

Spiritueel georiënteerde coaching en counseling

Het begrip spiritualiteit is een containerbegrip en wordt op veel manieren ingevuld. Voor sommigen is het een spirituele techniek, zoals meditatie of visualisatie, anderen verbinden het met religie. En voor weer anderen is het ronduit zweverig - iets waar ze in de realiteit van alledag niets mee kunnen aanvangen. Voor Mia Leijssen is spiritualiteit een meerdimensionaal begrip. Ze beschouwt het als een persoonlijke betrokkenheid bij een proces van innerlijke ontwikkeling dat ons doen en laten bepaalt. Het is zowel een contemplatieve houding een neiging tot leven in de diepte als een zoektocht naar de ultieme zin van het bestaan. Bij spiritualiteit is de authenticiteit waarmee iets wordt beleefd, erg belangrijk. Pijn, lijden en dood worden daarbij gezien als deel van het leven. Spiritueel georiënteerde psychotherapeuten, coaches en counselors leren mensen dat lijden te integreren in hun leven, zonder het te minimaliseren of te ontkennen. Bij een spirituele zoektocht stel je jezelf fundamentele vragen naar wie je echt bent, wat je diepste drijfveren zijn en wat je diepste reden van bestaan is. Die zoektocht eindigt met het nemen van je verantwoordelijkheid voor de invulling van je leven.

Mw. prof. dr. M. (Mia) Leijssen, psycholoog-psychotherapeut. Hoogleraar Psychotherapie, Psychologische begeleiding, Beroepsethiek Universiteit Leuven. Vermaard publicist. Verzorgt wereldwijd gastcolleges en workshops. Internationaal expert in focusing en cliëntgerichte psychotherapie. Zij kan geconsulteerd worden als individuele psychotherapeut en voor groepsgesprekken en teambegeleidingen in diverse organisaties.