



CURRICULUM VITAE NATHALIE WILKERS

Gegevens

Bedrijfsnaam: De Witte Tara
Website: www.DeWitteTara.nl en www.mindfulness4happiness.nl
Functies: Psychosociaal & EMDR Therapeute, Supervisor, Trainer, Docent
Registratie: AGB en SRBAG register

Huidige functies (sinds 2002 in eigen praktijk)

- * Eigen praktijk in Psychosociale Therapie: complementaire aanpak met onder andere:
EMDR therapie, Coaching, Counseling, Mindfulness en Trance
- * Docent in HSP, (Therapeutische) Mindfulness, Ongezonde (relatie)patronen doorbreken en EMDR

Expertise en werkervaring in mijn eigen praktijk

Ontspanning in lichaam en geest en een betere relatie met jezelf en anderen

Voor particulieren:

- * Ondersteuning cliënten vanuit een complementaire aanpak
- * Ontspanningstherapie (m.b.v. hypnose, reiki, meditatie, mindfulness en massage)
- * Behandelen van negatieve gebeurtenissen, trauma en relatieproblematiek
- * Training terugval preventie bij ongewenste patronen
- * Groepsbegeleiding in yoga, meditatie & Mindfulness
- * Groepsbegeleiding voor Codependency/Relatieverslaving
- * Organisatie van Retraites in binnen en buitenland

Voor hulpverleners:

Sinds 2024 geef ik de opleiding:

- "Complete EMDR opleiding" en
- "Mindfulness voor professionals in de Zorg"

In mijn eigen praktijk: De Witte Tara. Beide opleidingen zijn geaccrediteerd door de **KTNO**.

Werkervaring buiten mijn eigen praktijk

Sinds 2021 geef ik bij **Hypnos** bijscholing in EMDR & Trance. Reeds beëindigd.

Sinds 2015 geef ik bij de BivT trainingen in Therapeutische Mindfulness & Ongezonde relatiepatronen.

Sinds begin 2015 geef ik supervisie aan de studenten EMDR bij de **Bivt** en heb ik mijn medewerking verleend aan het samenstellen van het nieuwe studiemateriaal voor de studenten. Reeds beëindigd.

Sinds 2014 ben ik aangesloten bij **Instituut Spring!** als expert op het gebied van Codependency & Relatieverslaving. Reeds beëindigd.

Sinds 2014 Bij **Innearth** werkte ik in het team van behandelaren voornamelijk met EMDR en massage om de deelnemers te ondersteunen.

Sinds 2014 gaf ik trainingen bij de Bivt in HSP (Hoog sensitieve personen) Reeds beëindigd. Ik vind dat HSP teveel een stempel zet op een persoon en werk liever vanuit een breder perspectief.

Sinds 2013 geef ik bij de BivT (Bijscholingsinstituut voor Therapeuten) trainingen in Mindfulness.

Sinds 2002 werkte ik bij **McCann, DraftFCB en Absolutely Independent** als bedrijfsmasseuse/coach. Mijn diensten zijn er op gericht om de werknemers gezond te houden: gericht op ontspanning en preventie van KANS (klachten aan nek en schouders) en Burnout.

Sinds 2002 werkte ik als Bedrijfsmasseuse en Gezondheidscoach bij de volgende bedrijven:

Initiative Media, Brand Connection, Digilogue, Lowe Lintas en Universal Media. Mijn diensten waren hier gericht op ontspanning en preventie van KANS (klachten aan nek/schouders) en Burnout.

Voor 2002 **ICT direct**. Een bedrijf waar bijna uitsluitend met computers werd gewerkt.

Hier was de massage en Coaching gericht op het reduceren van werkstress en het creëren van lichaamsbewustzijn en ontspanning. Er was veel aandacht voor werkhouding en concentratie.

Opdrachten in de Zorg

Sinds 2006 geef ik teambuilding trainingen aan diverse bedrijven in de zorg.

Bij **Ypsilon** (stichting ondersteuning familie van cliënten met een psychose of schizofrenie) geef ik trainingen) geef ik trainingen in Mindfulness en Coaching. Hierbij ligt het accent op acceptatie, ontspanning en verwerking.

Opdrachten bij de overheid

Bij **Defensie** maakte ik deel uit van een team die soldaten opving die uit oorlogsgebied kwamen. Hierbij lag de aandacht op de overgang naar thuis. Als er sprake was van ernstige verlieservaringen, shock of trauma werd een hulpverleningstraject gestart. Ik verzorgde daar de Massage en Mindfulness. **Referentie:** Karen Joachim, Humanistisch Raadvrouw Defensie. Te bereiken via: kjoachim@poseidon.nl.

Bij het **Politiecorps Diemen** en bij het bevolkingsregister Amsterdam werkte ik als bedrijfsmasseuse en Coach om de werknemers te ondersteunen bij het hanteren van stress en conflicten op het werk.

Opdrachten als Trainer/Docent bij de CVCC en de ACC

Vanaf 2010 was ik een aantal jaar Trainer in Mindfulness bij symposia voor Coaches en Counselors.

Opleidingen vanaf 2001

- **Psychosociale Therapie**

Opleiding HBO Psychosociale Therapie aan het Europees Instituut, Centrum de Baak (Cum Laude afgestudeerd in 2006)

Specialisatie: Ontspanning in lichaam en geest.

- **Post HBO Master Coach**

Bij Centrum de Baak (Cum Laude afgestudeerd in 2010)

Specialisatie: Ontspanning in lichaam en geest op het werk.

- **Post HBO Master Counselor**

Bij Centrum de Baak (Cum Laude afgestudeerd in 2010)

Specialisatie: Ontspanning in lichaam en geest op het werk.

- **Mindfulness en Boeddhistische Psychologie bij Robert Hartzema, Karnak**

6 jaar waarin ik de volgende scholingen heb ontvangen:

Tibetaanse yoga i.c.m. TRE (Trauma Release Exercises) bij Karnak van 2004 - 2006

Boeddhistische Psychologie en meditatieleer van september 2006 tot juni 2007

Vervolgjaar Ultieme Vrijheid september 2007 tot en met april 2008

Voorgezette opleiding BP: Ruimte, Tijd en Kennis van september 2008 – juni 2011

- **Terug naar het hart van Mindfulness voor de professionals bij Edel Maes**
- **Mindfulness voor kinderen bij Leven in de Maalstroom (Edel Maes) (2012-2013)**
- **EMDR therapeut bij de Bivt (diploma in 2014)**
- **ACT therapeute bij het CIVAS (diploma in 2017)**
- **Hypnotherapie bij Hypnose Instituut Nederland (sinds 2021)**
- **Hypnotherapie en Regressie bij Civas (diploma in 2023)**

Relevante bijscholingen

* Reiki Master

* EMDR bij kinderen, EMDR bij verslavingen, EMDR bij autisme, EMDR bij meervoudig trauma

* Specialiste sapvasten bij GezondSapvasten

* Jaartraining Tibetaans Boeddhisme bij Jan Geurtz (2^e en 3^e jaar)

* Cursus Spirituele Relaties gebaseerd op het boek; Verslaafd aan Liefde bij Jan Geurtz

* Therapeutische Thai Yoga Massage bij Thai Hand en Therapeutische hotstone massage

* Post HBO Master Practitioner EMDR en Klinische Psychopathologie bij de BIVT

* Procesbegeleider bij het Centrum voor proceswerk

* Focussen volgens het Gendlin principe; Practitioner level 1 en 2

* De helende reis van Brandon Bays

* NLP (neuro linguïstisch programmeren) en TRE (Trauma Release Exercises)

* Eetstoornissen en Angst en Fobieën; diagnose en behandelwijze

* Colleges van 10 lessen bij Hupper: Het brein 1 en 2, Hechting en relaties, Gedragsverandering, Narcisme, positieve psychologie, Zelfcompassie