



## CURRICULUM VITAE

Margarita Bernal  
Hoge Rijndijk 14a  
2313 KJ Leiden  
06 36570733

Geboren 31 maart 1969  
Gehuwd  
2 dochters ('95 en '97)  
Spaans/Nederlands

[www.strokes.nl](http://www.strokes.nl)  
[www.stiefgoed.nl/leiden](http://www.stiefgoed.nl/leiden)  
info@strokes.nl  
LinkedIn: Margaritabernal

### Over mij

**Mijn missie:** mensen in contact brengen met hun essentie en hun eigen kracht. Mensen inzicht geven in hun potentie en mogelijkheden. Ze laten stralen. Ik werk met aandacht en respect voor hun proces en wat ze daarin tegenkomen. Ik heb passie voor groei en ontwikkeling.

**Eigenschappen:** mens- en contactgericht, energiek, open en toegankelijk, positief en daadkrachtig. De kern raken. Oog voor persoonlijke kracht en kwaliteiten, talenten en mogelijkheden van mensen. Het snel creëren van een veilige omgeving waarin deelnemers kunnen groeien.

### Werkervaring

**2017 tot heden**  
**STIEFGOED LEIDEN**  
**Stiefcoach/relatietherapeut**

Eigen bedrijf (franchisenemer). Ik begeleid samengestelde gezinnen naar rust, harmonie en verbinding. Ik werk in mijn begeleiding systemisch met het stel.

**2005 tot heden**  
**STROKES**  
**Trainer coach/counsellor**  
*Begeleiding voor persoonlijke en professionele ontwikkeling*

Eigen bedrijf voor coaching, counselling, relatietherapie, supervisie, intervisie en trainingen;

- Begeleiden volwassenen één op één, relaties en groepen, zowel open inschrijving als voor bedrijven.
- Geven van supervisie, intervisie en studiebegeleiding van studenten.

**Open Inschrijving Trainingen:**

familieopstellingen, Grenzen stellen en bewaken, Eigen kwaliteiten kennen en benutten, Acquisitie vanuit eigen kracht, Communicatie, Winst uit workshops, TA workshops – 101”  
Loopbaanbegeleiding: met plezier naar werk, Elevator pitch.

**Trainingsopdrachten voor onder andere:**

Juniper Networks, BV Leiden; Oranje Fonds; KPN;  
Politie Rijnland Rotterdam en De Belastingdienst.

**2010 tot heden**  
**Trainer ACADEMIE VOOR**  
**COUNSELLING EN COACHING**  
**2007 co-trainer**

Verzorgen eerste en tweede jaar opleiding counselling/coaching in Leiden, Den Haag en Zoetermeer. Gemiddeld aantal deelnemers per groep: 15.  
Examinator voor studenten van andere trainers.

**2000 tot 2004**  
**GEMEENTE WAGENINGEN**

Management assistente en rechtspositioneel medewerkster bij de afdeling P&O.

**1993 tot 2000**  
**STICHTING TROPENBOS**

Secretaresse

Opleiding	
2005- heden <b>Casuïstiek</b>	Supervisie 4x per jaar Intervisie 4 groepen (AbvC, TA, systemisch en ondernemers).
2017 <b>Con Amore</b>	PSBK (Psychosociale Basiskennis)
2017 <b>PHOENIX opleidingen</b>	De relatie als spiegel
2017 <b>EFT Netwerk</b>	EFT basistraining (Emotional Focussing Therapy for couples)
2015-2016 <b>PHOENIX opleidingen</b>	Trainersopleiding op identiteit niveau
2014 <b>PHOENIX opleidingen</b>	Vervolgopleiding Systemisch Werk
2007 – 2011 <b>TA Academie , INTACT, PLATA INSTITUUT</b>	3 jarige Transactionele Analyse (TA) opleiding Cursus Hechten en afscheid nemen en Personality adaptations)
2010 <b>ICM OPLEIDINGEN</b>	Trainersopleiding
2007 <b>KERN EN WERK, STOMPWIJK RIA VERLINDEN, BREUGEL</b>	7 daagse Professionals oriëntatie systemisch werk; Familieopstellingen.
2005 – 2007 <b>ACADEMIE VOOR COUNSELLING EN COACHING (ACC)</b>	Niveau 1 en 2. Specialisatie: counsellor en trainer. Scriptie: mogen zijn wie ik ben, alles eruit halen wat erin zit.
<b>WORKSHOPS en BIJSCHOLING</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestalt (DE MEYBOOM)</li> <li>• 3 daagse Burn-out en stress (YES VIEYRA)</li> <li>• Familie opstellingen (KERN EN WERK)</li> <li>• Acceptatie (SCAGER ZIJNSTRAININGEN)</li> <li>• Mogen zijn wie je bent (PERPETUUM M.)</li> <li>• Omgaan met emoties (TIOUW)</li> </ul>
2003 – 2005 <b>ESSENCE TRAININGEN, Amsterdam</b>	Diverse trainingen persoonlijke ontwikkeling. Essence, Source, Beyond Doubt, Dialogika, Training for succes (assisteren)
2004 <b>NTI, Leiden</b>	Module Inleiding in de psychologie (HBO)
1997	Middenstandsdiploma
1992	Naar Nederland verhuisd
1989 – 1992 <b>HBO Toerisme, Barcelona</b>	Nuffic: HEAO Toeristisch Management
1988 – 1989 <b>El Pinar, Barcelona</b>	Toelatingsjaar Universiteit
1986 – 1987 <b>Schoevers, Arnhem</b>	Directiesecretaresse
1984 – 1988 <b>El Pinar, Sant Cugat, Barcelona</b>	VWO
Maatschappelijke bijdrage	
2009 – 2011 <b>NETWORKSHOP Mede initiatiefneemster met de COWORK COMPANY in Leiden</b>	Het organiseren van workshops en activiteiten voor ondernemers met als doel kennis te maken en kennis te delen.
2009 – 2010 <b>LEIDEN IN DIALOOG Mede oprichtster en trainer</b>	Maatschappelijk landelijk initiatief “Nederland in Dialoog” in Leiden mede opgezet. Organiseren Dag van de Dialoog in Leiden. Geven van gespreksleiders trainingen. <a href="http://www.leidenindialoog.nl">www.leidenindialoog.nl</a>
Talen	
3 talig opgevoed (Nederlands, Spaans en Catalaans). Goede beheersing Engels en Frans.	