



Mette Jensen

Jeg er en kvinde på 45 år, der siden 2020 har arbejdet som selvstændig underviser og processpecialist.

Før jeg blev uddannet psykoterapeut var jeg igennem mange år leder i IT og finansbranchen. Jeg bruger alle mine kompetencer i mit arbejde med at støtte mennesker og arbejdspladser i forandringsprocesser.

Som person er jeg nysgerrig, ihærdig og fordomsfri. Min nysgerrighed driver mig til fortsat at videreudanne mig og jeg er lige nu også i gang med at uddanne mig til Psykomotorisk terapeut.

Jeg brænder for udvikling og for at se fremad. Jeg er meget tillidsvækkende, og ser kontakt og relationen som en forudsætning for at kunne skabe solide og holdbare resultater.

Erhvervserfaring

Terapeut og ejer apr 2020 -
GetBusyLiving lgangværende

Terapi, coaching og undervisning

Arbejdsopgaver: 1:1 sessioner, NLP Practitioner uddannelse, gruppeterapi. Se også www.getbusyliving.dk for uddybning og anmeldelser.

Fagområder: NLP, GROW, hypnoterapi, Somatic Experience/SE, NARM, Eksistential psykoterapi, Ledelse.

Processpecialist mar 2021 -
Affectum lgangværende

Coaching og undervisning

Arbejdsopgaver: Undervisning efter konceptet VÆKSTkultur, Supervision, 1:1 sessioner.

Fagområder: NLP, Psykoterapi, 4MAT, Girafsprog, Stress

Telefon rådgiver sep 2020 -
Psykiastrifonden lgangværende

Rådgivning, Terapi

Arbejdsopgaver: 1:1 sessioner via telefon

Fagområder: Psykiatri, Eksistential psykoterapi, Krise håndtering

Strategisk chef - forandrings ledelse 2018 - 2020
Danske Bank

Ansvarlig for at implementere en strategisk forandring for 250 mennesker på tværs af Danske Bank.

Arbejdsopgaver: Coaching sessioner med 3 topdirektører for de berørte områder, særligt ift. deres ageren nedad i organisationen. Facilitering af månedlige samarbejds møder med 25 mellemledere. Udvikling af IT arkitektur.

Fagområder: Change Management (ADKAR), Agile, Digital oprettelse af kunder og automatisk bestilling af bank produkter, AML.

Senior udviklings chef - leder for ledere 2016 - 2018
Danske Bank

Ansvarlig for IT område på cirka 100 mand, siddende i Polen, Danmark og Bangalore.

Arbejdsopgaver: Udvikling af ny strategi (kultur og IT arkitektur), Motivere og udvikle mellemledere, budgetstyring, rapportering til topledelse.

Fagområder: Kundedata, AML, GDPR, API udvikling.

Afdelingsleder 2003 - 2016
Danske Bank

Ansvarlig leder for forskellige drifts- og IT-områder i Danske Banks back office.

Arbejdsopgaver: Rekruttering, afskedigelser, medarbejdersamtaler, strategi oplæg, præsentationer, budgetstyring, porteføljestyling, distanceledelse.

Fagområder: Udlandsbetalinger, HR systemer, Intranet, Mobile apps, BPM (proces optimering), AML.

Personligt

Navn
Mette Jensen

Adresse
Bovneager 11
2600 Glostrup

Telefonnummer
+45 22208827

E-mail
mette@getbusyliving.dk

Fødselsdato
14-03-1979

Køn
Kvinde

Nationalitet
Dansk

Kørekort
B

Hjemmeside
www.getbusyliving.dk

LinkedIn
www.linkedin.com/in/mette-jensen-04592a62

Interesser

Musik og koncerter

Krop og psyke

Sprog

Engelsk Flydende

Dansk Modersmål

Finansiell rådgiver

1999 - 2003

Danske Bank

Ansvarlig for egen kundeportefølje

Arbejdsopgaver: Rådgivning af privatkunder.

Fagområder: Privatøkonomi, Bolig, Investering, Forsikring og Pension

Plejhjems assistent

1998 - 1999

Plejecenter Havebæk

Uddannelse og kvalifikationer

Psykomotorisk terapeut

aug 2024 -

Københavns Professionshøjskole

Igangværende

Psykoterapeut MPF

2020 - 2022

NLP Huset

Uddannelsen er godkendt, akkrediteret og anbefalet af Dansk Psykoterapeut Forening

Certificeret NLP Master Coach

2019 - 2020

NLP Huset

Teoretisk og praktisk funderet 2-årig coaching uddannelse med udgangspunkt i NLP teknikker.

Praktisk træning: Givet og modtaget coaching +150 sessioner.

HD (O), Organisation og Ledelse

2004 - 2009

Copenhagen Business School (CBS)

HR- organisations- og ledelses-teori. Speciale: Stress

Finansiell Videreuddannelse

1999 - 2003

Niels Brock

Praktisk elevuddannelse i Danske Bank.

Teori: Pengeinstitutforretninger.

Referencer

Liza Marie Johnson

Psykiatrifonden

39293909

lj@psykiatrifonden.dk

Partner Ines Petric

Genux Executive

+45 25441172

ip@genux.dk

Thomas Jørgensen (SVP)

Danske Bank

+45 29462296

thojrg@danskebank.dk

Fagdirektør Catrine Boel

Udviklings- og
Forenklingstyrelsen

+45 29623998

catrineboel@hotmail.com

Kompetencer

Forandrings ledelse



Facilitering



Økonomistyring



Projekt og portefølje ledelse	<div style="width: 100%;"></div>
Terapi/coaching	<div style="width: 100%;"></div>
Rekruttering	<div style="width: 75%;"></div>
Strategi og udvikling	<div style="width: 75%;"></div>
IT arkitektur	<div style="width: 75%;"></div>

Kurser

Psykiatrivejleder	feb 2024 - jun 2024
<i>Psykiatrifonden</i>	
Efteruddannelse i og omkring psykiske lidelser og adfærdsmæssige forstyrrelser. Viden om de mest fremherskende psykiske lidelser. Samtalegreb til mødet med den sindslidende. Specifikt målrettet erfarne rådgivere i Psykiatrifondens rådgivning.	
Certified Agile Leadership	2019
<i>Scrum Alliance</i>	
Certified SAFe 4 Agilist	2018
<i>Scaled Agile, Inc.</i>	
Certified Scrum Product Owner	2018
<i>Scrum Alliance</i>	
Ledere for ledere	2017
<i>Danske Bank</i>	
Forløb over 6 mdr. med undervisning, træning og 360 graders måling af egen lederstil og område. Indhold: Coaching, autencitet i ledelse, planlægning af tid, uddelegering, succession. Litteratur: Humble Inquiry, Living Leadership, The Leadership Pipeline, The Moment Of Clarity.	
Lederens personlige ressourcer	2006
<i>Implement Learning Institute</i>	
Coaching	2005
<i>Mannaz A/S</i>	
2 x 5 dages intensiv træning i coaching for ledere	

Undervisning og oplæg

- Kulturforandringer
- Effektiv kommunikation
- Konfliktåndtering
- Strategi
- Gruppedynamikker
- Værdier
- DISK
- Stress
- Psykisk førstehjælp
- Coaching
- NLP
- Nye ledere
- Samarbejde
- Sårbarhed i ledelse