

Familie-opstelling

'Weg met oude obstakels'

Op woensdag 3 februari begint de Familieopstellingen cyclus met het thema 'Weg met oude obstakels'. De dagen lengen, het nieuwe jaar is volop in gang! Komen je wensen uit? Ervaar je nieuwe mogelijkheden of onmacht omdat goede voornemens je confronteren met oude gewoontes? Om verder te kunnen moet je soms oude obstakels uit de weg ruimen. Zij hebben bewust of onbewust nogal eens te maken met de familie uit eerdere generaties. Familieopstellingen kunnen dan uitkomst bieden. Opstellingen worden met meditatie gecombineerd.

je hebt slaapproblemen en gaat ermee naar de dokter. Meestal wordt er onderzoek gedaan en medicatie voorgeschreven. Artsen vragen bv niet: "Hoe is de relatie met je moeder?" Uit het medisch werk van o.a. www.stephan-hausner.de blijkt dat ziekten en symptomen vaak te maken hebben met onopgeloste zaken die zich in het verleden hebben afgespeeld binnen vorige generaties van je familie. Ze hebben het familie-systeem uit balans gebracht.

Enkele voorbeelden hiervan zijn:

- het vroegtijdig overlijden van één van de ouders
- familie geheimen en verraad
- vermissing en oorlog
- dodelijke ongevallen en zelfmoord
- een moeder overlijdt in het kraambed
- verzwegen buitenechtelijke kinderen

Verbinden en verbonden zijn

Onbewust kan iemand zich verbonden voelen met een familielid uit een vorige generatie. Dat kan zich uiten in vage klachten of typisch gedrag. Bij nader inzien blijkt dit een overgenomen patroon te zijn van een familielid uit een eerdere generatie. Door loyaliteit aan de familie kun je vergelijkbaar lijden op je nemen. Deze 'herhalingsdrang' kan zich, indien onopgelost, generaties lang blijven herhalen en wordt een 'verstrikking'

genoemd. De consequentie ervan is, dat er een onvermogen ontstaat om een eigen leven te leiden. De gevolgen worden zichtbaar in psychische en lichamelijke klachten zoals bijv. slapeloosheid. Via een familieopstelling worden deze onbewuste verstrikkingen aan het licht gebracht, bewust gemaakt zodat het kan transformeren in een nieuw te zetten stap.

Waarvoor gebruik je een opstelling?

Familieopstellingen maken het verleden zichtbaar. Onafgezien zaken met mensen die niet meer in je leven zijn, kunnen afgerond worden. Ook wordt een opstelling als diagnose-middel toegepast: "Wat is er aan de hand in mijn relatie, gezin of in mijn team?" Ook kunnen ze toegepast worden als je voor een dilemma staat en een moeilijk besluit moet nemen. Je kunt in de opstelling dan iets uit proberen, zeker als het besluit grote consequenties heeft. Bijv.: "Moet ik ontslag nemen of in dienst blijven? Wil ik scheiden of ga ik door met mijn huwelijk?" Deelnemers krijgen de gelegenheid een persoonlijke vraag in te brengen. Levensvragen zijn herkenbaar voor iedereen. "Teders levensverhaal vind ik herkenbaar, ook als toeschouwer vond ik het erg boeiend en leerzaam."

Enkele thema's die geschikt zijn voor een familieopstelling:

- bindingsangst en verlatingsangst
- vage en onverklaarbare symptomen
- schuldgevoelens
- keuze volwassen worden of kind blijven
- depressie en burn-out
- migraine en slapeloosheid

Het thema 'Weg met oude obstakels' is bedoeld voor mensen die zoeken naar harmonie en rust. Het is voor mannen en vrouwen van alle leeftijden, met en zonder opstellingservaring. Gun jezelf een blik in je eigen geschiedenis. Je bent van harte welkom!

Praktische informatie

Wil je weten of jouw thema geschikt is voor een familieopstelling neem dan contact op.

Data: woensdagavond 3 en 24 februari, 9 en 30 maart

Locatie: Paslaan 6 te Apeldoorn.

Kosten: vier avonden € 160,-
(€ 40,- per avond).

Tijd: 19.30 - 22.30 uur met evt. uitloop.

Aanmelden:

Praktijk voor Rebalancing en Systemisch werk Janneke Venema

Tel.: 055-355 68 39 of 06-247 966 44
inbalance@kpnplanet.nl

www.rebalancing-apeldoorn.nl

Op zoek naar innerlijke rust en bewustwording wordt zichtbaar gemaakt hoe blokkades van vandaag in relatie kunnen staan tot eerdere generaties. Wat kun je dan doen om je hiervan los te maken?

Gedrag, gewoonte en familie

Aan de hand van vragen over lichamelijke, emotionele of psychische kwesties wordt een licht geworpen op de familiegeschiedenis. Niet alleen ziekten zijn erfelijk. Ook gedrag, overtuigingen en eigenschappen nemen mensen vaak over van voorgaande generaties. Stel

Familie-opstellingen

Begeleiding Janneke Venema en Yldau Dijkstra



'Weg met oude obstakels'

Cyclus familieopstellingen:

**Woensdag 3 en 24 februari,
9 en 30 maart**

Locatie: Voormalig Stiltecentrum, Paslaan 6, Apeldoorn

Tijd: 19.30 - 22.30 uur

Kosten: € 160,- voor vier avonden; € 40,- per avond

Aanmelden en informatie: Janneke Venema
tel.: 055 - 355 68 39, inbalance@kpnplanet.nl



Praktijk voor Rebalancing, Trager en Dorn, Distelvlinderlaan 43, Apeldoorn
www.rebalancing-apeldoorn.nl