

ID Academy's
ugentlige blog-episode

Arbejdsark

Hvad er spiritualitet?
2 udenlandske, den gamle
og så den lyske

Psykoterapeut &
Coaching-uddannelser

Om os



Vi har igennem mere end 20 år tilbudt **uddannelser indenfor Psykoterapi og Coaching**, med fokus ind i vores **unikke ID-tilgang**.

Der er flere grunde til, at vi bruger ID både i vores institutnavn, og som betegnelse for den måde, vi arbejder på.

For det første står ID for identitet, fordi den måde vi arbejder på, er identitetsorienteret. Denne tilgang afdækker og udvikler så mange dele af vores identitet som muligt og ved at øge kontakten til vores eget indereste, styrkes vores livskvalitet markant.

For det andet er ID forbogstaverne i ordene Integrativ og Dynamisk. Integrativ betyder inklusiv eller samlende, og dynamisk betyder her kraftfuld og bevægelig. Vi tror nemlig på at samle det bedste fra alle psykologiske retninger og på kraftfulde forandringer igennem dynamisk selvudviklingsarbejde.

For det tredje er det også et udtryk for en integral tilgang til livet. Det vil sige en inkluderende og ægte holistisk / helhedsorienteret måde at forholde sig til sig selv, sine relationer og verden på.

RESUMÉ

Spiritualitet er en stor del af ID Academys identitet og dem der er spiritualitetsforskrækkede vælger nok ikke at studere hos os.

... Men så alligevel, fordi spiritualitetsforståelsen hos os er noget mere jordnær (Ole, vores stifter) i videoen kalder det Jysk spiritualitet).

For at forstå hvad spiritualitet er hos os, så starter vi med at fortælle hvad det ikke er.

Det er nemlig sådan at der er mange forskellige retninger inden for spiritualitet og her nævner vi lige et par stykker og kommer med nogle eksempler:

- Den Britiske bølge: Åndernes magt, spiritisme, okkultisme, clairvoyance, mediumisme.
- Den Amerikanske bølge: Helbred dit liv, The Secret, loven om tiltrækning, manifestering, visualisering, kvantefysik, skab dit drømmeliv metafysisk, affirmationer.
- Den religiøse, traditionelle spiritualitet: Troen på noget, troen på en gud, profet eller Kristna, leve sit liv efter forskrifter i hellige skrifter, ydre refererende (tror på noget), underlægger sig visse leve- og moralske regler osv.

Spiritualitet på ID Academy handler mere om det vi kalder spirituel mystik, det vil sige en tilgang til spiritualitet, hvor vi går undersøgende til værks i forhold til vores indre verden.

Vi er praktisk jordnære ved at tage udgangspunkt i undersøgelser og oplevelser, hvor nogle har gjort noget (fx mediteret på en bestemt måde) og så har der været en tendens til at noget bestemt skete.

Hos os er det en undersøgelse efter, hvem vi er bag alle de personlighedssider, som af mange grunde er blevet skabt igennem livet.

Vi går ind og undersøger vores sind og mærker vores krop. Vi prøver at komme til en forståelse af, hvorfor vi er som vi er og undersøger de uendelige muligheder vi har for at blive noget mere.

Det er den måde vi arbejder med spiritualitet og hvori meditation er et af vores faste værktøjer.

Ugens arbejdsark

Arbejdsark:

Hvad er spiritualitet? De to udenlandske, den gamle og så den Jyske.

I denne uges episode giver Ole Vadum Dahl, stifteren af ID Academy, en kort introduktion til spiritualitet og går 4 forskellige bølger af spiritualitet igennem fra forskellige steder i verden.

Ugens øvelse

Som du nok kan fornemme i ugens episode, så er der rigtig mange forskellige definitioner af spiritualitet.

Derfor vil vi i ugens øvelse, gerne opfordrer dig til, at gøre dig selv klogere på temaet om spiritualitet - og måske endda afmystificere det lidt.

Som Ole fortæller, så er vores tilgang på ID Academys uddannelser meget jordnære. Ja, faktisk helt kropsnære, i det vores spiritualitet handler om en indre undersøgelse af vores sind og krop.

... Gense ugens episode og google dig frem til en større forståelse om spiritualitet. Måske du allerede har en spirituel livsstil eller forståelse? Måske uden at vide det?

The image shows a full-page view of a notebook or notepad. At the top center, the word "NOTER" is printed in a large, bold, black sans-serif font. Below the title, the page is filled with approximately 25 horizontal dotted lines, evenly spaced, intended for handwritten notes. The paper has a clean white background. There are dark grey decorative elements at the corners: a triangle in the top-left corner and a larger trapezoidal shape in the bottom-right corner.

Kunne du lide ugens episode?

Så vær sikker på, at du ikke går glip af nye episoder, videoer, interviews, online kurser, motivationskort, arrangementer m.m.

Du kan følge med i al vores aktivitet på flere forskellige måder - og de bedste steder at starte er på vores mailliste og facebookside.

Nyhedsmail

Som modtager af vores nyhedsmail, får du gratis adgang til 5 online kurser og så modtager du desuden mails om vores uddannelser, arrangementer, nye videoepisoder, interviews og andet spændende nyt hos os og på vores hjemmeside.

Tilmeld dig her: <https://online.idacademy.dk/tilmeld-nyhedsbrevet>

Facebook

Facebook er vores ultimative kanal til at dele vores viden og verden igennem dagligt indhold. Fx får du hver morgen et af vores mange motivations/inspirationscitater, en ugentlig ny episode på vores videoblog, eventkalender og viden om al det der rører sig hos os.

Du finder vores facebookside her: <https://www.facebook.com/idacademy>

Lad os give dig en ny uddannelse og et nyt ståsted i livet

Besøg www.idacademy.dk for at se alle vores uddannelser der sender dig ud på en rejse mod et rigt givende liv.

ID Psykoterapeut, 4-årig (København, Silkeborg & Slimminge)

www.psykoterapeutuddannelse.idacademy.dk

ID Psykoterapeuten sikrer dig, at du får både viden, metoder og redskaber der gør dig i stand til at støtte andre mennesker igennem dagligdags-, livs- og identitetskriser der bunder i fortidens oplevelser og samtidig udvikle mennesker, så de kan realisere deres medfødte potentialer.

Her lærer du unik ID-teori, hvor vores undervisning udspringer af teori fra den integrale (helhedsorienterede) psykoterapeutiske ramme – men hvor vores egen mere end 20 års erfaring og vores stifter Ole Vadum Dahls unikke grundmodeller, sikrer dig en psykoterapeutisk grunduddannelse der er både bredere og dybere end nok alle andre uddannelser i Danmark.

ID Life Coach, 2-årig (København & Silkeborg)

www.coachuddannelse.idacademy.dk

ID Life Coachen sikrer dig viden, metoder og redskaber, der gør dig i stand til at støtte andre mennesker i deres kamp med at bryde igennem livets mange udfordringer og ende der, hvor deres drømme ligger.

Du lærer også at lave identitetsudvikling, ved at bevidstgøre dine klienter om hvem de er bag deres facader - hvilket gør deres personlige og professionelle gennembrud endnu stærkere.

ID Life Coach er Danmarks mest dybdegående coach-uddannelse og kan bruges som forlængelse af nuværende job eller i egen praksis. Vores viden, metoder og redskaber udspringer af en ID-ramme, der sætter individets udvikling i fokus for resultater der er både store og varige.