

Monique Damen

Coach/begeleider | Systemisch opsteller | Trainer | Auteur

Adres : Aalsmeerderdijk 539 B, 1435 BR RIJSENHOUT
Geboren : 07-07-1971
Mobiel : 06-53448865
E-mail : info@kommacoaching.nl
Website : www.kommacoaching.nl | www.hipsy.nl/kommacoaching
LinkedIn : <https://www.linkedin.com/in/monique-damen-komma/>



Profiel

Coach/begeleider, systemisch opsteller, trainer en auteur met ruim vijftien jaar ervaring in het begeleiden van mensen, groepen en professionals. Mijn werk richt zich op veiligheid als voorwaarde voor ontwikkeling en op de dynamieken achter gedrag. Vanuit een geïntegreerde visie verbind ik Jungiaanse psychologie, systemisch werk, polyvagaaltheorie, hechting, lichaamsgericht werken en sjamanistische tradities tot een ervaringsgerichte werkwijze waarin mensen hun eigen ontwikkeling leren dragen.

Kernexpertise: Dynamieken achter gedrag

Geïntegreerde benadering vanuit Jungiaanse psychologie, systemisch werk, polyvagaaltheorie, hechting, lichaamsgericht werken en sjamanistische tradities.

- Veiligheid faciliteren
- Coaching & begeleiding
- Systemisch opstellen, individueel en in groepen
- Professionalisering van begeleiders

Professionele ervaring

2010 – heden | Komma Coaching

Coach/begeleider | Systemisch opsteller | Trainer | Auteur

Begeleiding van mensen bij vragen rond loopbaan, stress, burn-out, trauma, verlies, angst, conflicten en persoonlijke ontwikkeling. Mijn begeleiding richt zich op het versterken van zelfregulatie, lichaamsbewustzijn, emotioneel bewustzijn en autonome ontwikkeling. Daarbij faciliteer ik veiligheid, zodat mensen hun eigen antwoorden kunnen vinden en duurzame verandering van binnenuit kan ontstaan. Hierbij is ook ruimte voor de spirituele/existentiële laag van mens-zijn — zorgvuldig, gegrond en verbonden met het dagelijks leven. Daarnaast ontwikkel en verzorg ik trainingen voor professionals over veiligheid in begeleidingsrelaties, de dynamieken achter gedrag en professioneel handelen vanuit bewustzijn van de interactie.

2004 – 2009 | Hogeschool Utrecht

Onderwijsondersteuning | Masteropleidingen | Internationalisering | Evenementenorganisatie

Diverse functies binnen directie- staf- en onderwijsondersteuning, masteropleidingen, event management en internationalisering. Deze periode vormde een belangrijk keerpunt in mijn professionele ontwikkeling. Hier ontdekte ik mijn blijvende betrokkenheid bij onderwijs, leren en ontwikkeling en groeide mijn belangstelling voor wat mensen in beweging brengt.

1992 – 2003 Projectcoördinatie & ondersteuning in het bedrijfsleven

Brede ervaring in het organiseren en coördineren van projecten waarbij meerdere disciplines en externe partijen betrokken waren. Onder meer verantwoordelijk voor de totstandkoming van internationale productcatalogi, inclusief afstemming met productontwikkeling, vormgevers, fotografen, drukkers, inkoop en internationale partners. Daarnaast ervaring binnen audiovisuele dienstverlening, groothandel, ICT en certificering, met een sterke focus op samenwerking, procesbewaking en het verbinden van verschillende organisatielagen.

Maatschappelijke betrokkenheid

2014 – 2019 | Voorzitter Dorpsraad Rijsenhout (vrijwillig)

Leiding geven aan de ontwikkeling van de dorpsraad van inhoudelijk klankbord naar facilitator van bewonersinitiatieven. Waardevolle praktijkervaring opgedaan in de dynamiek tussen overheid en inwoners, belangenafweging, participatie en samenwerking binnen ongelijkwaardige relaties.

Publicaties

Boeken

2025 Doen wat je kunt, weten wat je doet

Een geïntegreerde visie op de dynamieken achter gedrag en de rol van veiligheid in de interactie tussen mensen. Het boek maakt zichtbaar hoe veiligheid in verticale relaties ontwikkeling, gezondheid en autonomie beïnvloedt en biedt een ethisch en praktisch kader voor professionals die met mensen werken.



2020 / 2023 Het onzichtbare zien

Ontstaan vanuit een scriptieonderzoek naar de samenhang tussen Jungiaanse psychologie en systemisch werk. Een verkenning van projectie, complexen, ethiek, lichaam-geestverbinding en de mogelijkheden én risico's van opstellingenwerk. Tweede, herziene en uitgebreide druk met extra aandacht voor veiligheid in begeleidingsrelaties.



In ontwikkeling

Krassen in de Ziel *Voorbij de cyclus van daders en slachtoffers komen.*

Het wonderlijke weten *Co-auteur met Willem de Bondt.*

Artikelen

Ik publiceer regelmatig over bewustzijnsontwikkeling, transformatie, veiligheid en hechting in onder meer:

- Therapeut, Coach & Counsellor
- Bres Magazine
- Spiegelbeeld Magazine
- Mantra

De artikelen zijn terug te lezen op: <https://kommacoaching.nl/boek/artikelen/>

Deskundigheid

Jungiaanse psychologie • 2010 - 2020

Drs. Karen Hamaker-Zondag

- Symbolische (Jungiaanse) psychologie (3 jaar)
- Verdiepingsjaren: Mythologie, Tarot
- Verdiepende modules: Machtsstructuren, Klimaat

Systemisch werk & Transactionele Analyse • 2013 - 2026

Plata Opleidingen

- Werken met opstellingen & Systemisch begeleiden
- Trainersopleiding Trainen op Identiteitsniveau
- Persoonlijke coaching en supervisie op systemisch begeleiden (ontvangen)
- Karakterstructuren en diagnostiek
- Transactionele Analyse en Script/Redicision work (TA101 bij de TA-Academie)
- Transactionele Analyse en de taal van het lichaam

Veiligheid en het zenuwstelsel

Polyvagal Institute • 2021 - 2026

- Deb Dana – Polyvagaaltheorie in Therapie, Basis & Verdieping (Via uitgeverij Mens!)
- Dr. Heather Abernathy & Stephen Porges PhD – Polyvagal Theory for Health Care Providers
- Lori Desautels PhD – Polyvagal Approach in Education
- BG Mancini MHSc – Polyvagal Theory and the Brain & Gut Axis
- Mathilde Shisko – Aligning Voice with Intention

Trauma, hechting en lichaamsgericht werken • 2019 - 2027

- Centrum voor Hechting & Trauma – Trauma en gehechtheid, de taal van het lichaam
- Psychodidact & Neufeld Institute – De kracht van hechting
- Bessel van der Kolk MD – Traumasporen
- Gabor Maté MD – Return to wholeness | Compassionate inquiry meets IFS
- David Kaetz – Listening With Your Whole Body, aangevuld met zelfstudie

Sjamanisme • 2023 – 2027

Meerjarige verdieping via opleidingen, jaartrainingen, retraites, maatwerktrajecten binnen verschillende sjamanistische tradities:

- Bear Creek / School voor Sjamanisme – Jaartraining Sjamanisme, Sjamanistische healing technieken, Soul Retrieval
- Roel Crabbé cursussen – Sjamanic Journey, Sjamanic Soul Reconnection, Soul Retrieval, Manifest, Ontwaak je innerlijke healer,
- Roel Crabbé verdiepende jaartraining: Shamanic Training Circle 1 & 2
- Roel Crabbé retreats: Breath of Spirit
- Roelien de Lange – 3x sjamanistische privétraining, maatwerk
- The Origin – Sjamanistische retreat

Aanvullende perspectieven en methodieken • 2017 - 2025

- Psychodidact – Relatietherapie
- Janina Fisher PhD – Trauma en innerlijke verdeeldheid
- Pat Ogden PhD & Hanneke Kalisvaart – Als het lichaam klaagt
- De Werff – PSYCH-K® Basis en Advanced Facilitator
- Gabriëlle Rutten – EFT (Emotional Freedom Techniques)
- Prof. Dr. Pierre Capel – Zelfgenezend vermogen | Kwantummechanica
- Robert Bosnak – Embodied Imagination