

Familieopstellingen

Themaworkshop: Verslaving en Herstel

Aangeboden door: Ruischcoaching Recovery & Re-integratie

Begeleiding door: Liesbeth van den Brink, opsteller bij Verrijkende Verreiking, praktijk voor coaching en systemisch werk
Datum: zaterdag 24 maart 2018
Tijd: 12.30 - 17.30 / inloop 12.00 uur
Locatie: Johannes Camphuijsstraat 150-152
2593 CT Den Haag

Voor wie: ieder die geïnteresseerd is in het thema Verslaving en Herstel en met opstellingen inzicht wil krijgen in de onbewuste dynamieken die spelen, om nieuw perspectief te ontwikkelen.

Doel en perspectief: een opstelling maakt zichtbaar en kan helend werken, in het hier en nu, op zielsnivo. Waarmee inzicht gekregen kan worden in gedrag patronen, psychische belemmeringen of de betekenis van lichamelijke klachten in de relatie met jezelf en in relatie met je familiesysteem. In de periode na een opstelling zal de impact op eigen wijze en het geëigende moment zichtbaar en ervaarbaar gaan worden, soms heel duidelijk, soms verrassend, soms dichtbij, soms verder weg.

Werkwijze: oefeningen om elkaar en het opstellingenwerk te leren kennen. En we doen opstellingen naar aanleiding van vraaginbreng van de deelnemers. De overige deelnemers kunnen uitgenodigd worden als representant om in de ruimte zichtbaar te maken welke dynamieken er spelen.

Dynamieken: we zijn allemaal verbonden met ons familiesysteem, onlosmakelijk. Daaruit nemen we positieve, voedende dingen voor ons eigen leven mee. En ook dingen die ons in de weg staan om te doen en te zijn wie wijzelf zijn, dingen waar je aan gebonden bent op een onbewust nivo. Gebeurtenissen in ons eigen leven en in de dynamieken in het leven van onze familie, zelfs generaties terug, kunnen hun invloed op ons gedrag in het hier en nu hebben. Dit individuele gedrag breng je mee in contacten met anderen, werkt door op de kwaliteit van relaties, van werk, van je eigen gezondheid. En vormen tegelijkertijd de uitdaging tot groei, hoe pijnlijk soms ook. De dynamieken die zichtbaar worden tussen de representanten in de opstelling kunnen verhelderend werken. En er kan mogelijk beweging, nieuw perspectief ontstaan n.a.v. datgene wat zichtbaar wordt. Vanuit dit werk kun je dichter bij je eigen drijfveren en je eigen levensenergie komen en meer je eigen plek in gaan nemen, meer deelnemer worden.

Verslaving- en herstelthema's die o.a. onderzocht kunnen worden:

- Hoe zit het met jouw deelnemerschap, jouw aanwezigheid in het hier en nu.
- Is er een belemmering voor jou om hier te zijn
- Voel jij je welkom
- Kun je je eigen plek innemen in relatie met de ander
- Durf je hulp te vragen
- Hoe sta je ten opzichte van openheid, eerlijkheid, bereidwilligheid in relatie met herstel
- Welke hulpbronnen heb je
- Kom je in actie en/of ken je uitstelgedrag
- Neem je verantwoordelijkheid voor je eigen gedrag en laat je bij de ander waar die verantwoordelijk voor is of was
- Welke emoties ken je en wat hebben die jou te vertellen
- Hoe sta je in de balans van geven en nemen