

Familie Opstellingen

Buurman en Van Beyma geven workshops

"Het leven is boeiend en tegelijk ook ingewikkeld. Sommige vragen zijn zo herkenbaar:

- Je wilt er zijn voor je kinderen, maar de afstand wordt alleen maar groter
- Je houdt van je familie, maar je kunt niet bij ze in de buurt zijn zonder conflicten
- Je doet je best maar je blijft problemen houden met je chef
- Je zet al je talenten in maar je werk komt maar niet van de grond
- Je relatie is de vreugde van het begin kwijt
- Je hebt voortdurend strijd met je ex over de kinderen en je merkt dat dit een groot effect heeft op hun welzijn"

Waar komen Familie Opstellingen vandaan?

"Bert Hellinger is de grondlegger van Familie Opstellingen. Hij heeft ontdekt dat veel patronen die je je leven lang volgt voortkomen uit het systeem waar je uit komt. Het belangrijkste systeem is je gezin, je vader, moeder, broers, zussen, opa's, oma's, ooms en tantes of je huidige gezin als je inmiddels zelf vader of moeder bent. Maar er zijn ook andere systemen, zoals je werk, de school of de sportvereniging.

Het gaat goed in het systeem als iedereen die erbij hoort zijn plek heeft, volgens een vaste ordening. De partner

Ulrik van Beyma (links) en Cees Jan Buurman voor de Woudkapel



gaat voor de kinderen, de oudste zus gaat voor het jongere broertje. Het systeem is dan in evenwicht."

Waarom zijn Familie Opstellingen effectief?

"Als het systeem niet in evenwicht is dan kun je daar onbewust last van hebben.

Dit kan zich ook uiten op een heel ander vlak in je leven. Met Familie Opstellingen kun je patronen zichtbaar maken én er wat aan doen."

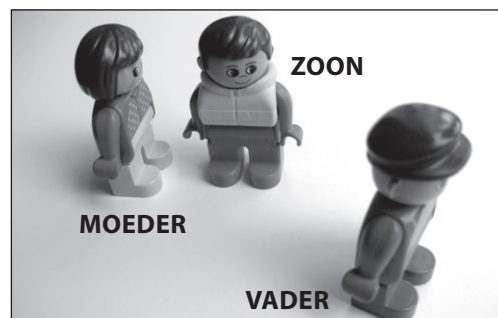
Wat gebeurt er in een workshop?

"In een groep van ruim tien mensen behandelen we de

vraag van één deelnemer. De vraagsteller zet andere mensen uit de groep als stand-ins van bijvoorbeeld vader, moeder en zichzelf in de ruimte."

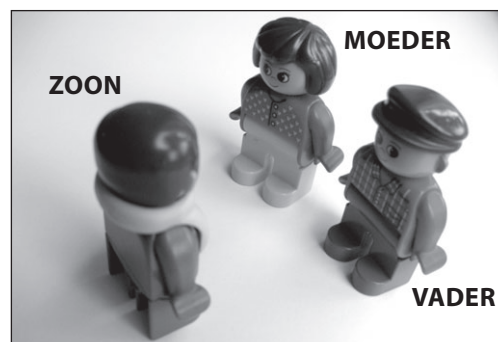
Wat is er zo speciaal aan een opstelling?

"Zodra de stand-ins in de ruimte staan gebeurt er van alles. Ook zie je veel aan de plek waar de mensen neergezet zijn. Stel je voor: vader staart naar buiten, moeder kijkt een andere kant op en de zoon staat dwars voor moeder (hier uitgebeeld met Playmobil).



Of stel je voor vader en moeder staan naast elkaar en de zoon staat er tegenover. Voel je het verschil?"

Hoe kan een opstelling je vraag oplossen?



"Door naar je systeem te kijken wordt al veel duidelijk. Het geeft een gevoel van, 'nu zie ik hoe ik het al jaren voel'. Tijdens de opstelling kun je de posities veranderen naar een situatie die meer in balans is. Dit nieuwe beeld werkt door in het 'echte' leven."

Hoe kun je Familie Opstellingen zelf ervaren?

"We geven workshops. Je hoeft niets voor te bereiden. Je komt en ziet wat er gebeurt. Je kunt een vraag inbrengen. Alleen kijken is ook prima."

De workshops worden gehouden in de Woudkapel te Bilthoven. De eerstkomende workshops zijn op woensdagavond 14 oktober en 18 november en op zondagmiddag 22 november. Opgeven kan via info@opstellingenbilthoven.nl of Ulrik van Beyma (06-5133 4269) / Cees Jan Buurman (06-4221 2293). Voor meer informatie en andere data www.opstellingenbilthoven.nl.