

beauty & fashion

Familieopstelling 9 en 23 november

'Harmonie in de familie'

Een familieopstelling leidt snel tot de kern van een probleem. Ze geeft inzicht in onbewuste patronen, is effectief en kan helpen om persoonlijke, relatie- of familiekwetsies op te lossen. Belangrijke gebeurtenissen in een familie hebben invloed op het welzijn van de generaties erna. Een familieopstelling herstelt de 'orde van de liefde'. Janneke Venema begeleidt het op 9 en 23 november met als thema "Harmonie in de familie".



Hoe werkt een familieopstelling?

Ze vindt plaats in een groep. In het voor-
gesprek geeft iemand aan wat de vraag
of thema is, wat hem/haar al jaren
bezighoudt. Op basis daarvan beslist de
opsteller welke systeemdelen –bijvoorbeeld
een ouder, ziekte en de cliënt zelf– opgesteld
worden. De cliënt kiest vervolgens represen-
tanten voor de familieleden of symptomen en
stelt ze ergens in de ruimte op. Door de
plaats in de ruimte kunnen representanten
informatie verschaffen over gevoelens van

familieleden. Tijdens een opstelling verande-
ren ze van positie en voeren ze korte dialo-
gen met 'helende zinnen' zoals 'Het spijt me
dat ik er niet voor je kon zijn'. Doel is om
ordening te brengen en een gezonde plek
voor de familieleden te vinden. Nuttelose
vaste patronen worden liefdevol losgelaten
en nieuwe gezonde beelden geïntegreerd.

Rust in het hoofd

Voorafgaand aan de familieopstelling wordt
een geleide meditatie gedaan. Om tot rust te

komen, de dagelijkse besommeringen los te
laten en je lichaam meer te voelen. Tijdens
een familieopstelling is het zien, luisteren en
vertalen van lichaamstaal belangrijk. Zij zijn
leidraad bij een opstelling. De manier waar-
op mensen kijken en ten opzichte van elkaar
staan of lopen en hoe ze zich voelen, laat zien
of relaties gezond zijn of niet. Een opstelling
is pas klaar als de vraagsteller rust ervaart.
Na afloop voelen andere aanwezigen ook
vaak opluchting en dankbaarheid.

Relatie met de maatschappij

Het belang van vaderschap en moederschap,
van ouderschap en kind zijn wordt helder in
een opstelling. Daar waar de vader of moeder
ontbrak om welke reden dan ook, heeft het
immens effect gehad op kinderen. Gezond en
evenwichtig ouderschap maakt of breekt een
kind. De gevolgen zijn zichtbaar in allerlei
soorten gedrag zoals grenzeloosheid, versla-
ving, agressiviteit, autoriteitsproblemen en
respectloosheid. Sommige mensen lijken
altijd dezelfde problemen in relaties tegen te
komen. Niet zelden blijken loyaliteiten
binnen een familie reden te zijn waardoor
relaties telkens mislukken.
Familieverstrikkingen werken ook door naar
arbeidsituaties en maatschappij.

Tot slot: de opluchting

'Een opstelling doet meer dan jaren (ver)zwij-
gen'. Informatie onder de dekmantel hou-
den, kennen we allemaal. Gevoelens van
schaamte en angst er niet meer bij te horen
spelen een rol. In de praktijk blijkt dat wan-
neer je de moed hebt om je te verbinden met
wat er werkelijk speelt in de familie, er
opluchting wordt ervaren. 'Alles waarmee je
je verbindt, kan helen'. Ieder (familie)systeem
verlangt naar evenwicht. Je kunt onder des-
kundige begeleiding en in een ervaren ver-
trouwelijke groep je vraag inbrengen. Heb je
de moed om je uit te spreken, dan is inner-
lijke rust je beloning.
Je bent van harte welkom!

Praktische informatie

Data: 2 woensdagavonden: 9 en 23 nov.

Locatie: Paslaan 6 te Apeldoorn.

Tijd: 19.30 tot ca. 22.30 uur

Kosten: € 35,- per avond voor deelnemende
toeschouwers en € 85,- met een persoonlijke
vraag/thema

Aanmelden: Praktijk voor Rebalancing
en Systemisch werk
Janneke Venema

Tel.: 055 - 355 68 39

inbalance@kpnplanet.nl

www.rebalancing-apeldoorn.nl

Familie-opstellingen

Begeleiding Janneke Venema en Yldau Dijkstra

'Harmonie in de familie'

9 en 23 november

Locatie: Voormalig Stiltencentrum,

Paslaan 6, Apeldoorn

Tijd: 19.30 - 22.30 uur

Kosten per avond: € 35,- deelnemende toeschouwers
en € 85,- met een persoonlijke vraag/thema

Aanmelden: Praktijk voor Rebalancing en
Systemisch werk Janneke Venema

Tel.: 055 - 355 68 39

inbalance@kpnplanet.nl

Praktijk voor Rebalancing, Trager en Dorn, Distelwinderlaan 43, Apeldoorn

www.rebalancing-apeldoorn.nl

