



Temadag onsdag d. 21. maj 2025 for kliniske undervisere i ergoterapi

Hvorfor siger vi "Jeg føler" frem for "Jeg tænker"?

Kom og hør Jane Ellegaard fortælle om psykologisering og mistrivsel blandt unge, og om hvordan oplevelser skabes, når vi mærker det vi tænker. Hvad er forskellen på sunde og forvrængede følelser? Og hvordan kan vi ved at blive klogere på os selv, støtte de studerende i at flytte fokus fra frygt *for* livet til tillid *til* livet.

Jane har også en ung med som med udgangspunkt i sit eget liv fortæller om vejen fra et liv med flere diagnoser til et liv i større balance og glæde.

Temadagen er gratis for medlemmer af Klubben af Kliniske undervisere i ergoterapi.

Det koster 350 kr. for medlemmer af Fraktionen for kliniske undervisere i Fysioterapi.

For ikke medlemmer koster det 450 kr.

Tid og Sted:

Odin Havnepark Mødefabrikken

Lumbyvej 17 F

5000 Odense C

Kl. 9-15.30

Jane har udgivet bøgerne Sindets sundhed og Myter om unges mistrivsel.

Nedenstående er fra bogen Sindets sundhed:

”Vi har lige nu en generation af unge, som uskyldigt er blevet meget selvoptagede, fordi de har lært at tage alle deres tanker og følelser fra intellektet alvorligt. Det er virkelig uskyldigt, fordi hverken forældre eller deres børn har vidst bedre. Men konsekvensen af det er, at mange unge er så afhængige af deres forældres dømmekraft, at de glemmer, at de selv har adgang til deres egen livskraft og deres egen sunde fornuft.”

Hvis man ønsker at vide mere om Jane og hvad hun som sygeplejerske, sundhedsplejerske og psykoterapeut har beskæftiget sig med i sin karriere kan man læse mere på:

[Om Jane Ellegaard](#)



Dagens program:

9.00-9.20: Ankomst og morgenmad

9.20-9.30: Velkomst

9.30-12.15: Oplæg ved Jane Ellegaard med indlagte pauser

12.15-13.00: Frokost

13.00-14.30: Oplæg ved Nanna Friismose

14.30-15.00: Spørgsmål til Jane og Nanna

15.00-15.30: Afrunding af dagen og hvad går vi hjem med?