



# familieopstelling

## JIJ EN JE FAMILIESYSTEEM

persoonlijke vragen bekijken  
vanuit de dynamiek van je familie systeem

### Ben jij

Nieuwsgierig welk licht een andere manier van kijken op jouw persoonlijke vraag werpt.

### Wil jij

Systemisch kijken naar persoonlijke vragen rond bijvoorbeeld:

- zelfexpressie & zelfvertrouwen
- vitaliteit & geld
- daadkracht & focus

*'Het is net of ik tegen beter weten in anderen regelmatig voorrang geef op mijn eigen wensen, terwijl ik weet dat dat niet altijd goed voor me is.'*

*'Ik heb al vaker gekeken waar mijn onzekerheid vandaan komt, daar ben ik wel mee opgeschoten, maar 't lijkt alsof er nog iets is waar ik geen zicht op krijg.'*

In een familieopstelling vraagt de vraagsteller aan een aantal onbekende mensen of zij 'representant' willen zijn voor mensen uit zijn/haar familiesysteem. Hij/zij kiest deze uit de aanwezigen. Het wonderbaarlijke is, dat als deze representanten hun plek innemen in de ruimte, zij gaan voelen/denken als degenen die zij representeren. Zo komt informatie vrij die de vraagsteller nieuwe inzichten kan geven, zowel bewust als onbewust nawerkend.

### tafelopstelling

In 1 op 1 gesprekken maken we geen gebruik van representanten, maar gebruiken we voorwerpen in de ruimte of werken we met blokjes of lego poppetjes. Je neemt even de plek in van de buitenstaander waardoor je blikveld verschuift. Het is wonderlijk hoe het neerzetten van je systeem je ineens naar andere inzichten leidt.

### fenomenologisch

Opstellingen werken 'fenomenologisch'. Dat wil zeggen: je kijkt in het moment wat er verschijnt, de kunst is om zo open mogelijk te kijken. Niets erbij te verzinnen, niet te interpreteren. Niets te verdoezelen. Om vanuit dat kijken inzichten te krijgen waarom het is zoals het is.

### contact

We gebruiken familieopstellingen tijdens individuele coaching of in een los gesprek. Neem contact met ons op voor een afspraak op maat.

#### Ruimte voor Helden (1999)

is een community voor het ontdekken, ontwikkelen en inzetten van het potentieel van mensen en samenwerkingsverbanden. Als community ontwikkelen en bouwen we Levendige Samenwerkingsverbanden.

**Yvonne Versteeg** is arbeids- en organisatiepsycholoog, systemisch opsteller en bio-energetisch analytisch therapeut. Zij heeft jarenlang als (interim) directeur gewerkt in de dienstverlenende sector. Zij heeft zich verder ontwikkeld als coach, trainer, opsteller en begeleider van bijeenkomsten en veranderingstrajecten. Mensen omschrijven Yvonne als sprankelend en direct, zij (over)ziet wat passend is en brengt dit in contact en met humor in.

**Marc Verheij** is van origine stedenbouwkundige en heeft veel ervaring als leidinggevende, projectmanager, coach en begeleider van intervisiegroepen en teams. Marc is gecertificeerd coach, systemisch opsteller en core-energetisch therapeut. Mensen omschrijven Marc als rustig en vertrouwd, hij brengt vanuit vertraging en reflectie, scherpte en actie.