



HET WARME NEST

Praktijk voor Therapie en Training

Curriculum Vitae

Naam	Norma van der Linden
Adres	Van Lieflandtuin 2 3571 AZ Utrecht
Telefoon	06-81788399
Email	info@hetwarmenest.nl
Website	https://hetwarmenest.nl
Geboortedatum	25-09-1977
Nationaliteit	Nederlandse



Persoonlijke beschrijving

Ik ben Norma van der Linden, opgegroeid in een nest waar er o.a. niet gepraat werd over gevoelens en weinig affectie was. Doe maar gewoon, dan doe je al gek genoeg was een van de motto's bij ons thuis. Dit heeft mij getekend. Als jongvolwassene had ik moeite om echt contact te maken, mijn eigen keuzes te maken en liefdesrelaties aan te gaan. Ik had niet geleerd van mezelf te houden maar mezelf weg te cijferen en vooral rekening te houden met de ander (ten koste van mezelf).

Oude patronen

Deze frustraties zijn de aanleiding geweest om op zoek te gaan; Therapie, coaching, meditatie, trainingen, yoga en lichaamswerk ik heb het allemaal gedaan. Het werkte even en toch verviel ik weer in mijn vaste (oude) patronen. Totdat ik ontdekte dat je je hoofd of lijf niet afzonderlijk kan ontwikkelen maar je lichaam, emoties en geest onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn. Dit bracht mij op het pad van de opleiding lichaamsgerichte psychotherapie. Een vak waarin mijn kwaliteiten en ervaringen op een natuurlijke manier samen komen.

Een eigen warm nest

Inmiddels heb ik al meer dan 15 jaar mijn eigen warme nest samen met mijn partner Frits en zijn dochter van 16 en onze dochter van 10 jaar. Ik kan ontzettend genieten van muziek, reizen en nieuwe dingen ontdekken.

Mijn missie is om mensen ruimte te bieden waar het om hen draait, zodat ze vanuit die ruimte zichzelf kunnen ontdekken en ontwikkelen. Ik doe dit zonder oordeel, invulling of oplossing te geven want de oplossing/wijsheid zit in jezelf.

Ervaring

Na mijn studie technische bedrijfskunde ben ik gaan werken in de IT-wereld. Als consultant en later als projectmanager was ik betrokken bij vele IT-verandertrajecten. De menselijke kant van veranderen heeft bij mij altijd centraal gestaan en heeft me doen besluiten de opleiding Lichaamsgerichte psychotherapie te gaan volgen. De afgelopen jaren heb ik veel ervaring opgedaan als cliënt, therapeut, trainer maar ook als moeder, stiefmoeder en partner. Deze ervaringen maken mij tot een professionele en betrokken therapeut en trainer.

Werkervaring

- 2021-heden** **Trainer, Kracht van Woede workshops**
Op Woede en agressie zit veel lading. Therapeuten vinden het spannend om met deze gevoelens te werken en cliënten voelen zich vaak ongemakkelijk om deze gevoelens in contact te brengen met hun therapeut. Het oefenen en ontwikkelen van deze gezonde emotie gaat in groepsverband vaak makkelijker. Vandaaruit heb ik samen met mijn collega Nina Pennock deze workshop ontwikkeld die we 4 keer per jaar geven.
- 2018-heden** **Trainer, cursus en workshops Leven in je Lijf, Lid van landelijk netwerk Leven in je Lijf**
Als trainer verzorg ik zelfstandig de basiscursus Leven in je Lijf en de verdiepingscursus Ken je Karakter. De cursus is opgebouwd rondom een aantal essentiële elementen: ademen, lichaamsgerichte oefeningen, contact en ervaringen uitwisselen. Ik heb ervaring in het geven van de cursus samen met een collega, alleen en in het werken met en opleiden van assistenten. De PR van een cursus, regelen van locaties, inschrijvingen en administratie zijn ook onderdeel van dit takenpakket.
- 2017- heden** **Lichaamsgericht Therapeut, Praktijk voor Therapie en Training Het Warme Nest, Utrecht**
Als lichaamsgerichte therapeut behandel ik cliënten die tussen de 21 en 65 jaar oud zijn en worstelen met vraagstukken rondom chronische stress, burn-out, piekeren, spanningen en relationele problematiek. In mijn werk verbind ik het hoofd (denken) met het lijf (voelen) zodat het gewenste gedrag (doen) van binnenuit kan ontstaan. Waarbij ik het lichaam als ingang gebruik voor onderzoek en heling. Lichaamshouding, -postuur, -sensaties geven mij als therapeut essentiële informatie over vaak niet-bewuste gedragspatronen en mentale overtuigingen. Lichaamswerk biedt een ingang voor het werken met preverbale problematiek, diep ingewortelde coping-mechanismen en anderszins niet via de cognitie te behandelen klachten.
- 2020-2023** **Assistent, Opleiding Integrated psychotherapie, Bodymind Opleidingen**
Als assistent van de opleiding IP voor lichaamsgerichte psychotherapie begeleid ik studenten van het eerste, tweede en derde jaar in hun persoonlijke proces en professionele ontwikkeling tijdens de opleidingsblokken. Beoordeel hun ontwikkeling en geef ze feedback. Daarnaast coördineer ik randvoorwaarden zoals Traige-lijsten, vragenlijsten en toetsen.
- 2017** **Trainer, Lijfwerkplaats: De drie delen van je brein, Leiden**
- 2017** **Assistent, Vervolg cursus Leven in je Lijf, Delft**
- 2016** **Assistent, Basiscursus Leven in je Lijf, Delft**
- 2016** **Trainer, Lijfwerkplaats: Veiligheid, Plezier en vrijheid, Leiden**
- 2015** **Assistent, Basiscursus Leven in je Lijf, Rotterdam**
- 2015** **Trainer, Lijfwerkplaats: Voluit Vrouw, Doorn**
- 2014** **Assistent, Training In Vrouwelijkheid, Rotterdam**
- 2009-2017** **Projectmanager, Universiteit Utrecht**
Als Project Manager ben ik jarenlang verantwoordelijk geweest voor de implementatie van verbeterprojecten in het financiële domein van de Universiteit Utrecht. Tot mijn werkzaamheden behoorde oa: opstellen van verbeterplannen, afstemmen met diverse afdelingen en opdrachtgevers, opstellen van projectplannen, opleidingsplannen, aansturen van teamleden en contractors, opleiden van medewerkers, bewaken van projectplanningen en uitvoeren van evaluaties.
- 2006-2009** **Project management Consultant, SAP NL**
Als consultant begeleidde ik grote bedrijven met het implementeren van SAP software, opleiden van medewerkers, opstellen van blauwdrukken, schrijven van testscripts en uitvoeren ervan.
- 2002-2005** **Management Consultant, Arcadis**

Opleiding

2017 -2018	Psychosociale basiskennis, De energieschool
2010-2018	Lichaamsgerichte psychotherapie, Bodymind Opleidingen
1997-2002	Technische bedrijfskunde, Avans Hogeschool

Trainingen en bijscholing

2022	Narcisme/Symbiose nascholing (Bodymind Opleidingen)
2021	Bijscholing Erotische overdracht (Bodymind opleidingen)
2019/2020	Jaartraining Magie van Vrouwelijke seksualiteit (Sifra Nooter)
2019	Bijscholing SE Traumahealing (Bodymind opleidingen)
2018	Train de trainer 'Leven in je Lijf'
2018	Bijscholing Heart & Sexuality (Bodymind opleidingen)
2016	Create Your Concept (TNBW)
2012	In vrouwelijkheid Training
2010	PRINCE 2 practitioner
2006	SAP projectmanagement
2003	Professionele communicatie

Beroepsvereniging

Ik ben aangesloten bij de beroepsvereniging SBLP. Ik conformeer me aan de Code Ethiek en Gedrag van de SBLP. En ik ben onderdeel van een supervisiegroep en intervisiegroep.

Lid van beroepsvereniging:

SBLP nr. 25097717



Trainer en lid van:

Netwerk 'Leven in je Lijf'



Registratie:

Licentie RBCZ: 180248B

