

Familie- en organisatie opstellingen



Herken je dat?

Dat je steeds beslissingen uitstelt? Dat je je moeite hebt om duidelijk 'nee' te zeggen? Dat je je iedere dag uitgeput voelt en je weet niet waardoor? Eigenlijk ieder herhalend gedrag waarvan je niet snapt waar het vandaan komt.

Dat je heel snel geïrriteerd raakt om kleine dingen? Dat je moeite hebt met je leidinggevende en je snapt niet waarom? Dat je steeds ergert aan dezelfde type mensen? Dat je snel boos wordt? Je houdt alle ballen in de lucht, maar wat wil je nu eigenlijk zelf?

Familieopstellingen zijn er voor iedereen die zakelijk of privé vastloopt in terugkerende thema's en patronen. Dit kunnen vragen zijn rondom relaties, familie, kinderen, studie of werk. Bij terugkerende emoties zoals boosheid, depressiviteit of een angst in bepaalde situaties.

Door een opstelling ervaar je wat er werkelijk aan de hand is. Het is veel meer dan alleen een verhelderend inzicht. Je bent in staat om snel tot de kern van een probleem of patroon te komen en van daaruit direct praktische stappen maken in je dagelijks leven.

Het werken met opstellingen is een methode die ons, zonder veel woorden, laat zien welke plek we in ons huidige gezin, in ons werk of onze familie van herkomst innemen. Opstellingen helpen om tot dan toe verborgen of half bewuste verbanden te zien én daarmee mogelijke wegen om ons los te maken. Veel persoonlijke problemen, relatieproblemen en levensvragen vinden immers hun wortels in het familiesysteem.

5 avonden en 1 hele dag

Start 18 september 2017

Zonder inzicht geen uitzicht

Ervaringen van deelnemers

“Ik heb er enorm veel aan gehad zowel voor werk als voor mijn persoonlijke ontwikkeling”

“ik waardeerde enorm de ruimte die je kreeg als deelnemer om het vorm te geven hoe je het zelf wilden hebben.”

“ik heb jullie begeleiding als heel prettig ervaren. Een mooie balans tussen ingrijpen en laten gaan.”

“De avonden bij jullie helpen me erg om kleine oefeningen te leren die ook betekenisvol zijn.”

Hoe werkt een opstelling?

Opstellingen doe je meestal met een groep. In een kort gesprek geeft de vraagsteller aan wat het thema is. Op basis daarvan gaan we aan de slag. Wij, als begeleiders zorgen dat dit op een professionele manier gebeurt. Om in een opstelling zichtbaar te kunnen maken wat in je familie of in je leven speelt, wordt gebruik gemaakt van zogenaamde representanten. Dat zijn je groepsgenoten.

Door de plaats die zij nu innemen in een (familie)systeem, komt informatie vrij over het thema van de vraagsteller. Hoe dit werkt leggen wij de eerste avond verder uit.

Vaak worden inzichten direct tijdens of vlak na een opstelling verkregen.

En soms duurt het wat langer voor helder wordt wat in een opstelling was te zien.

Je hebt geen specifieke voorkennis nodig om aan opstellingen deel te nemen.

Onze werkwijze?

In vijf avonden van drie uur gaan we, samen met jullie, kleinere opstellingen neerzetten. Met als doel om je inzicht te geven in jouw patronen. En om je te leren hoe je **zelf kleinere opstellingen kunt inzetten, om inzichten te krijgen, in je dagelijkse leven en in je werk.**

Direct bruikbaar.

We starten de avonden stipt om zeven uur. Vanaf half 7 is de deur open voor een eenvoudige maaltijd. Wij hebben gemerkt dat samen eerst informeel starten, de avond ten goed komt.

Onze werkwijze - vervolg

Gedurende één hele dag zetten we twee of meer grotere familie of organisatie opstellingen neer.

Wie zijn wij?



Anita Tekamp. Ik heb ervaring met bedrijven en bedrijfsprocessen, met overheden en de continu veranderende samenleving. Door deze ervaring ben ik in staat om snel te zien waar de pijnpunten liggen binnen teams en vervolgens vanuit rust de confrontatie aan te gaan.

Ik ben onder andere getraind in Executive Coaching & Teamcoaching, Leadership, en Systemisch Werk.



Femke Lobach. Ik heb veel ervaring met het begeleiden van sportteams en teamprocessen. Voor langere periode samen werken met een team tot een concreet doel en resultaat. En ik geef persoonlijk leiderschap coaching aan managers in het bedrijfsleven.

Ik ben onder andere MBTI-gecertificeerd en getraind in Neuro Linguïstisch Programmeren, Transactionele Analyse, Systemisch werk en topsport coaching.

**Investering in tijd: vijf avonden van drie uur en één dag in het weekend.
Investering in geld: voor training en intakegesprek. 580 Euro per persoon.
Exclusief avondeten, inclusief thee en koffie.
Aanvang training: september 2017**

Inzicht in
patronen
geeft keuze
vrijheid

Bel of mail gerust voor meer informatie of een afspraak:

Anita Tekamp

www.rapor.nl

info@rapor.nl

+ 613321025

Praktijk in Aalsmeerderbrug
en op locatie

Femke Lobach

www.femkelobach.nl

femke@femkelobach.nl

+651233460