



Professionele achtergrond

Psychotherapeute sinds 1987, Erkend Supervisor en Leertherapeut, trainer

Erkend LightBody–teacher sinds 1997 (erkend door Luminessence USA)

Opleiding Systeem- en Communicatietheorie

Opleiding Gestalttherapie

Opleiding Contextuele therapie

Opleiding Familie- en organisatieopstellingen

Externship EFT (Emotionally Focused Couple Therapy, partnerrelatietherapie)

Vervolgingscursussen Systeem-/Gestalt-/Contextuele therapie/Familie- en organisatieopstellingen

Scholingen in : Psychodrama, Eutonie, NLP, Focussing, Leiding geven, Supervisie en intervisie-begeleiding, Oplossingsgericht werken, Somatic Experiencing (P. Levine), e.a.

Opleidingen Meditatie Awakening Your Light Body + teacher opleiding en permanente verdere scholing via vervolmingscursussen

Opleidingen Level 1 en 2 aan de Oneness University India

Ervaring in Hoger Onderwijs en Postgraduaat Volwassenenonderwijs, Psychiatrie en Palliatieve thuiszorg

Leertherapeut in de 4-jarige opleiding en freelancemedewerker Leren over Leven vzw, tot 2017

Lidmaatschap

BVRGS en EFTA

NVAGT, VBEGP en EAGT

EFT Netwerk Nederland

Alter-Psy

Tevens lid van VCW tot en met 2011

Vertrouwenspersoon NVAGT – kamer voor Ethische Vraagstukken, van 2003 tot 2011.

Erkend supervisor en leertherapeut bij NVAGT

Erkend supervisor bij BVRGS

Wie ben ik, hoe werk ik

Over mezelf

Tijdens mijn opgroeien was ik al snel vertrouwd met het nemen van verantwoordelijkheid en met zorg verlenen op psychologisch vlak. Diepgang en stilstaan bij dingen pasten in mijn situatie, maar ook nu passen ze bij wie ik ben.

Het aanzien van lijden en mijn eigen gevoeligheid stimuleerde me om te gaan kijken naar de eigen kracht in mensen...

Elke parel heeft het lijden van de oester als kern.

Rumi, Perzisch filosoof en dichter 13de eeuw

Leergierigheid is mijn belangrijke drijfveer. Ik ben gefascineerd door de zoveel manieren van kijken naar mensen en naar het leven. Ik blijf geboeid verkennen en onderzoeken wat mensen vrijer en krachtiger maakt.

In mijn beroepsleven ondernam ik een zoektocht in de zoveel manieren van kijken naar mensen en naar het leven. Ik volgde opleidingen vanuit verschillende stromingen. Zoveel verschillende invalshoeken om mensen te helpen...

Hoe groter mijn kennis en wijsheid als leraar en therapeut, des te meer wil ik mijn hoofd buigen voor het leven dat veel groter is en zoveel kan brengen.

Vanuit mijn belangstelling voor 'zingeving' verkende ik het spirituele landschap. Meditatie bracht me wat ik zocht. Ik leerde het rationele te overstijgen en kwam zo bij mildheid en liefde, bij een intenser gewaarzijn en een doorvoeld weten.

Wat mag je van mijn begeleiding verwachten

Algemeen:

Dankzij mijn verschillende grondige therapeutische scholingen en bijscholingen, dankzij de meditatie die ik sinds 1993 beoefen en dankzij mijn levenservaringen, heb ik een eigen manier van werken ontwikkeld.

In mijn begeleidingen wil ik me voortdurend de vraag blijven stellen: Met welke inhoud en met welk handelen bereik ik iemand in zijn hoogste potentieel?

Bij het **coaching, training en therapeutisch** werk put ik vooral uit die bagage die mensen bewuster maakt, die hen terugbrengt bij hun eigen kracht en stuurkracht. Vandaar dat je bij mij zelden zal te horen krijgen wat jij moet doen of hoe je iets moet oplossen.

Het leven brengt ons regelmatig in nieuwe fases, zet ons voor nieuwe uitdagingen... Ik help je onvoldoende als ik je alleen benader als slachtoffer van de omstandigheden. Een buitenwereld, en wat uiterlijke omstandigheden met je doen, heeft invloed. Wat je meemaakt komt echter niet alleen door iets van buiten jezelf. Je omstandigheden en/of moeilijkheden zijn een uitnodigende spiegel voor iets wat in jou kan ontwikkeld worden. Zodat je rijker en krachtiger wordt om in je leven met tevredenheid jouw koers te varen.

Ik zal je vooral uitnodigen

- om naar jezelf te leren luisteren
- om comfort en mededogen te ontwikkelen,

Want dit zijn de basisvoorwaarden om bij je eigen kracht te komen.

Voor mij kan begeleiding er niet toe leiden dat je de kracht en het gezag bij mij als therapeut of coach blijft leggen, wel dat je de kracht in jezelf kan ontdekken van wie jij bent en wat je ervaart.

Werkwijzen:

*'Een goede relatie met jezelf is onlosmakelijk
verbonden
met je relatie met de ander'*

In de sessies hebben we oog voor

- jouw belangrijke relaties vroeger én nu.
- wie je denkt te zijn én
- hoe anderen jou werkelijk ervaren

'Jouw verhaal is meer dan de woorden'

Ik houd ervan om mensen alert te beluisteren op een dieper niveau, verder dan de woorden. Ik bied je een ervaren en professioneel klankbord zodat we zo bij jouw wijsheid komen. Je kan ontdekken dat het antwoord dat je zoekt dichterbij jezelf ligt dan je dacht.

Soms is dit wennen als je er van uitgaat

- dat ik de wijsheid in pacht heb om je hapklare oplossingen aan te bieden
- dat jij eerst heel veel moet vertellen opdat je zou kunnen begrepen worden

Door je regelmatig te onderbreken en te vertragen, leer ik je om werkelijk stil te staan bij jouw ervaring, bij jouw woorden en bij wat je lichaam je vertelt. Je leert jezelf tijd te geven, bij jezelf af te toetsen wat werkelijk klopt. Mensen lopen zichzelf gemakkelijk voorbij als ze denken veel te moeten vertellen.

Ik bied je tevens een spiegel voor wat taal met je doet. Je kan jezelf daarmee vastzetten, óf je kan jezelf daarmee ruimte en perspectieven geven... Met de taal of de naam die je aan een ervaring geeft kan je je blik vertroebelen, of juist verhelderen...

Mijn begeleiding is niet gericht op snelle oplossingen, wel op wie jij bent en waar jij prioriteit aan wil geven. Hierdoor kan je iets ontwikkelen waar je nadien zelf mee verder kan.

TIJD nemen is een belangrijke voorwaarde om je leven en jouw waarden ter harte te nemen.

*'De traagste weg is de snelste weg,
hoe trager de ervaring, hoe intenser het effect'*

Vertraging is nodig om ruimte te maken voor je mogelijkheden die verder reiken dan je denkt. Je ontdekt nieuwe, onvermoede invalshoeken als je werkelijk luistert naar de stem van je lichaam en de stem van je ervaring. Je vindt je eigen richting.

'Oefening baart kunst'

Nieuw gedrag ontstaat niet vanzelf, noch door alleen maar inzichten. Het vraagt tijd en een gestage opbouw. Ik reik je oefeningen aan die je geleidelijk aan leert om jezelf eigen te maken, zodat je het effect van de begeleiding ook kan laten doorwerken in je dagelijks leven.

*'Ook een gemiddeld mens kan een meester van zichzelf zijn en
is tot meer dan de middelmaat in staat,
maar dat vergt wel het veeleisende besef dat dit niet
vanzelf zal gebeuren en dat niets is wat het zou moeten zijn.'*

...

*De mens is het eeuwige geschipper tussen potentialiteit en verwezenlijking.
Ieder mens is altijd een project in wording.'*

Uit 'ALLMENSCH' van Alicja Gescinska