

Systemisch Werken

Familieopstellingen



Opzet training

- Basiskennis Systemisch werk.
- De rol van de begeleider.
- Hoe stel je op? Het proces van begin tot einde.
- Proceswerk.
- Modulen Familieopstellingen.





Historie van Familieopstellingen



Systemisch Werk

- Het systeem in acht nemen, waarbij het systeem een geheel van elementen met onderlinge betrekking is.
- Kijken naar de onderstroom.
- Werkgebied van de opstellingen ligt op onbewust niveau. Dieper liggende bewuste laag en zielsniveau.
- Er wordt zichtbaar gemaakt wat intern voelbaar is.

Stromingen

- Familieopstellingen.
- Organisatieopstellingen.
- Structuuropstellingen.
- Maar ook.. coaching, vloerankers, tafelopstellingen, visualisaties, etc...
- Opstellen maakt de dynamieken heel goed zichtbaar.

Doel

- Diagnose stellen. Waar gaat het echt om?
- Verkennen van mogelijkheden en ondersteunen van keuzes.
- Therapeutische interventie (Proceswerk).
- Heling/genezing.

Systeemenergie - Het Wetende Veld

- Gebruik maken van morfologische (vormgevende) velden en resonantie.
- Rupert Sheldrake; mens en dier hebben toegang tot informatievelden, spiegelneuronen maken een innerlijk beeld van onze medemens en dat geeft het gevoel elkaar te begrijpen. Non-verbaal contact. Wetende veld.
- Contact via taal, beeld en gevoel.
- Werken met representanten.
- Werken met voorwerpen.
- Helende zinnen/bewegingen.



- Oerwetten
- Insluiten/binding - Iedereen heeft het recht erbij te horen
- Ordening/volgorde - Iedereen heeft zijn eigen plek
- Uitwisseling - Er is balans tussen geven en nemen

- Insluiten: Streven naar compleet zijn.
- Ordening: In een familie is er een hiërarchische volgorde van bijbehorende verantwoordelijkheid.
- Uitwisseling: Wat je geeft moet ongeveer terugkomen. Uitzondering ouders kind relatie. De ouders geven totdat het kind genoeg heeft en het zelf kan.



- Dynamieken

- Als de wetten worden overtreden ontstaan er dynamieken. Deze ontstaan uit liefde om het systeem weer heel te maken.



- Symptomen.
- Bovenlaag, bewust, zichtbaar, bekend.

Fenomenologie

- Hellinger heeft de systemische-fenomenologische werkwijze ontwikkeld. De werkelijkheid zoals die zich voordoet waarnemen.
- Filosofische houding van waarnemen, het leven, de dood, familiesystemen etc.

Het geweten de orde van liefde

- Persoonlijke geweten
- Collectief/systemisch geweten
- Universeel geweten



Gevoelens

- Primaire gevoelens
- Secundaire gevoelens
- Tertiaire gevoelens/systemische gevoelens
- Metagevoelens

Verloop opstelling

- Bedding creëren voor de opstelling
- Innerlijk voorbereiden bij aanvang
- Bepalen of je gaat opstellen
- Interview
- Bepalen hoe en wat op te stellen
- Beeld van de beginopstelling
- Interventies/modulen/proceswerk
- Afronden

rol begeleider

- je mag erbij zijn
- kunnen waarnemen vanuit verschillende posities
- niet verstrikt raken met de plek van de client
- iedereen zijn lot gunnen
- in contact staan met het veld
- je eigen grenzen kennen

Helpen

- je kunt niet meer geven dan de ander kan ontvangen en andersom. je kunt van de ander niet meer verlangen dan hij kan geven
- helpen voegt zich naar omstandigheden. gezien worden wat moeilijk is om gezien te worden
- bejegen een volwassene als een volwassene
- zie het individu als een deel van de familie.
- laat je mening los. geef ieder een plaats in je ziel

Begin van de opstelling

- Neem waar vanuit systemische waarnemer/lege midden. Ben je vrij om waar te nemen?
- Hoe voer je een inleidend gesprek? Wat kan ik voor jullie doen? Wat is het meest wezenlijk? Genogram gebruiken.
- Hoe bepaal je wat je op gaat stellen? Voor wie werk je? Op wie heeft de opstelling effect? Klein houden.
- Representanten zelf laten bewegen of informatie ophalen. Of allebei? Wat wil het systeem laten zien? Is er sprake van scheiden of binden? Ontbreekt er iets? Wordt er iets beschermd?
- Is er een beweging?

-
- Is er oogcontact? Wat is de kijkrichting? Wat is de stand van de voeten?
 - Zijn er reacties waarneembaar?
 - Informatie ophalen bij de representant. - Gevoel, beweging, aandacht/focus.
 - Check of er herkenning is bij de client. Let op de patronen. Let op de aanwijzingen.

VRAGEN ALGEMEEN

- ✻ Voor wie/wat is de huidige situatie een goede oplossing?
- ✻ Wat mag er niet veranderen?

Vragen bij Insluiten

- ✱ Wie of wat is er aan de plek verbonden?
- ✱ Wat wordt uitgesloten? Of vergeten?
- ✱ Aan wie/wat moet je ontrouw zijn als je dit vraagstuk oplost/vervult?

Vragen Ordening

- ✻ Wat was er het allereerste? Waar merk je dat aan?
- ✻ Wat krijgt steeds voorrang? Ten koste van?
- ✻ Wie hoort er bij maar wordt niet genoemd?
- ✻ Bij wie hoort dit vraagstuk?

VRAGEN UITWISSELING

- ✻ Wat is de prijs om te veranderen? Wie betaalt?
- ✻ Wie of wat geeft te veel?
- ✻ Wat wordt niet geacht? Gezien? Erkend?
- ✻ Waar is meer van nodig? Waar is te veel van?

Dynamieken/ patronen

- iets dragen voor de ander
- iemand volgen (ik doe het voor jou)
- Ik doe het in jouw plaats
- Je boven de ander stellen
- iemand beschermen door te gaan
- Het leven van een ander leiden
- Herhaling van een patroon
- iets buitensluiten
- Polariteit
- Lot
- Verbroken uitreiking
- Loyaliteit

Patronen/dynamieken

Insluiten

- Iemand beschermen
- Iets/iemand buitensluiten
- Niet bestaande of niet beschikbare plek
- Loyaliteit
- Herhaling van een patroon
- Het lot niet nemen of durven zien

Patronen/dynamieken

Ordening

- Verantwoordelijk voor iemand anders
- Het leven van iemand anders leiden
- in plaats van de ander iets doen
- het lot niet nemen of durven zien
- contextverwisseling, op verkeerde plek, iemand verwarren
- Herhaling van patroon
- Parentificatie

Patronen/dynamieken

Uitwisseling

- Verbroken uitreiking/verlangen
- Loyaliteit
- Herhaling van patroon
- Parentificatie
- Bemiddelen
- Polariteit
- Iemand volgen - bindingsliefde

Aanwijzingen

- Staren naar een bepaalde plek - Er ontbreekt iets

Staren naar de grond

Staren naar boven

Grappen

Lachen/giechelen

Kin omhoog/groot maken

Klein maken/gaan zitten

Niet kunnen bewegen

Koud krijgen

Tijd lijkt stil te staan

In slaap vallen

Zoekend/wiebelende beweging- Doel of bestemming ontbreekt mogelijk

Emoties - Waar zijn de emoties een oplossing voor?
Wat verbergen ze?

Misselijk. Boeren, braken

- Overleden persoon

- Er wil iets niet gezien worden

- Mogelijk buiten sluiten

- gekte, verdriet grote systeemdruk

- Parentificatie

- Kind zijn

- Trauma (slachtoffer)

- Dood/verlies/verleden

- Trauma

- Reactivering Trauma

- Doel of bestemming ontbreekt mogelijk

- Waar zijn de emoties een oplossing voor?

Wat verbergen ze?

- Belofte die niet waargemaakt kan worden.

Sterke dysbalans in geven en nemen

Patronen

- Contextverwisseling - Dubbelbeeld
- Herhaling - Patroonherhaling
- Structuurlaag brengen - iets buitengesloten in beeld
- Persoonlijke Identificaties - iets dragen / bovenstellen/bemiddelen/ iemand volgen...
- Persoon/positie verwarring niet bestaande/ beschikbare plek

VERBROKEN UITREI KING

- BINDINGS -EN OF HECHTINGSTRAUMA ontstaat bij kinderen als de binding met 1 of beide ouders misloopt of wanneer er misbruik van de binding gemaakt wordt.
- Eerste drie levensjaren meerdere dagen geen fysiek contact met de moeder.
- Bij seksueel misbruik tussen ouders - kind.
- Ouder(s) zwaar emotioneel beroep op hun kind doen.
- Ouder(s) verslaafd zijn of er is sprake van geweldpleging binnen de familie.

- Iemand volgen vanuit bindingsliefde.
- Gezonde en gelukkige kinderen gaan op hun zieke ongelukkige ouders lijken door zelf ziek en ongelukkig te worden.
- Kind koestert de hoop dat door deze opoffering van hun geluk/gezondheid, onschuld, zij hun ouders/familie kunnen veilig stellen of redden.

- Polariteit.
- Schuld - onschuld liefde - angst gezond -ziek.
- Schuld heeft te maken met verantwoordelijkheid.
- Erkenning & benoemen is belangrijk. Hoe betaal je de schuld? Verdringen? Ziekte?
- Iedere daad heeft consequenties.

- Objectieve schuld - je bent ergens schuld aan en draagt de verantwoordelijkheid. Uitspreken en nemen
- Subjectieve schuld - lotsverbondenheid met anderen, los laten van deze schuld en je leven nemen
- Overgenomen schuld - schuld die je bent gaan dragen maar niet van jou is. teruggeven