

## Familieopstellingen

**Het Systemisch Werken vindt zijn oorsprong in de systemische familie-therapie van Bert Hellinger. Deze methodiek maakt verstoorde verhoudingen binnen systemen (familie en organisaties) zichtbaar.**

Ons hele leven zijn we lid van groepen. De dynamiek van en de verstrengeling met ons “systeem van herkomst” klinkt in onszelf door. Wie wij nu zijn, heeft alles te maken met dat verleden. Iedereen heeft zijn eigen plek in het systeem en er is sprake van ordening. Het op een diep niveau leren kennen van de eigen plek, de plek van anderen en de acceptatie hiervan, kan tot veel inzicht en verandering leiden. Wanneer één of meer van deze aspecten in een systeem in de knel komen, ontstaan verschillende dynamieken, zoals je stellen boven een ander, iets dragen voor iemand anders uit het systeem, de opgaven van iemand anders vervullen of onverwerkte emoties van een ander overne-

Een aantal symptomen kunnen het gevolg zijn. Bijvoorbeeld aan kracht verliezen, onbedoelde ruzies, verslaving of onduidelijke lichamelijke klachten. Het Systemisch Werk biedt d.m.v. een opstelling mogelijkheden om dieper in een systeem te kijken. Zo wordt inzicht verkregen in hoe mensen verstrikt zijn in de systemen waarvan zij deel uitmaken, ongeacht of dit een familie- of organisatiesysteem is. Oplossingen worden mogelijk als de verstoorde structuur eenmaal zichtbaar is. Dan kunnen de relaties weer in overeenstemming komen met de natuurwetten. Energie kan weer stromen en de cliënt kan meer in zijn of haar kracht komen en op een positieve manier in de relatie, het gezin, de familie of een organisatie functioneren.

**DOELGROEP** Mannen en vrouwen die geïnteresseerd zijn in dit onderwerp en die willen kijken naar de patronen in hun gedrag en de herkomst van mogelijke belemmeringen willen begrijpen.

**PROGRAMMA** Na een korte kennismaking en een introductie over systemisch werk gaan we aan de slag met opstellingen. In principe zijn er op een avond 2 opstellingen mogelijk.

### **DATA najaar 2010**

Maandag 20 september

Woensdag 20 oktober,,

Dinsdag 23 november.

**LOKATIE** Vergaderruimte 4de verdieping van Zorgcentrum De Hofwijck, Dirk Zeperweg 2, 8917 AZ Leeuwarden.

**TIJD** 19.30—22.00 uur, zaal open vanaf 19.15 uur.

**KOSTEN** 15,— toeschouwend deelnemer, met thema 40,—, inclusief koffie en thee.

**AANMELDEN** Je kunt je via bijgaande e-mailadressen of door een telefoontje naar Joanke of Albertien aanmelden. Geef bij je aanmelding aan of je toeschouwend deelnemer bent of een thema in wilt brengen. Heb je vooraf nog vragen, neem dan ook gerust even contact op met Joanke of Albertien.

### Joanke Sierksma (1962)

Sinds 2004 werk ik in mijn eigen praktijk De Essentie als coach en stressconsultant. Mijn visie is dat ieder mens alles in zich heeft om zelf de regie over zijn of haar leven te voeren, alleen soms hulp nodig heeft om weer zelf het heft in handen te nemen. Naast het coachen en begeleiden van mensen met stressgerelateerde klachten zoals overspannenheid en burnout verzorg ik ook loopbaantrajecten. De methodiek van familieopstellingen is een waardevolle aanvulling omdat hiermee zo duidelijk wordt wat de invloed van je systeem van herkomst is en hoe dit je kan beïnvloeden in je huidige leven. Essentieel is dat je hiermee oude patronen kunt herstellen en zo je leven vrijer kunt leven.

### Albertien Zeinstra (1962)

Ik werk als coach, loopbaanbegeleider, adviseur en begeleider bij opstellingen vanuit mijn eigen praktijk Kerntalent in Hempens. Binden, boeien en bezielen zijn de kernwoorden die bij mij passen en die mijn visie op het leven vertolken. Ik vind het belangrijk dat mensen in de ontmoeting de (ver) binding met het leven en andere mensen aan kunnen gaan. In de coaching laat ik mensen het mogelijke zien en het haalbare verwezenlijken. De methodiek van familieopstellingen is voor mij een enorme verrijking in mijn werk. Hiermee kan ik mensen begeleiden om weer bij hun kern te komen, zodat ze voluit het leven kunnen nemen.



**Joanke Sierksma**  
Engelumerstraat 12  
8913 GC Leeuwarden  
058-2162618  
06-22442398  
[info@essentie-coaching.nl](mailto:info@essentie-coaching.nl)  
[www.essentie-coaching.nl](http://www.essentie-coaching.nl)



**Albertien Zeinstra**  
R.V. Beardastraat 1  
9086 CK Hempens  
058-2894927  
[info@kerntalent.nl](mailto:info@kerntalent.nl)  
[www.kerntalent.nl](http://www.kerntalent.nl)

## Familieopstellingen



*"De wijsheid is voortdurend onderweg"*