok21-0904-aftale-om-lokal-loendannelse-for-sundhedskartellets-omraade.pdf



- **Aftale om lokal løndannelse for Sundhedskartellets område RLTN:**
(Danske Regioner):
okportal.dk/media/16164/5016.pdf



- **Statens område:**
www.retsinformation.dk/eli/retsinfo/2019/9940
og
medst.dk/arbejdsomraader/hr/loen-og-ansattelse/loen/lokale-loenelementer-og-loenforhandling/



1. Skriv alle dine resultater ned.
2. Har du påtaget dig nye opgaver?
3. Har du taget kurser, uddannelse eller fået uformel læring?
4. Sammenhold det med arbejdspladsens målsætninger.
5. Sæt nogle prioriterede mål for forhandlingen sammen med DAP eller din tillidsmand.



til at give noget andet. Så hvis du får afvist dit krav, kan du spørge din leder, hvad der skal til, for at dit krav kan indfries. Svaret kan du bruge til at lægge en plan for næste lønforhandling.

Det kan for eksempel være, at der er nogle opgaver, som ikke bliver tilstrækkeligt løftet, som du kan bidrage til at løse. Måske kan du få bevilliget en efteruddannelse, som gør, at du kan løse nogle andre opgaver fremover. Så står du også bedre til næste lønforhandling.

Når forhandlingen er afsluttet, skal der skrives en lønaftale, som skal underskrives af din tillidsmand eller DAP. Vi tjekker altid aftalen grundigt med dig, inden vi underskriver. ●



BLIV SET AF POTENTIELLE KUNDER!

Som medlem af DAP har du mulighed for at oprette dig som behandler på siden **“Find en psykomotorisk terapeut”**

- Det er den side, vi henviser til, når vi bliver spurgt, om vi kan anbefale en psykomotorisk terapeut
- Siden står øverst, hvis man søger på “Find psykomotorisk terapeut” og andre relevante søgninger på google
- Fremadrettet er målet, at forsikringselskaber og andre, der udbyder sundhedsforsikringer, vil henvise deres kunder til siden

Derfor er det selvfølgelig også vigtigt, at siden er opdateret og korrekt både for din egen skyld men også for dine fagfællers og fagets skyld. En god og opdateret oversigt giver et godt indtryk af vores fag, når man som mulig klient skal lede efter en behandler.

HAR DU ALLEREDE EN PROFIL?

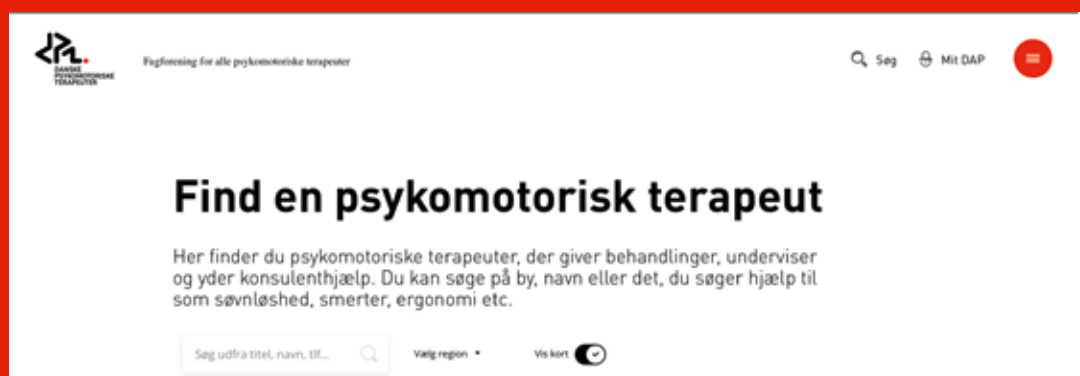
Sørg for, at den er opdateret. Vi sletter snart profiler, der ikke er blevet redigeret i år. Log på og rediger på Mit DAP på dap.dk. Er din profil tidsvarende, kan du bare skrive et punktum, så vi kan se, at du har taget stilling. Kan du ikke huske koden, kan du få den tilsendt igen.

ER DU BEHANDLER, MEN HAR IKKE EN PROFIL?

Log ind på mit DAP på dap.dk. Her kan du oprette en profil. Du kan beholde den så længe du er aktiv behandler og medlem af DAP.

HAR DU EN PROFIL, MEN ER IKKE AKTIV BEHANDLER

Slet din profil hvis du ikke er aktiv behandler, så potentielle kunder ikke ringer eller skriver forgæves. Vi vil gerne give potentielle nye klienter den bedst mulige oplevelse. Du kan altid oprette en profil igen.



The screenshot shows the DAP website interface. At the top left is the DAP logo with the text 'Fagforening for alle psykomotoriske terapeuter'. To the right are search and user icons. The main heading is 'Find en psykomotorisk terapeut'. Below it is a sub-heading: 'Her finder du psykomotoriske terapeuter, der giver behandlinger, underviser og yder konsulenthjælp. Du kan søge på by, navn eller det, du søger hjælp til som søvnløshed, smerter, ergonomi etc.' At the bottom, there is a search bar with the placeholder text 'Søg ud fra titel, navn, tlf...', a dropdown menu for 'Vælg region', and a 'Vis kort' button with a location icon.



STRAMT TUNGE- BÅND PODCASTEN

Charlotte K. Johannsen



'Stramt Tungebånd Podcasten' er inde og berøre den meget omtalte problemstilling med stramt tungebånd og hvordan det stramme tungebånd kan gå ind og påvirke vores psykiske velvære. Jeg synes, at det er en interessant problematik at forholde sig til som psykomotoriske terapeuter, særligt da mange i samfundet stiller spørgsmålstejn ved, om det nu ikke bare er en "dille"

Den er særligt relevant for terapeuter der arbejder med børn, særligt sårbare og bare folk der generelt døjer med spændinger i hoved/nakke.

Link:

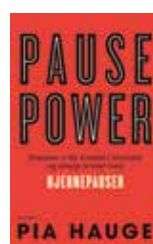
open.spotify.com/show/OjdQ8goEFelDcExDVN4wi4?si=ZWdrsgm_Skm3uZ1LUR2rKw

HVAD VIL DU ANBEFALE TIL EN FAGFÆLLE?

Del dine bedste faglige læse- og lytteoplevelser med dine faggæller.

Brug formularen her til at dele dit bedste tip til bøger, podcasts, foredrag, der er relevant for psykomotoriske terapeuter.

<https://forms.office.com/e/CELkRSXFZm>



PAUSE POWER

Pia Hauge

Bogen Pause Power handler om, hvordan vi tager de naturlige pauser tilbage både i arbejdsdagen og generelt

Den er primært henvendt til folk, som arbejder på kontor, men hele første del handler generelt om, hvordan vi holder og ikke holder pauser, og giver nogle gode pointer, i forhold hvorfor vi gør, som vi gør, og glemmer pauserne/restitutionen.

Den er skrevet i et sprog, så alle kan følge med. Den er en smuk og kærlig opsang til os alle om at tage pausen tilbage. Om at stoppe med at tro, at ueffektiviserer ved at knokle på og tro, at multitasking er det kloge valg.



Anmeldt af: Pernille Burø

Månedens bog

 gads forlag

Må jeg få din opmærksomhed?

Om forstyrret opmærksomhed og den unge hjerne

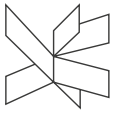
Vi kender det alle – opmærksomheden, som pludselig er på afveje og kan være svær at få på ret kurs igen - ikke mindst i en tid, hvor mange ydre og indre forhold kappes om at få vores opmærksomhed.

Bogen er et redskab til at bygge bro mellem de børn og unge, som oplever, at opmærksomheden let stikker af, og de voksne som gerne vil hjælpe til med at indfange den igen. Gennem et fælles sprog, en fælles forståelse og fælles indsats kan man nemlig ofte hjælpe opmærksomheden godt på vej.



Forfatter
Tine Skipper Vesterby

FÅ 20% RABAT VED KØB AF
BOGEN PÅ
[WWW.DAP.DK/MEDLEMSKAB/
MEDLEMSFORDELE/](http://WWW.DAP.DK/MEDLEMSKAB/MEDLEMSFORDELE/)



Beskikkelse af nyt eksternt censorkorps ved Psykomotorikuddannelsen

Censorkorpset for Psykomotorikuddannelsen søger censorer til den nye 4-årige beskikkelsesperiode, der går fra d. 1. september 2025 til d. 31. august 2029.

Som censor ved Psykomotorikuddannelsen skal du have:

- indgående og aktuelt kendskab til uddannelsens forudsætninger, mål og metoder
- specifik kompetence inden for et eller flere faglige delområder, som indgår i uddannelsen
- aktuel viden om uddannelsens anvendelsesmuligheder, herunder kendskab til aftagernes situation og behov
- Endvidere har censor pligt til at orientere sig i eksamensbekendtgørelsen, læringsudbytter og prøvekriterier i uddannelsen

Du kan orientere dig i psykomotorikuddannelsens studieordning her:

www.via.dk/uddannelser/sundhed-og-omsorg/psykomotorik
www.kp.dk/uddannelser/psykomotorisk-terapeut/

Der kan søges beskikkelse til Bachelorprojekt: Dokumentation, forskning og udvikling (7. semester) og Semesterprøverne: Psykomotorisk intervention (4. semester) og Psykologi (6. semester)

Ansøgning om beskikkelse som censor foretages elektronisk på Censorekretariatets hjemmeside: www.censor-it.dk.

Vejledning til ansøgning:

- Log ind på www.censor-it.dk under "Medlemsområde" i højre side
- Klik på "Psykomotorikuddannelsen" under *Beskikkelsesansøgning* i menuen i venstre side
- Sæt flueben i kassen og tast cpr-nummer
- Klik på "hent data"
- Udfyld skemaet
- Klik på "indsend ansøgning"

Der er ansøgningsfrist torsdag den 24. april 2025.

Der kan forventes svar på ansøgningen primo august 2025

Har du spørgsmål til uddannelsen og krav til censorer kontakt censorforperson:
Karin Ladeby, karin.ladeby@gmail.com, tlf. 24482755

Hvis du har spørgsmål til ansøgningskemaet, er du velkommen til at kontakte sekretær:
Susanne Andersen, censor-it@ucsyd.dk, tlf.nr. 7266 5160



Nu er foråret her, og vi håber, at det bringer ny energi og motivation til din faglige udvikling.

Vi har sammensat et udvalg af kurser, som måske kan være noget for dig – et skridt nærmere dine professionelle mål og til at styrke din professionelle profil.

Mange hilsener

Rikke

raj@dap.dk
dap.dk/kurser

AT ARBEJDE MED PRIMÆRE SANSER SOM PSYKOMOTORISK TERAPEUT – IKKE KUN FOR BØRN

DATO: 15. marts 2025
STED: Randers
UNDERSISER: Signe Miranda
PRIS: 1850 kr. for medlemmer, 1060 kr. for studerende medlemmer, 2350 kr. for ikke-medlemmer

BESKRIVELSE: Kurset er for dig der har interesse for skærpe fokus på, eller lære mere om, sansearbejde som redskab i det psykomotoriske felt. Dette være sig indenfor forskellige målgrupper som bl.a. børneområdet, handicap- og demensområdet.

MANUELLE GREB OG BOLDE

DATO: 21. marts 2025
STED: København
UNDERSISER: Bodil Hjorth
PRIS: 1250 kr. for medlemmer, 980 kr. for studerende medlemmer, 1680 kr. for ikke-medlemmer

BESKRIVELSE: Hvordan kan bolde anvendes til at forbedre resultatet af den manuelle behandling? Bold-kittet som vi anvender på kurset er fra Coretools, og er inkluderet i prisen.

INFOMØDE OM PSYKOMOTORIK PÅ FESTIVALER

DATO: 25. marts 2025
STED: København
PRIS: Gratis for alle

BESKRIVELSE: Vil du have din psykomotorik med på festival? Så kom til infomøde og hør mere!

MANUELLE BEHANDLINGSTEKNIKKER

DATO: 5. apr. 2025
STED: Vejle
UNDERSISER: Mette Borghus
PRIS: 1.050 kr. for medlemmer, 800 kr. for studerende medlemmer, 1.750 kr. for ikke-medlemmer

BESKRIVELSE: På dette kursus skal vi arbejde med at lokalisere/teste hvad det er for en specifik muskel som er skyld i smerterne, samt greb/tag og tryk som afhjælper problematikkerne.

WEBINAR: ENGAGEMENT, ARBEJDSSTRESS OG ARBEJDSIDENTITET

DATO: 26. april 2025
STED: København
UNDERSISER: Billy Adamsen
PRIS: Gratis for medlemmer

BESKRIVELSE: Engagement, arbejdsstress og arbejdsidentitet. Hvad er sammenhængen mellem engagement i arbejdet, arbejdsstress og arbejdsidentitet? Det vil jeg svare på i det her foredrag. For al for mange rammes af stress, og det skal vi gøre noget ved.

WORKSHOP: EN KROPSLIG OG PRAKTISK DAG MED FOKUS PÅ NERVESYSTEMET

DATO: 1. maj 2025
STED: København
UNDERSISER: Lene Ege
PRIS: 1050 kr. for medlemmer, 800 kr. for studerende medlemmer, 1750 kr. for ikke-medlemmer

BESKRIVELSE: Denne dag er designet til behandlere og terapeuter, der regelmæssigt arbejder med klienter og er tryk ved briksen, samt ønsker at dykke dybere ind i nervesystemets dynamik. Du er nysgerrig på, hvordan du kan arbejde mere bevidst med kroppens forsvarsmønstre og hjælpe dine klienter videre.

I DETTE BLAD

“Jeg opfordrer dimittender til at få nogle praksiserfaringer først, inden man videreuddanner sig”

LENE ØSTERBY,
 UDDANNELSESLIDER, KP
 / SIDE 6

“Jeg har helt sikkert lært værdifulde teknikker igennem mine efteruddannelser, men det vigtigste, de har givet mig, er en dybere forståelse ind i min kernefaglighed”

TITT LYNGSØ,
 PSYKOMOTORISK TERAPEUT
 / SIDE 8

“DAP’s rådgivning hjalp mig med at få en højere pris for mit arbejde”

STINE SØFTING,
 SELVSTÆNDIG BEHANDLER
 / SIDE 22

HAR DU EN PROFIL PÅ “FIND BEHANDLER”?

Så sørg for at holde den opdateret:

- Er din adresse og telefonnummer stadig det samme?
- Har du specialiseret dig? Du kan for eksempel tilføje depression, stress, nakkesmerter, søvnproblemer eller patienter med bestemte diagnoser til din tekst, så det bliver nemmere at finde dig.
- Tilbyder du ikke længere behandling? Så hjælp dine selvstændige kolleger og slet din profil så interesserede ikke går forgæves. Du kan altid oprette den igen.

<https://dap.dk/medlemskab/guide-opret-behandlerprofil/>

