

# Curriculum Vitae

## Dorthe Djernis

Leder af området Naturen  
Fonden Mental Sundhed

+ 45 53 73 30 77

ddj@fondenmentalsundhed.dk

www.fondenmentalsundhed.dk



## Ansættelser

- 2020- Leder af området Naturen, *Fonden for Mental Sundhed*, stiftet i samarbejde med Velliv Foreningen
- 2019-2020 Mind & Nature; terapi og rådgivning om forskning og udvikling
- 2016-2019 Ph.d. i naturbaseret mindfulness, Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning, Københavns Universitet
- Ledende haveterapeut i Terapihaven Nacadia, Københavns Universitet:
- Gennemførelse af forløb for PTSD-ramte veteraner i efteråret 2012 og svært stressramte fra 2013-2015
- 2012-17
- Ledelse af behandlingen i terapihaven
  - Udvikling af behandlingsprogram i haveterapien
  - Behandling med haveterapi, mindfulness og kognitiv terapi
  - Formidling: Undervisningsdage, guidede ture, foredrag, interviews mv
  - Supervision af terapeuter ift. naturbaseret terapi
- Ejer af egen stress klinik, opgaver primært med:
- Ledelse af klinik med 6 behandlere
  - Supervision individuelt og i grupper, samt leder- og medarbejdercoachingforløb
  - Psykoterapi: særligt ift. stress, kriser, traumer, angst og depression
  - Kriseopgaver: Debriefing, krisesamtaler mv. Individuel og i grupper
- 2002-17
- Mindfulnessstræning: Dels hold på Arbejdsmedicinsk Klinik i Hillerød, i COPE-STRESS, et forskningsprojekt i Region Hovedstaden, samt for sygedagpengemodtager og i eget regi
  - Undervisning: Kurser for fagfolk og klienter i bl.a. mindfulness, stress, angst og depression, på Region Hovedstadens efteruddannelse af alment praktiserende læger, samt i psykologi på Politiskolen
  - Rådgivning og korttidsterapi: 1 år fuld tid på SIND's psykologiske rådgivning

- 2000-2001 Falck Healthcare, Ansvarshavende funktion hos Falcks krisepsykologiske vagtcentral:
- Udvikling af landsdækkende misbrugsrådgivnings- og behandlingsnetværk
  - Undervisning i stress og krisehåndtering, vold på arbejdspladsen mv.
- 1999-2000 Projektleder for 1-årigt revalideringsprojekt for stofmisbrugere i samarbejde med Københavns Kommune
- 1998-99 Kursusleder og forskningsassistent hos Copenhagen Business School
- 1995-97 Evaluering af sociale projekter hos Konsulentkompagniet, Hornbæk
- 1986-95 Zone- og massageterapeut i fitnesscentre og sundhedshuse

## Uddannelse

- 2019 Ph.d.-grad, Institut for Psykologi, Københavns Universitet. Naturbaseret mindfulness.
- 1997 Master i Psykologi, Københavns Universitet

## Psykologfaglige efteruddannelser

- 2017 Health Qigong træner, Dansk Health Qigong
- 2017 Naturmeditationslærer, Awake in the Wild v. Mark Colemann, USA
- 2015 Certificeret Mindfulnessstræner (MBSR) ved Center for Mindfulness, Boston
- 2015 Certificeret Åben og Rolig instruktør, Fonden Mental Sundhed (specialistgodkendt uddannelse af Dansk Psykologforening)
- 2009 Specialist og supervisor i psykotraumatologi og klinisk psykologi, Dansk Psykologforening  
Mindfulnessstræner (MBCT), Kognitiv Center Fyn
- 2008 Kognitiv grunduddannelse, Center for Kognitiv Terapi, Sct. Hans Hospital og yderligere kurser i kognitiv terapi for traumatiserede mennesker
- 2004 Choktraume terapeut, Skolen for Psykosomatik
- 2004 Autoriseret psykolog af Socialministeriet
- 1994 NLP-terapeut og træner, Dansk NLP-Institut

## Publikationer

### Peer-reviewed publikationer

1. Lygum, V.L., Poulsen, D. V., **Djernis, D.**, Djernis, H.G., Sidenius, U., & Stigsdotter, U.K. (2019). Post-Occupancy Evaluation of a Crisis Shelter Garden and Application of Findings Through the use of a Participatory Design Process. *HERD: Health Environments Research & Design Journal*, 12(3), 153-167. Doi: 10.1177/1937586718812444

2. Poulsen, V.D., Stigsdotter, U. K., **Djernis, D.**, & Sidenius, U. (2016). Everything just seems much more right in nature: How veterans with post-traumatic stress disorder experience nature-based activities in a forest therapy garden. *Health Psychology Open* (1-14)
3. Boustrup, R. J., Joergensen, M.M., Gregersen, N., Frost, L., Aagaard, H., **Djernis, D.**, van der Velden, A. M., & Dahlgaard, J.O. (2019). Psykologiske, neurologiske og cellulære virkningsmekanismer ved mindfulness træning. *Ugeskrift for Læger*
4. **Djernis, D.**, Lerstrup, I.E., Poulsen, D.V., Stigsdotter, U.K., Dahlgaard, J.O., & O'Toole, M.S. (2019). A Systematic Review and Meta-Analysis of Nature-Based Mindfulness: Effects of Moving Mindfulness Training into an Outdoor Natural Setting. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.

### Indsendte manuskripter under peer-review

1. **Djernis, D.**, Lundsgaard, C.M., Dahlgaard, J.O., & Smidt, H.R. (*Manuscript*). Nature-Based Mindfulness: A Qualitative Study of Experienced Support for Self-Regulation.
2. **Djernis, D.**, O'Toole, M.S., Fjorback, L.O., Svenningsen, H., Mehlsen, M. Y., Stigsdotter, U.K., & Dahlgaard, J.O. Bringing Mindfulness into Nature: A Pilot Randomised Controlled Trial.

### Forskningsbaserede bøger

1. Corozon, S.S., Poulsen, D.V., Sidenius, U., Gramkow, M., **Djernis, D.**, & Stigsdotter, U.K. (2018). *Konceptmanual for Nacadias naturbaserede terapi*. Copenhagen. ISBN: 978-87-7903-782-3

### Forskningsbaserede evalueringsrapporter

1. Ladegaard, Y. et al. (2012), *Report of the Copestress project*. Copenhagen

### Internationale forskningssamarbejder

Outdoors office research/StickUt: Lektor Charlotte Petersson, Malmö Universitet, Fakulteten för kultur och samhälle, Urbana studier

### Bidrag til videnskabelige konferencer

- *International Forest Therapy Days, 2019*
- *Nordic Psychology Students Conference, 2018*
- *International Association People-Environment Studies, 2018*
- *Stress Treatment Conference, UCPH, 2017*
- *Danish Health Authority – Depression conference, 2016*