



PERSONLIGE DATA

Navn: Rikke Bjerregaard

UDDANNELSE

År	Kvalifikationer og emner	Uddannelsesinstitution
2019	Individuel mentaliseringsbaseret terapi	Center for mentalisering
2014-2016	Master of Business Coaching	Copenhagen Coaching Center
2009-2014	Cand.merc.HRM	Copenhagen Business School
2006-2009	Ha.(fil.), Filosofi og Økonomi	Copenhagen Business School
2005-2006	Et år på Markedsøkonom i Performance Management	Roskilde Erhvervsakademi
2003-2005	Administrationsøkonom	Forvaltningshøjskolen, København
2002	HF enkeltfag i matematik, niveau B, fysik, niveau C og kemi, niveau C	GSK på Gasværksvej og GSK på Zahles Seminarium
1999-2000	Højskoleophold, 7 måneder	Silkeborg Højskole
1995-1998	Sproglig Studentereksamen	Ringkøbing Gymnasium

ERHVERVSERFARING

2024 – d.d	Bestyrelsesmedlem i Habitus A/S
2018 – d.d	Selvstændig organisationskonsulent ■ Viden- og ressourceperson samt procesfacilitator og udvikler af støttemateriale på implementeringen af Habitus A/S egen udviklet AI sprogmodel til støtte for kvalitet og faglig udvikling.

- Medindehaver og medarrangør af interessefællesskabet 'Omsorg – mellem mærkbart og målbart's konference, sep. 2025.
- Medudvikler og medunderviser af 'Den neuroaffektive lederuddannelse' med bl.a. Susan Hart og Rune Strøm
- Underviser på lederuddannelsen MEF (Menneskelighed, etik og faglighed) i regi af MEF.
- Uddannelses- og udviklingsforløb for ledere og medarbejdere i både private og offentlige virksomheder bl.a. i Kulturministeriet, Siemens Gamesa, Københavns Kommune, Slagelse Kommune, Hvidovre Kommune, Faxe Kommune, Rødovre Kommune, Halsnæs Kommune, Nordfyns Kommune, Gladsaxe Kommune, Gentofte Kommune, Fredensborg Kommune, Region Hovedstaden samt Habitus A/S, Fonden Kanonen, Fonden Startskuddet, Fonden Nettet og andre mindre sociale virksomheder.
- Oplægs- og foredragsholder i forbund, foreninger og netværk, herunder Socialpædagogerne Storkøbenhavn og Nordsjælland, Socialt Lederforum, Netværk for Social Kapital, Tværgående net for ledere i Region Sjælland, Altingets politiske netværk for Offentlig Ledelse, Hospice Forum Danmark etc. Temaerne har bl.a. været 'Ledelse og magt' herunder hvad magten gør ved os samt opmærksomheden på de 'Sociale hierarkier i den organisatoriske kontekst'.
- Underviser og medudvikler af kurset 'Frustration skal ledes', der primært henvender sig til ledere i miljøet med forhøjet generaliseret frustrationsniveau, herunder sociale virksomheder.
- Ledelsessparring – enkeltvis og i teams i både private og offentlige virksomheder
- Supervisionsforløb for medarbejdergrupper og ledergrupper
- Skræddersyet uddannelsesforløb – herunder bl.a. i temaer som personlighedspsykologi, organisationens sociale hierarkier, mentalisering og mentaliseringssvigt, forråelse, neuropædagogik, low arousal, organisationsudvikling, sygefravær, samtalepraksis etc.
- Executive og life coaching

Størstedel af mine kunder er i den pædagogiske branche og i miljøer med forhøjet frustrationsniveau. Temaer i dette arbejde er:

- Viden om og forståelse af diagnosers betydning for borgeres adfærd og reaktioner herunder anvendelsen af LA, LA2 og LA2u samt neuroaffektive processer.
- Viden om og forståelse for forråelse og forråelsens betydning for arbejdet med borgeren. Hvordan kan vi se, høre og mærke den, og hvordan kan vi sammen være med til at mindske den.
- Viden om de organisatoriske sociale hierarkier og deres betydning for hvordan vi er sammen og for hvordan vi udfører vores arbejde. Dette temaer hænger sammen med de personlige og organisationspsykologiske mekanismer som altid er til stede, når vi er samlet i flok og som indimellem kan spænde ben for kvalitet i arbejdet med borgeren.
- Viden om og indsigt i hvorfor mentalisering og evnen hertil er grundlaget for god pædagogik. Herunder også hvad sker der når vi mister evnen til at mentalisere, samt metoder og redskaber til at holde mentaliserende samtaler.
- Introduktion til den pædagogiske metode LA og LA2. For at skabe den højest mulige livskvalitet for den enkelte udarbejdelse der konkrete handleplaner.
- Viden om og refleksion over temaet magt i den pædagogiske branche. Magten er allestedsnærværende i det daglige arbejde, så hvordan forvaltes, fordeles og bevares magten i

ledelsen? Hvordan kan vi også skubbe vi mere magt og medansvar hos medarbejdere uden at vi mister forbindelsen til opgaven og kvaliteten?

Hos de resterende kunder arbejder jeg primært med samarbejde og trivsel herunder hvad der ligger til grund for et evt. dårligt arbejdsklima. Hjælper gruppen af medarbejdere og ledelse videre og støtter ledelsen i at tage beslutninger der bevarer eller styrker samarbejdet.

I kulturministeriet har jeg i samarbejde med HR og Organisation udviklet deres talentprogram, og er fortsat tilknyttet som ekstern konsulent på programmets fagdage.

2017-2018 Seniorkonsulent og underviser på Copenhagen Coaching Center (CCC)

- Semesteransvarlig og underviser på uddannelsen Master i Business Coaching (MBC). MBC uddannelsen har den højeste uddannelsesmæssige akkreditering indenfor coaching i Danmark, og tager udgangspunkt i tre overordnede psykologiske perspektiver samt den filosofiske dialog.
- Medudvikler af og underviser på kurset 'Frustration skal ledes', der primært henvender sig til ledere i brancher med forhøjet generaliseret frustrationsniveau, herunder sociale virksomheder.
- Varetage af eksterne konsulentopgaver
- Ledelsessparring – enkeltvis og i teams
- Supervisionsforløb for medarbejdergrupper og ledergrupper
- Underviser på skræddersyet uddannelsesforløb
- Executive coach
- Vejledning af masteropgaver
- Redaktionsansvarlig for CCCs hjemmeside

2016- d.d Ekstern lektor i organisationsteori og ledelse på Copenhagen Business School (CBS), IOA

- Undervisning på uddannelsen MBA (Executive master of business administration)
- Underviser på faget 'Personlighedspsykologi' på linjen HA.psyk
- Underviser på faget 'Strategi' på linjen HA.almen
- Undervisning i faget 'Ledelse af teams og processer' på linjen HA.projektledelse
- Vejledning af specialestuderende samt bachelorstuderende på flere linjer

2015-2016 Undervisningsassistent på Copenhagen Business School (CBS)

- Underviser i faget strategi på linjen HA.almen
- Underviser i faget ledelse af teams og processer på HA.pro.
- Vejleder på linjen cand.merc.HRM

2014-2017 Konsulent og underviser på Copenhagen Coaching Center (CCC)

- Primære underviser på uddannelserne Master of Business Coaching og Proceskonsulentuddannelsen på CCC, samt på Master of Public Governance på CBS.
- Supervision af både individer og grupper, herunder bl.a. for ledere i Fredensborg Kommune.

- Konsulentarbejde, herunder bl.a. Protreptisk visionsdag hos DONG, udviklingsdag i forbindelse med folkeskolereformen i Kokkedal Bysamfund, samt protreptisk indlæg for kliniske vejledere i København.
 - Økonomiadministration, herunder fakturering og bogføring.
- 2010 – 2012 HR medarbejder/projektleder på Københavns Fængsler
- Projektleder på et brugerdrevet innovation projekt blandt indsatte på Københavns Fængsler, der endte op med en svarprocent på knap 80.
 - Projektleder på et sundhedsfremmeprojekt. Formålet er at forebygge nedslidning blandt betjente på skifteholds- og natarbejde.
 - Udvikling og koordinering af interne kurser og i den forbindelse undervisning af betjente på en igangværende akademiuddannelse i ledelse. Jeg underviser i metode, samt innovation.
- 2008 - 2011 Instruktør i Fitness DK
- Underviste BodyStep, stram op, puls og styrke, step, bold og graviditetstræning samt gæsteunderviser på slankehold ligeledes i fitnessDK
- 2007 - 2009 Rekrutteringsmedarbejder på Københavns Fængsler
- Havde ansvaret for hele rekrutteringsforløbet og nåede målet med 80 ansættelser ved udgangen af september 2009.
- 2006 Aktivitetsmedarbejder, fuldtidsvikariat af 4½ måned
- Daglig leder og projektleder for ca. 80 personer, opdatering af hjemmeside, udfærdigelse af pressemateriale og kontakt med pressen, produktionschef for 2 til 3 ugentlige arrangementer sat mødeleder.
- 2004-2006 WEB-assistent på Berlingske Tidende
- Ansvar for Berlingske Tidendes hjemmeside; herunder løbende opdatering af sitet, samt ansvar for udsendelse af Breaking News på mail og SMS. Arbejder alene med opgaverne, men indgår på dialogbasis i team af 4 fastansatte webredaktører, samt 4 studentermedhjælpere. Hver fredag på vagt med en programmør.
- 2004- 2008 Ansvarlig for Store VEGAs garderobe, samt bartender
- Ansvarlig for 25 medarbejdere i Store VEGAs garderobe, og i den forbindelse til opgave at oplære nyansatte.
- 2000-2003 Børnehavemedhjælper i 1 år og derefter vikar samme sted; Saxogården på Vesterbro

- Udvælgelse af kandidater, og deltager aktivt i ansættelsessamtaler
- Har herunder ansvar for institutionens sprogskole på børnehaveniveau

1999 Supervisor i SAS VIP-Lounge i Kastrup Lufthavn

- Indgår i lederteam på 3 supervisor og en daglig leder
- Leder for 65 ansatte af mange nationaliteter
- Varetog ansættelser og afskedigelser samt oplæring
- Ansvar for bestilling af mad og drikkevarer

FRIVILLIGT ARBEJDE

2006 - 2009 Indsamlingsleder ved Folkekirkens Nødhjælp.

2001 - 2007 Frivillig i Brorsons Kirken på Nørrebro

- Produktionschef for rockgudstjenesterne
- Booker de bands, der skal spille til gudstjenesten og har ansvaret for bandet under hele arrangementet
- Tourplanlægger – 1. ugers tournéer

KURSER

2025 Efteruddannelsen i Autisme og mentalisering (Center for mentalisering)

2025 Praksisnær neuropædagogik og neurofaglige redskaber (Seminarer DK)

2024 Når flokdyret spænder ben for psykologisk tryghed (Seminarer DK)

2024 Indføring i neuroaffektiv udviklingspsykologi og de neuroaffektive kompasser (Docenten)

2024 Certificeret i Emotional Mentalizing Scale (EMS) (Docenten)

2023 Stressvejleder og coaching (fem moduler)

2019 Specialistuddannet i individuel mentaliseringsbaseret terapi

2019 Supervision of master's theses – specifically for external supervisors på CBS (CBS)

2015 Grundlæggende universitetspædagogik på CBS (CBS)

2015 Certificeret i Big Five personlighedsprofil (Hucama A/S)

2011 Certificeret i Thomas Profilen (Thomas International DK)

2011 Projektlederuddannelse (Attractor)

- 2010 Superbrugerkursus i Word 07.
- 2008 Uddannet som LesMills instruktør i bodystep (Fitness DK og underleverandører)
- 2008 Certificeret holdinstruktør (Instruktørskolen)