

Curriculum Vitae Monique Damen

Persoonsgegevens

Naam : Monique Yvonne Damen (Monique)
Adres : Aalsmeerderdijk 539 B, 1435 BR RIJSENHOUT
Geboren : 07-07-1971
Mobiel : 06-53448865
E-mail : info@kommacoaching.nl
Website : www.kommacoaching.nl YouTube: <http://bit.ly/2PyqIWH>



Relevante werkervaring

2010 – heden Komma Coaching, coach, systemisch begeleider en trainer
Mensen begeleiden naar autonome zelfontwikkeling, zodat ze:
1) regie krijgen op het eigen proces, ook als hen dingen overkomen
2) lichaamsbewustzijn ontwikkelen
3) in contact kunt zijn met hun emoties en ze kunnen benutten
4) hun vermogen tot zelfreflectie vergroten
5) weten wanneer ze hulpbronnen in moeten schakelen

Publicaties

2021 Is het toeval, of valt het je toe? Een systemische verkenning.
Artikel in tijdschrift Mantra, Tijdschrift voor spiritualiteit en nieuwe wetenschap. Uitgave zomer 2021, Thema: Lot en Toeval



2020 Kiezen met wat je voor je kiezen krijgt
Artikel in tijdschrift Mantra, Tijdschrift voor spiritualiteit en nieuwe wetenschap. Uitgave voorjaar 2020, Thema: Durven kiezen

2020 Het onzichtbare zien
Wat begon als een scriptieonderzoek naar mogelijke samenhang tussen Jungiaanse psychologie en opstellingenwerk, werd een diep persoonlijke reis door de schemergebieden van de menselijke ziel en kreeg uiteindelijk de vorm van een boek.
De reis leidde langs zowel de toepassingsmogelijkheden als de risico's van opstellingenwerk. De rol die projectie en complexen spelen. Maar het was ook een reis die vragen oproep over ethiek en geweten, de verbinding tussen lichaam en geest en waar de grens ligt tussen ziekte en gezondheid. Het heeft niet alle antwoorden, maar toont wel aan dat je kunt kijken naar wat je niet kunt zien. Met voorwoord van drs. Karen Hamaker-Zondag.



Opleidingen

2009 – 2010 ICM Coachingsopleiding

2010 – 2013 Symbolische Psychologie obv CG Jung – St. Odrerir, Karen Hamaker-Zondag
Jungiaanse psychologie vertelt ons veel over de werking van het onbewuste, zowel individueel als collectief. Deze opleiding is gericht op het ontwikkelen van gedegen kennis van deze psychologie, herkennen van psychologische dynamieken en zuiver toepassen van de begrippen zoals Jung dat zelf voor ogen stond. Karen Hamaker-Zondag is een autoriteit op het gebied van Jungiaanse Psychologie.

- 2013 Werken met opstellingen – Plata Opleidingen Leiden
Vanaf onze geboorte zijn we onderdeel van systemen, zoals familie, gezin, school en organisaties. De regels en patronen in deze systemen zijn doorgaans onbewust. Veel persoonlijke en organisatorische problemen blijken een systemische oorzaak te hebben. Opstellingen maken verborgen belemmeringen binnen een systeem zichtbaar en hanteerbaar. Ze brengen essentiële veranderingen teweeg en hebben vaak blijvend effect.
- 2013 – 2014 Verdiepingsjaar Symbolische Psychologie: Mythologie – St. Odrerir, Karen Hamaker-Zondag
Mythen zijn meer dan symbolische verhalen. Ze zeggen iets over de bewustzijnsontwikkeling van de mensheid en leggen de relatie bloot tussen de bewegingen in het collectief onbewuste en ons dagelijks leven.
- 2014 Werken met opstellingen – Plata Opleidingen Leiden
Opleiding nogmaals gevolgd met nieuwe leerdoelen.
- 2015 – 2016 Tarot, Verdiepingsjaar Jungiaanse Psychologie, Karen Hamaker-Zondag
Tarot is een symbolische wegwijzer in psyche en materie. Het is een vorm van werken met het onbewuste. Tarot blijkt een uitstekend instrument te zijn voor het vergroten van zelfinzicht en inzicht je actuele situatie en -wanneer het om cliënten gaat- in het proces van de cliënt.
- 2017 – 2018 Trainersopleiding Trainen op Identiteitsniveau/Systemisch Begeleiden, Plata Leiden
Trainingen ontwikkelen & ontwerpen en begeleiding van groepen. Met Systemisch Werk als uitgangspunt, leidt dit tot ontwikkelen en trainen op identiteitsniveau.
- 2019 - 2020 Trauma en Gehechtheid, de taal van het lichaam, Centrum voor Hechting en Trauma
Trauma en hechtingsproblemen laten hun sporen na in het lichaam. De nascholing is gebaseerd op recente traumatherapieën en erop gericht het genezend vermogen van het lichaam in te zetten om deze sporen te herkennen en traumaherstel te activeren.
Aangevuld met congressen en zelfstudie o.a. Porges' Polyvagaaltheorie, Traumasporen Bessel van der Kolk, div. Peter Levine, div. Franz Ruppert, Internal Family Systems (Schwarz e.a.)
- 2021 Listening with your whole body – David Kaetz
Luisteren is meer dan je oren gebruiken. Luisteren is geïntegreerd met beweging, ademhaling, aandacht, houding, gedachten, emoties, context, relaties en de andere zintuigen. Ons gewaarzijn hiervan kunnen we ontwikkelen. Listening with your Whole Body is gebaseerd op de Feldenkrais Methode andere systemische benaderingen van zelforganisatie, maar ook op neurowetenschap en inzichten uit oud en modern akoestisch onderzoek.

Na- en bijscholingen

- 2009 (april) Workshop Coaching vanuit het Systeemdenken - School voor Coaching
- 2010 (feb-mrt) Training Creatieve Coaching, MonkeyMind Coaching, maatwerk
- 2011 (april) Masterclass Transactionele Analyse - Life University
- 2013 – 2017 Supervisie Werken met Opstellingen – Plata Opleidingen
- 2014 (jan) Transactionele Analyse (TA101) – TA Academie
TA is een persoonlijkheidstheorie, een communicatiemodel en een psychotherapeutische behandelmethod, ontwikkeld door Eric Berne MD PhD. TA geeft inzicht in gedrag door het aanbieden van concepten en methoden om de interacties tussen mensen, de transacties, en hun eigen interne toestand te analyseren.

- 2014 (mrt) Masterclass TA/Redecision Work, Plata Opleidingen Leiden
Op basis van vroeger genomen emotionele besluiten ontwikkelen mensen onbewuste gedragspatronen, die ze laten zien in willekeurig welke situatie. Scriptgedrag heeft veel voordelen, maar kan ook ineffectief zijn. Redecision Werk gaat er van uit dat mensen op elk moment in hun leven een ander besluit kunnen nemen.
- 2014 (jun) Werken met opstellingen in de onderwijspraktijk / ouder-kindtraining
Systemisch werken in hiërarchische relaties.
- 2016 (nov) Spiegelingen, Plata Leiden
Systeemdynamiek in ouder-kind en leraar-kindrelaties
- 2017 (okt) Embodied Imagination, Robert Bosnak
Een vernieuwende, creatieve manier om te werken met herinneringen en dromen. Embodied Imagination kan worden ingezet voor bij onbewuste emoties, zelfheling of communicatievraagstukken maar ook in creatieve processen. Robert Bosnak is opgeleid aan het Junginstituut in Zürich, heeft met Embodied Imagination zijn eigen droomwerkmethode ontwikkeld en geeft hier wereldwijd les in. Hij heeft diverse boeken op zijn naam staan. <https://www.jungplatform.com/teacher/robert-bosnak/>
- 2018 (okt) EFT/NLP Leerstrategie en Negatieve Kernovertuiging, Novet, maatwerktraject
EFT = Emotional Freedom Techniques. Professionele methode en zelfhulpmethode om angsten, trauma's en stressgerelateerde klachten op te lossen.
- 2018 (nov) Studiedag symboliek van de slang, CG Jung Vereniging IVAP
Wouter Welling over slangensymboliek in de kunst. Daan van Kampenhout over de spirituele kracht van de slang in het sjamanisme.
- 2019 (mrt) Junglezing Kaballa, Sander Videler, Jungacademie Amsterdam
- 2019 (juni) Congres Traumasporen in lichaam, brein en geest, Prof. dr. Bessel van der Kolk / Uitgeverij Mens
Trauma verandert de wijze waarop het brein informatie verwerkt en het lichaam zich tot de buitenwereld verhoudt. Inleiding in de neurobiologische aspecten van trauma en de aard van herinneringen. Uitvoerige behandeling van wat dit betekent in de behandelpraktijk en wegen die kunnen leiden tot herstel.
- 2019 (okt) Congres Polyvagaaltheorie, HRV-training en SafeSoundProtocol, Hartfocus, VU MC Amsterdam
De patiënt die zelf het autonome zenuwstelsel in balans brengt. HRV=HartRitmeVariabiliteit
Met bijdragen van Kees Blasé (Landelijk Centrum Stressmanagement), Heleen Grooten (traumatherapeut) en Stephen Porges (Polyvagaal Theorie).
- 2019 (nov) Studiedag Samenhang Geest en Materie, CG Jung Vereniging IVAP
De mens als geheel in relatie tot natuur, cultuur en kosmos, als het grotere geheel waar hij deel van uitmaakt. Met o.a. de documentaire Crazywise.
- 2020 (jan-mei) Jungiaanse psychologie / Wereldbepalende machtsstructuren – St. Odrerir, Karen Hamaker-Zondag
De machtsverhoudingen en samenhangen van onze huidige tijd in hun historisch perspectief en de psychologische dynamieken die hierbij een rol spelen. De lessen zijn samengesteld op basis van een kwart eeuw studie van veel geschiedkundig materiaal, onderzoeken, boeken van spelers op het wereldtoneel, artikelen in zowel de reguliere media als bij onafhankelijke bronnen, én onthullingen van klokkenluiders als Assange (Wikileaks), Snowden, Perkins, Ulfkotte, Virapen, Varoufakis e.v.a.
- 2020 (sep-okt) Zelfgenezend vermogen - Prof. Dr. Pierre Capel
Tot op zekere hoogte is het mogelijk om de vitale levensprocessen zelf aan te sturen. Deze cursus is op basis van de nieuwste wetenschappelijke inzichten die duidelijk maken, dat in cellen specifieke genen wisselend aan of uit worden gezet afhankelijk van de omstandigheden. Bij stress wordt het gebruik van vele genen veranderd en bij langdurige stress lijdt dit tot sterk verhoogde kans op ziekten. Via anti-stress is het mogelijk weer terug te keren naar de natuurlijke stand, waardoor de gevoeligheid voor ziekte afneemt en het immuunsysteem versterkt wordt.

- 2021 (april) Applications in Mental Space – Society for Mental Space Psychology
 Psychology is currently making a big revolutionary step. It moves from focussing on language, motivation, cognition, emotion and the brain, to the spatial structure of experience. “Where in the imaginary space in and around us do we feel, see and hear the things that occupy us?” Researchers in Spatial cognition concluded that navigation in the 3-D environment necessary for moving, is the foundation of all other mental activities too.
- 2021 (sep) Access Bars® Practitioner – Bewust Sterk
 Access Bars® is een heerlijk zachte, ontspannende manier van werken, waarbij 32 punten op het hoofd systematisch in verschillende combinaties worden aangeraakt. De ervaringen hiermee zijn even gevarieerd als bijzonder. Van totale rust en ontspanning tot het loslaten van uitgediende overtuigingen en je weer veilig kunnen voelen.
- 2021 Studiedagen CG Jung Vereniging IVP:
 jan Microchakrapyschologie – Shri Shyami Bhatnagar,
 mrt Het beeld van de mens als geheel – Frits Milders
 mei Jung en Etty Hillesum – Harm Knoop
 jun Verdrongen filosofen – Dr. Hein van Dongen
 sep Jung en de Kaballah – Orr Sharf

Vrijwilligerswerk

- 2014-2019 Dorpsraad Rijsenhout, Voorzitter
 Als dorpsraadslid sinds mei 2014 en als voorzitter vanaf januari 2016 heb ik mij ingezet voor de belangen van Rijsenhout. Met als persoonlijke motivatie dat het belang van de burger evenwichtig wordt meegewogen in besluitvorming. Ik heb vormgegeven aan de transitie van de dorpsraad, die zich steeds meer ontwikkeld heeft van inhoudelijk klankbord naar facilitator van zelfstandige bewonersnetwerken rond thema's die variëren in complexiteit.