



## Systeemopstellingen in Den IJp

Sinds 2011 organiseren wij regelmatig Opstellingendagen in het pittoreske Den IJp, vlakbij Amsterdam.

### **Methodiek**

In de opstellingendagen die we organiseren werken we graag vanuit het verlangen van de inbrenger. Een verlangen biedt perspectief, een duidelijke richting waar de inbrenger naartoe wil. In de opstelling wordt zichtbaar dat er ook een onbewuste onderstroom is die, vanuit een oude geschiedenis, de neiging heeft de ontwikkeling naar het verlangen te belemmeren. Door de woorden uit de zin van het verlangen op te stellen, zien we in de opstelling het innerlijk proces van de inbrenger weerspiegeld. Het is alsof de woorden elk een laagje met betekenissen en ervaringen vertegenwoordigen. De inbrenger stapt daarbij in de opstelling en gaat in interactie met de representanten. Samen met de begeleider overziet hij of zij de opstelling. 'Ja, zo was het', horen we vaak zeggen. 'Daar hoeft ik niet meer te zijn. Ik voel me nu vrij en ook nog onwennig om de stap naar mijn verlangen te maken.' Zo groeit in de opstelling het vermogen om afscheid te nemen van oude belemmeringen en wordt de weg geëffend om het verlangen te leven.

### **Transgenerationale psychotraumatologie**

Veel mensen ervaren moeilijkheden in hun leven die hun wortels hebben in vorige generaties. Een beschadigende of traumatische ervaring van moeder of vader, of grootouders, wordt veelal via de hechting tussen kind en ouders aan volgende generaties doorgegeven. Dit wordt hechtings- of symbiosetrauma genoemd. Het is in feite een 'overgenomen trauma'. Mensen reageren op traumatische ervaringen met overlevingsgedrag. Hiermee overleeft de mens zijn trauma. Het kan hem echter, onbewust, óók (psychisch) gevangen houden in de trauma-ervaring.

### **Opstellen van het Verlangen**

Deze specifieke opstellingsmethodiek is ontwikkeld door Professor Dr. Franz Ruppert uit München. Tijdens het voorgesprek verwoordt de inbrenger zijn of haar verlangen, datgene waarvoor hij of zij de opstelling wil doen, in een zin. Hij of zij stelt een representant voor de woorden uit het verlangen op en neemt zelf ook plaats in de

opstelling. Van daaruit ontwikkelt de opstelling zich; hierbij worden onbewuste patronen uit zijn of haar (familie)geschiedenis zichtbaar. Door onder ogen te zien wat de werkelijke belemmering is, groeit bij de cliënt het vermogen tot vrijheid van keuze en autonoom handelen. Hij of zij is niet langer in de greep van de beschadigende gebeurtenissen uit zijn (familie)geschiedenis.

### **Doelgroep**

Ieder individu die in zijn werk of leven iets van bovenstaande in zichzelf herkent, kan een opstelling doen. Coachingscliënten kunnen één of meerdere opstellingen in hun coachingstraject opnemen.

### **Data, werktijden en locatie**

Onze opstellingendagen vinden plaats op de volgende dagen in 2019:

- zaterdag 6 april;
- zaterdag 29 juni;
- vrijdag 11 oktober;
- zaterdag 14 december.

Aankomst vanaf 9.30 uur. We werken van 10.00 – ca. 17.30 uur met een uur pauze voor de lunch. Het adres is: Doopsgezind kerkje 'De Vermaning', Den Ijp 3, 1127 PA Den Ijp.

### **Aanmelding en kosten**

Je kunt je aanmelden als representant of als deelnemer (die een vraag indient) via het inschrijfformulier Systeemopstellingen op onze website. Vooraf hebben wij met de deelnemers mondeling of telefonisch contact. Per dag is er ruimte voor maximaal 4 opstellingen en ongeveer 10 representanten. Deelnemers raden wij aan een representant mee te nemen, bij voorbeeld de partner, een goede vriend(in) of een broer of zus. Kortom iemand die met je mee kijkt en met wie je na afloop nog even kunt terugblikken. Wij vragen van de deelnemers een investering van € 160,- (particulier tarief) of één coachingssessie (bedrijfstarief). Deelnemende representanten betalen € 50,-. Lunch, koffie en thee zijn bij deze prijzen inbegrepen.

### **Begeleiders**

Deze dagen worden geleid door Henk Galenkamp en Jeannette Schut. Beiden zijn ervaren begeleiders van opstellingen (sinds 2002). Naast het opstellingenwerk coachen en trainen zij individuele mensen, teams en hun organisaties naar persoonlijke en professionele ontwikkeling en resultaten. Ook geven zij, in het kader van systemisch werk, nascholing en supervisie aan professionals die willen leren werken met de methodiek 'Opstellen van het Verlangen'.

### **Bereikbaarheid**

De Vermaning ligt aan de doorgaande weg van Landsmeer naar Purmerend, op de grens van Landsmeer en Den Ijp. Parkeren kan op het nabij gelegen bedrijventerrein.

#### **Route:**

- Vanaf de Ring A10, afslag S117, richting Landsmeer volgen, door Landsmeer, steeds recht doorrijden tot bordje 'Den Ijp', 100 meter vóór een ophaalbrug. De Vermaning ligt hier aan de linkerkant van de weg.
- Vanuit Purmerend: via Purmerland, geheel Den Ijp doorrijden tot bordje 'Landsmeer'. De Vermaning ligt hier aan de rechterkant.
- Openbaar vervoer: Vanuit Amsterdam: neem de metro naar Amsterdam-Noord; neem dan bus 319 (EBS). Uitstappen op het eindpunt in Landsmeer. Vandaar is het nog 10 min. lopen via het Noordeinde naar Den Ijp.

Heeft u nog vragen of wilt u met ons overleggen of een opstelling voor uw vraag een oplossing kan bieden? Bel met Henk (06 11 31 23 66) of Jeannette (06 21 85 60 22) of stuur een mail naar [info@galenkampschut.nl](mailto:info@galenkampschut.nl).