

Curriculum Vitae

Astrid Wortel



Astrid Helma Christina Wortel

De IJsvogel 105

7671 LH Vriezenveen

0546-562390

ahc.wortel@planet.nl

www.elpwortel.nl

Geboren te Amsterdam, 21 april 1961

Getrouwd met Leo Marinussen (huisarts), 3
volwassen kinderen

Persoonlijk profiel

Ik ben empathisch en ga graag nieuwe uitdagingen aan. Mijn sterke kanten zijn mijn openheid, het mensen vertrouwen geven, snel analyseren en me nieuwe dingen eigen maken. Ik werk graag samen met anderen. Door anderen word ik gewaardeerd om mijn betrokkenheid en rust, en het helder en duidelijk over kunnen brengen van mijn kennis.

Werk

- 1996 - heden **Gezondheidszorgpsycholoog**
Het voeren van een zelfstandige praktijk als eerstelijnspsycholoog in de generalistische basis GGZ. De belangrijkste taken zijn diagnostiek en kortdurende behandelingen. Daarbij maak ik gebruik van diverse therapievormen, vooral cognitieve gedragstherapie en EMDR. Ik hecht daarbij aan een goede samenwerking met verwijzers en andere hulpverleners.
- 2011 - heden **Mindfulness en zelfcompassie trainer**
Het opzetten en geven van mindfulness- en zelfcompassietrainingen.
- 2017 - heden **Mindfulnesstrainer** voor huisartsen
Het ontwikkelen en samen met een huisarts geven van een (geaccrediteerde) mindfulnessstraining aan huisartsen.
- 2017 - heden **GastDocent**
Het lesgeven aan Werkplaats Aandachtig Leven en mede bijdragen aan de ontwikkeling van het curriculum.
- 2015 **Supervisor**
Geven van supervisie aan beginnend POH GGZ
- 1995 - 1998 **Kinder- en jeugdpsycholoog**
Diagnostiek, ouderbegeleiding en geven van sociale vaardigheidstrainingen bij het bureau voor opvoedingsvragen in Almelo
- 1988 - 1989 **Psycholoog**
Diagnostiek en ouderbegeleiding op de afdeling jeugdgezondheidszorg van de GGD in 's Hertogenbosch.

Opleidingen

- 2013 - 2015 Opleiding tot (zelf)compassietrainer en in de compassion focused therapy
- 2007 - 2013 Opleiding tot erkend mindfulnesstrainer (lid VMBN Vereniging Mindfulness Based trainers Nederland en Vlaanderen)
- 2000 - 2005 Opleiding tot EMDR practioner (lid VEN Vereniging EMDR Nederland)
- 1998 - 2003 Opleiding tot cognitief gedragstherapeut (lid VGCT Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve Therapie)
- 1999 Registratie in het BIG register als GZ psycholoog, reg.nr. 59050126625
- 1996 - 1998 Kwalificatieroute tot eerstelijnspsycholoog (lid NIP Nederlands Instituut van Psychologen, lid LVVP Landelijke Vereniging van Vrijgevestigde Psychologen & Psychotherapeuten)
- 1980 - 1987 Studie psychologie, Vrije Universiteit Amsterdam, Doctoraal examens ontwikkelingspsychologie en klinische psychologie
- 1972 - 1980 Konrad Adenauer Gymnasium In Langenfeld (Duitsland)

Regelmatig volg ik nascholingen en cursussen in mijn vakgebied (onder andere oplossingsgerichte therapie, inquiry based stress reduction, mindful communicatie).

Andere ervaringen/nevenactiviteiten

- 2013 - heden Initiatiefnemer en bestuurslid van een zorggroep van vrijgevestigde psychologen/orthopedagogen in de regio Almelo (PPA). In die hoedanigheid overleg ik met o.a. de regionale huisartsencoöperatie (FEA) en de psychiaters in het ZGT Almelo
- 2017 - 2018 Lid van de beroepingscommissie van de Hervormde Kapel Wierden
- 2001 - 2005 Bestuurslid ROEP Twente (regionaal overleg eerstelijnspsychologen)
- 1999 - 2004 Lid van MR basisschool Eltheto in Vriezenveen
- 1990 - 1995 Vrijwilligerswerk bij de vereniging Borstvoeding Natuurlijk (opzetten gespreks- en voorlichtingsavonden; telefoondienst)

Overige informatie

Ik ben vaardig met Microsoft Office en onderhoud mijn eigen website.
Mijn hobby's zijn wandelen, lezen, koken en klarinet spelen.