



## FAMILIEOPSTELLINGEN

**STREAM – LEVEN EN WERKEN MET PASSIE** organiseert regelmatig avonden 'Familieopstellingen'. U kunt deze avonden bijwonen als toeschouwer, of u kunt een vraag inbrengen.

De data voor 2018/2019 zijn: 10 september 2018, 1 oktober 2018, 12 november 2018, 10 december 2018, 14 januari 2019, 4 februari 2019, 11 maart 2019, 1 april 2019, 13 mei 2019, 10 juni 2019 en 8 juli 2019.

De avonden vinden plaats in het paviljoen van Fort Abcoude, Molenweg 19 te Abcoude. Om 18.30 staan koffie en thee klaar. De eerste opstelling begint om 18.45 uur precies. De avonden zijn om uiterlijk 22.30 uur afgelopen. U kunt zich bij Jane Coerts aanmelden om een avond bij te wonen als toeschouwer of als inbrenger van een vraag.



## WAT IS EEN FAMILIEOPSTELLING?

Tijdens een familieopstelling brengt iemand een vraag in die voor hem of haar van belang is. Vervolgens kiest de inbrenger representanten uit voor diegenen die op de een of andere manier te maken hebben met die vraag, bijvoorbeeld de vader, de moeder, broers en zussen, en iemand voor de inbrenger zelf. Wanneer de inbrenger deze representanten geconcentreerd een plek in de ruimte geeft, dan wordt ineens helder welke dynamieken zich tussen hen afspelen. Wonderlijk is dat de representanten zich vaak net zo voelen als degenen die ze vertegenwoordigen. Als de opstelling zich verder ontvouwt wordt ook vaak helder welke beweging helend werkt.

## WANNEER IS EEN FAMILIEOPSTELLING ZINVOL?

Een familieopstelling kan een mooie ondersteuning vormen voor uw persoonlijke en professionele groei. Een familieopstelling is zinvol bij complexe vragen die op de een of andere manier voortkomen uit trouw aan ons systeem van herkomst. Wij doen dingen die onze ouders deden en zij deden dingen die hun ouders deden enzovoort. Hierdoor kunnen we zodanig verstrikt raken dat we ons leven niet meer vrij vorm kunnen geven. Een familieopstelling geeft inzicht in onze loyaliteitspatronen en kan laten zien welke beweging nodig is om onze autonomie terug te krijgen.

## EFFECT VAN EEN OPSTELLING

Een opstelling maakt vaak iets los op onbewust niveau. Dat geldt voor degene die een vraag inbrengt, en vaak ook voor de gerepresenteerde familieleden. Dat wat losgemaakt wordt, kan zich bewegen naar het bewuste niveau. Dat proces heeft aandacht en stilte nodig. Daarom adviseer ik degenen die een vraag hebben ingebracht om na een opstelling terughoudend te zijn in het maken van een analyse; laat wat zich ontvouwt eerst maar een tijdje broeien. Het zaadje dat geplant is heeft tijd nodig om zich aan het zonlicht toe te vertrouwen.





# FAMILIEOPSTELLINGEN

## VOORBEREIDING OP EEN FAMILIEOPSTELLING

Ter voorbereiding op een familieopstelling vraag ik u om mij het volgende op te sturen:

- Uw vraag: waar worstelt u mee? Als dit nog niet voldoende helder is, dan zal voorafgaand aan de opstelling een gesprek plaatsvinden ter verheldering (hoe helderder de vraag, hoe meer profijt u heeft van de opstelling).
- Wat is het gewenste effect van de opstelling? Inzicht, een opening naar een nieuwe stap, of iets anders?
- Een overzicht van uw plek in uw gezin van herkomst en de plekken van uw ouders in hun gezin van herkomst.
- Feiten uit het systeem van herkomst die invloed kunnen hebben op de dynamiek:
  - vroeg gestorven ouders, broers of zussen
  - doodgeboren kinderen of abortussen of miskramen, dood in het kraambed
  - zelfmoord
  - mishandeling, incest
  - zwaar ongeval, zware ziekte of handicap, slachtoffer van een misdrijf
  - oorlogsverleden, iemand die moest vluchten uit de geboortestreek
  - uitsluiting uit de familie
  - ouders met verschillende nationaliteiten
  - adoptie

## LOCATIE

Paviljoen Fort Abcoude / Viscentrum • Molenweg 19 • Abcoude

## ROUTEBESCHRIJVING

**Met de auto:** A2, afslag [3] Abcoude, richting centrum. Over de brug rechtsaf slaan. Het viscentrum ligt aan uw linkerhand (ongeveer 500 meter voorbij de brug; meteen na de tweede zijstraat en de derde vluchtheuvel sla je linksaf). Het paviljoen ligt achter het witte woonhuis dat u vanaf de straat kunt zien. Er zijn 7 parkeerplaatsen.

**Met het openbaar vervoer:** Bus 120 van station Bijlmer naar Utrecht CS stopt voor de ingang van het paviljoen. In Abcoude is een treinstation. Het paviljoen bevindt zich 20 minuten lopen vanaf het station. Laat alsjeblieft een dag van te voren weten of je opgehaald wilt worden. Ga je liever lopen? Uit het station sla je linksaf. Als de hoofdweg naar rechts draait ga je rechtdoor. Aan het einde van de weg ga je naar rechts. Bij de bloemenwinkel op het Kerkplein ga je naar links en loopt door tot het water. Voor het water (bij café/restaurant De Eendracht) ga je naar links. Het vispaviljoen tref je aan aan je linkerhand: voorbij de tweede afslag en de derde vluchtheuvel, ga je de oprijlaan op. Het vispaviljoen ligt achter het witte woonhuis.

## CONTACT EN VRAGEN, ADRES WAAR U UW GEGEVENS NAAR TOE KUNT STUREN

### Stream – Leven en werken met passie

T.a.v. dr. Jane A. Coerts      **t** 06 15547221  
Achterbos 36-R2              **i** info@streamsite.nl  
3645 CD Vinkeveen          **w** www.streamsite.nl

