

## Life counseling – Domein Zingeving – 1-op-1 counseling

*In het kannick programma krijgen cliënten standaard (behalve als er een contra-indicatie bestaat) 3 individuele sessies aangeboden en daarnaast kunnen cliënten zich op eigen initiatief inschrijven voor groepssessies naar keuze.*

In dit domein wordt afgestemd op wat de cliënt beweegt en zijn de life counselors gericht op de bronnen, kracht en perspectief van de cliënt. Het ondersteunt de cliënt bij het (her)vinden van betekenis in hun leven en werk.

### 1-op-1 life counseling (online of face-2-face)

#### Inhoudelijke verantwoording begeleiding & diagnostiek

Onze interventie en diagnostiek berust op het model van Knippenberg (2005): existentiële zielzorg. In zijn model wordt het zinvindingsproces onderscheiden in drie (verhaal)lijnen: richting (tijdlijn), verbondenheid (ruimtelijn) en geestelijke bron/ grond (perspectief). Onze life counselors zijn gericht op ontdekken van mogelijk zintekort op een of meerdere van die lijnen.

#### Korte beschrijving van de drie lijnen:

- Het proces dat zich op de **tijdlijn** openbaart, wordt geactiveerd in de polariteit van verandering en continuïteit. In het zoeken naar richting verlangt de mens als 'reiziger' zowel naar een nieuwe horizon als naar een thuis (men zegt niet voor niets: 'Het mooiste van reizen is thuiskomen'). Die spanning tussen deze twee polen uithouden, vraagt om een autobiografische competentie: d.w.z. in de relatie met jezelf een vermogen kunnen ontwikkelen waarin verandering en continuïteit allebei betekenisvol kunnen worden, waardoor je in staat bent richting te geven aan het leven. In het levensverhaal van mensen herkennen we die polariteit ook wel als de motieven 'zekerheid en avontuur'.
- Voor het proces in de **ruimtelijn** gaat het om de polariteit van individuatie en participatie. In het zoeken naar zin verlangt de mens zowel naar eigenheid en uniciteit (ik-wording, individuatie) als naar saamhorigheid en universaliteit (wij-wording, participatie). Zinoriëntatie op deze ruimtelijn vraagt om een contextuele competentie: een vermogen om verbanden te zien en je verbonden te voelen met zowel jezelf als de wereld om je heen.
- De mens verlangt zowel een **grond** in zichzelf te vinden (autonomie) als om geleid te worden (heteronomie). Het proces dat in de spanning tussen deze twee polen ontstaat, is het antwoord op de vraag 'Wie ben ik ten diepste?'. Daar waar je in tijd- en ruimtebeleving op verhaal komt, ontwikkel je een antwoord op de vraag 'Wie ben ik?'. Maar in dat verhaal breken ook perspectieven in die reiken voorbij de begrensde ruimte- en tijdbeleving. Dit vraagt om een vermogen om te gaan met ervaringen die buiten je zelfbeschikking reiken (omgaan met ervaringen van transcendentie en contingentie).



Bovenstaand model maken we in het programma en naar de client toe niet expliciet: het is een veelgebruikt model voor verslaglegging en diagnostiek.

## Reflectiemodel bestaansdimensies

We gebruiken de vier bestaansdimensies (fysiek, sociaal, psychisch en spiritueel) als reflectiemodel, afkomstig van Mia Leijssen- Tijd voor de ziel (2007). In dat model worden ervaringen bevraagd op de ruimte- en de transcendentielijn. De vragen op de ruimtelijn gaan over verkennen van de polariteit individuatie- participatie: Wat heb ik gedaan omdat ik 'moest'? Waarbij heb ik mij verplicht gevoeld, wat werd bepaald door verwachtingen van anderen? Wat heb ik gedaan vanuit eigen keuze? Waarbij kan ik ervaren 'dit is wat ik wil?' De vragen op de transcendentielijn gaan over: Wat heb ik ervaren als dat ik het 'mocht'? Wat werd mij 'gegeven', wat stemt mijn dankbaar?

## Levensbeschouwelijk landschap

In onze begeleiding spelen metaforen ook een belangrijke rol. We doen een beroep op de metaforische competentie van de deelnemers. Het spreken in beelden en metaforen is wezenlijk element in life-counseling. Aan de hand van de metaforen wordt het persoonlijk levensbeschouwelijk landschap van de deelnemer in kaart gebracht. In het persoonlijk levensbeschouwelijk landschap onderscheiden wij levensloop, belangrijke levensgebeurtenissen, belangrijke anderen, geloof en spiritualiteit, impact van de ziekte, omgang met de ziekte/ uitval/ belemmering, betekenisgeving hiervan, levensbeeld, centrale waarden, buitengewone ervaringen.

In de opdrachten en de inhoud van de online bijeenkomsten en in de gesprekken wordt altijd de verbeelding aangesproken (geleide visualisaties, afbeeldingen, muziek, kunst, poëzie). Zo nodigen we cliënten uit tot reflectie op duiding en betekenis van zijn of haar ziekte /uitval.

