

Informatie

- o **Locatie en data** : zie Agenda op www.energy4change.com
- o **Deelname:** € 90 exclusief BTW voor het inbrengen van een vraag
- o **Opgave:** bij Gwen Timmer of Hans Frints

Gwen Timmer (1950)



Mij ontmoert steeds opnieuw de bereidheid van mensen om naar zichzelf te kijken en zichzelf te ontmoeten. Het diepe verlangen naar heelheid en verbinding geeft mensen een onvoorstelbare kracht om te kunnen veranderen wat veranderbaar is en te leren aanvaarden, wat bij de persoonlijke geschiedenis en lot hoort. Mensen, die hun eigen plek innemen, kunnen zichtbaar tot bloei en tegelijk tot rust komen. Dit proces te mogen begeleiden is voor mij een voorrecht. Ik verbind leren graag met in beweging komen, ontmoeting en experiment om het veld van het leven in alle facetten te leren kennen. Alles wat er is, kan daarin een plek krijgen.

Ik ben opgeleid tot hypno-psychotherapeut en NLP Master, volgde opleidingen in Systemisch Werk bij Phoenix en Traumawerk bij Johannes Schmidt en Franz Ruppert.

Je kunt mij bereiken via parabel@lombok.nl, www.parabeltrainingen.nl of telefonisch op 030 - 2944279.

Hans Frints (1964)



Ik heb ruime ervaring met het begeleiden van mensen die wezenlijke vragen hebben over hun persoonlijke en professionele ontwikkeling. In mijn begeleidingswerk wil ik graag een plek bieden waar mensen in alle rust de reis naar binnen kunnen maken. Wat mij raakt is mensen te helpen weer in contact te komen met hun verlangens en eigenheid en vanuit bezieling te leven en werken. Zo'n 7 jaar geleden kwam ik in contact met het systemische werk en het heeft me sindsdien niet meer losgelaten. Keer op keer wordt ik geraakt door de diepgaande werking en inzichten die ik als helpend en helend ervaar. Ik volgde opleidingen in Systemisch Werken bij Phoenix (familie opstellingen) en het Hellinger Instituut (organisatie opstellingen).

Je kunt mij als volgt bereiken: www.energy4change.com
info@energy4change.com of telefonisch op 06 - 2129.2729

OPSTELLINGEN Workshop

Voor mensen met vragen over relaties, familie, gezondheid, loopbaan of beroep



Hans Frints & Gwen Timmer

*Dat wij gevonden worden in het dagelijks leven,
ontdekt, gekend, bevrijd.
Dat wij ons laten vinden, als mensen met een naam.*
(Ferdinand Borger)

Voor wie en waarom?

Voor ieder, die graag een eigen thema of vraag wil onderzoeken en daarin een volgende stap wil zetten. Vragen die te maken hebben met je eigen functioneren, je relaties, familie, gezondheid of je beroep. Het werken met opstellingen is zeer behulpzaam ter verheldering van wat speelt rond persoonlijke dilemma's, twijfels en keuzes. Bijvoorbeeld vragen:

- o omtrent persoonlijke ontwikkeling, over belemmerende herhalende patronen, je eigen plek
- o rondom relaties en conflicten binnen je familie, of partnerrelatie, opvoedingsproblemen, verlies.
- o rond lichamelijke klachten, een "leeg" gevoel hebben, gezondheid, levenslust, burn-out
- o werkgerelateerde vragen, zoals de eigen plek in het bedrijf, problemen met leidinggevenden of collega's, samenwerking, loopbaanvragen.

Wat zijn opstellingen?

Een opstelling is een methode waarmee je inzicht kunt krijgen in hoe vragen die op dit moment actueel voor jou zijn, worden veroorzaakt door dynamieken en patronen die spelen in jouw familie van herkomst. In een opstelling wordt een deel van het (familie) systeem van de vraagsteller opgesteld. De kern van het probleem wordt inzichtelijk en je merkt wat er op jouw dagelijks functioneren van invloed is en in welke richting er een oplossing te vinden is. Een opstelling raakt je vaak op een diep niveau en schept daarmee mogelijkheden voor het herstel van balans en geeft een richting aan.

Hoewel opstellingen het systeem van herkomst van een persoon in beeld brengen, zijn ze gericht op het heden en de toekomst. Omdat mensen weer ten volle in de eigen kracht komen staan, het eigen pad kunnen nemen.

Achtergrond.

Uitgangspunt is dat wij allen ten diepste verbonden zijn met onze familie, waaruit wij zijn voortgekomen, met onze ouders, broers en zussen, grootouders etc. Ongeacht of we dat willen of niet en ongeacht of we ons dat bewust zijn of niet. We zijn onderdeel van een groter geheel en delen daarin een lotsverbondenheid. En dat dragen we met ons mee in het hier en nu en is zichtbaar in ons welbevinden, in onze communicatie, in onze relaties.

Gevoelens, conflicten, lasten en patronen kunnen door generaties heen

in een familie spelen en een diepe uitwerking hebben op de waarneming, het handelen, het aangaan van relaties, gezondheid en de levensweg van individuen. In het dagelijkse leven kunnen we de nadelige effecten als grote last ervaren, zonder precies te weten wat er onderliggend speelt.

Hoe gaat het concreet?

In onze workshops werken we met een groep van 8 tot ca.12 personen. We werken samen in een persoonlijk proces, waarin respect en ontmoeting centraal staan. Nadat we samen je vraag hebben verkend, nodigt de begeleider je uit om uit de groep deelnemers plaatsvervaarders te kiezen voor jezelf, voor personen of elementen, die een rol in de vraag spelen. Deze "representanten" worden intuïtief in de ruimte opgesteld. Het beeld wat hierdoor ontstaat en de reacties van de representanten vanuit dit veld maken helder wat er speelt bij personen en in verhoudingen binnen het systeem. Stap voor stap wordt de dynamiek zichtbaar en voelbaar. En kijkt de begeleider of er bewegingen op gang kunnen worden gebracht die leiden naar oplossingen. Het verworven inzicht geeft vaak al aanzet en richting voor verandering. Daarin kan iemand in de opstelling ook een persoonlijke stap in het proces maken en dit op een diep niveau ervaren. Goede oplossingen komen niet alleen aan jou maar aan het hele systeem ten goede.

Waarom leidt het? Wat levert het je op?

Vaak geeft het ervaren in de opstelling van het systeem en de eigen plek daarin een gevoel van heling op een diep niveau. Het is alsof de dingen op hun plek vallen, alsof concreet wordt, wat iemand van binnen eigenlijk al heel lang wist.

Als mensen gaan ervaren op welke plek ze in hun eigen kracht staan, wordt het ook mogelijk om met liefde en respect oude verstrikkingen los te laten en om nieuwe verbindingen aan te gaan, om vrijer te worden in persoonlijke keuzes en handelen.

Niet alleen voor de vraagsteller zelf maar ook voor representanten is een opstelling vaak een diepgaande en intense ervaring die waardevolle inzichten kan opleveren over je eigen thema's en vraagstukken.