



MIND
INSTITUTE

CERTIFICERINGSBEVIS

MIND BEHAVIOUR COACH

Line Rygård Christiansen

Har gennemført og bestået uddannelsen
til MIND Behaviour Coach i maj 2025

Uddannelsen udspringer af metakognitiv terapi, som er baseret på Adrian Wells principper om Cognitive Attentional Syndrome og Detached Mindfulness.

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| 1. Forandrings- og adfærdspsykologi | 7. Skræddersyede 1:1 forløb |
| 2. Motivationsteori | 8. Coachende spørgeteknikker |
| 3. SMARTE mål | 9. TSOAK Modellen |
| 4. MI's 4 principper | 10. Commitment og relapse management |
| 5. Måleredskaber | |
| 6. MIND Behaviour Modellen | |



Charlotte Ander Ernsø
Metakognitiv terapeut & Fysioterapeut



Malene Louise Aagaard Westermann
Metakognitiv terapeut & Cand. mag. psyk. sund