

# Mijn therapeut heeft God gedood. Wat nu?

Dit najaar start docente Gitte Beaupain een nieuwe Korte Training. Hierin staat ze samen met de cursisten stil bij spiritualiteit in de praktijkruimte, een thema dat haar nauw aan het hart ligt. Lees hieronder waarom.

*En wat nu, dacht ik toen ik als jonge vrouw van 25 bij mijn therapeute zat. Ik was zo dankbaar voor het begrip, de steun en de hulp die ze gaf. Ik was nu bijna een jaar in begeleiding en voelde verruiming en verandering. De laatste sessies waren we bezig geweest met mijn geloof en het voor mij verstikkende, onderdrukkende en ziek-makende aspect ervan.*

*Inderdaad, ik ben katholiek opgegroeid. Vanaf mijn vijfde tot mijn achttiende heb ik bij zusters en oblaten op school gezeten. Ik zat in het kerkkoor en heb zelfs catechismuslessen gegeven. God, de Moeder Maria, de heiligen, ze maakten allen actief deel uit van mijn leefwereld; de duivel, schaamte en schuld ook.*

*In therapie is er intensief aan gewerkt om mij te verlossen – als ik het met de mij vertrouwde taal mag uitdrukken – en mijn kijk op het leven, de liefde, de seksualiteit en het menszijn te verzachten en te verruimen. Na enkele heel diepgaande sessies kon ik de goden en demonen die mijn leven verzuurden eindelijk loslaten en mijn jongvolwassen leven zelf vrij vormgeven. Zo dankbaar dat ik mijn therapeute was, dat ze de moed had gehad om God in vraag te stellen. Het leek een sprookje: het boze was overwonnen en als ze niet gestorven is, leeft de heldin nog lang en gelukkig, totdat...*

*Totdat ik jaren later weer in een fysieke (burn-out), existentiële en spirituele crisis terecht kwam. Mijn lichaam was op, de job gaf geen voldoening meer, mijn huwelijk was op de klippen gelopen en God was dood.*

*Een enorme leegte zonder bodem die me dreigde op te slorpen overviel me. Ik had hulp nodig. Gelukkig kende ik de weg en had ik al gauw een afspraak bij een psycho-*

*therapeute. Het symptomatisch werk zorgde er tamelijk snel voor dat ik wat meer energie had en mijn daadkracht terugkwam. Op zich niet slecht dus, en toch.*

*Toch bleef die leegte zich uitbreiden. De louter materialistische, darwinistische kijk op het bestaan leek ook niet meer te volstaan. Vragen rond zingeving, het leven, de dood, existentiële vragen dus die steeds vaker en dringender de kop opstaken en waar ik eindelijk een antwoord op moest formuleren. Mijn therapeute kon of wou hier niet echt op ingaan. Ik voelde me verloren en ook een beetje een buitenbeentje. Gelukkig heeft mijn overlevingsdrang ervoor gezorgd dat ik op zoek ging naar een andere therapeute met wie ik dit kon bespreken.*

*Het was moeilijk, het leek alsof niemand zich voldoende op zijn of haar gemak voelde om die weg met mij te bewandelen. Het heeft wat geduurd voor ik eindelijk een metgezel voor mijn ontdekkingsreis vond: een therapeut die niet bang was om het over mijn geloof, mijn godenbeeld, mijn spirituele zoektocht enz. te hebben. Er was geen valse schroom, geen angst, maar ook geen alwetendheid. Er was alleen oprechte aandachtige aanwezigheid en de wil om samen met mij op een veilige manier de spirituele wereld te verkennen. Het was mijn traject en niet die van de therapeut.*

*Wat een verademing! Eindelijk mochten mijn twijfels er zijn, mocht ik in alle veiligheid de wereld van de goden weer verkennen en kreeg het transpersoonlijke een gepaste plek. Ik begon mijn spiritualiteit te beleven... tot op heden toe en verder.*

*Nu ik zelf therapeute ben, ben ik zo dankbaar voor mijn ervaringen als cliënt en mijn existentiële worstelingen. Ik heb ondervonden hoe belangrijk het is dat de therapeut niet bang is om het thema God te bespreken met de cliënt (God als synoniem voor het spirituele, de geest, het geloof, het transpersoonlijke, ...). Aansluiten bij je cliënt, bij zijn leefwereld betekent eveneens aandacht hebben voor zijn spirituele worstelingen en ontwikkeling.*

*In mijn praktijk kom ik vaak cliënten tegen die gewoon dankbaar zijn dat ik dat aspect van hen niet over het oog zie. Er zit zo veel rijkdom in: hulpbronnen, schaduwkanten, ontwikkelingspotentieel... Het integreren van en vorm geven aan dit aspect van de persoonlijkheid kan – sta mij toe dat ik nu toch weer wat taal uit mijn christelijk verleden gebruik – de psychologische, emotionele en spirituele herijzenis van je cliënt bevorderen.*

*Omdat ik ervan overtuigd ben dat de therapeutische relatie en je cliënt er baat bij hebben, voorzien we binnen de Educatieve Academie op 20 november en 4 december de tweedaagse training: Spiritualiteit en psychotherapie "Praten over het wezen van spiritualiteit, hoe doe ik dat in mijn praktijk?" Ik hoop dat ik er jou en je spirituele wereld mag ontmoeten.*



## Wie is Gitte Beaupain?

Gitte is een gelukkige integratieve psychotherapeute. Haar belangstelling gaat uit naar gender, beroepsethiek, sprookjes en verhalen, Jungiaanse en traumagerelateerde therapie. Ook heeft ze zich gericht op oplossingsgerichte korte therapie en brainspotting. Na een aantal jaren ervaring als taaldocente voor volwassenen, leidde haar maatschappelijke betrokkenheid haar eind jaren negentig in de richting van gelijke kansen en gendervraagstukken. In 2008, rijk aan ervaringen in instellingen, ngo's, bedrijven en projecten, richtte ze samen met een collega Genderatwork op, een adviesbureau voor de praktische uitvoering van diversiteitsmanagement, gelijke kansen en genderkwesties.

Tegenwoordig werkt ze in haar eigen praktijk te Antwerpen en geeft regelmatig opleidingen (gender, beroepsethiek, communicatie, persoonlijke ontwikkeling). Naast haar liefde voor de mens staan fotograferen en schrijven hoog op haar voorkeurenlijst. Ze houdt van korte verhalen en lyriek.

## Praktische info:

Deze training vindt plaats op 2 maandagen: 20 november en 4 december, telkens van 10u tot 17u.

Prijs: 230 euro / 190 euro voor I.V.-studenten en VVTV-leden.

Meer info op p 24.