

Familieopstellingen met paarden



*Zondag 24 mei 2015
van 13 tot 17 uur*

in Het Paardenbos

*door Monic Wagendorp van yourway-paardencoaching.nl
en Petra Bos van hetpaardenbos.nl*

*Aanbieding voor de opstelling van
zondag 24 mei 2015 van 13 tot 17 uur:*

Als opsteller (breng je een vraag in) van: ~~€ 70,00~~ voor € 60,00

Als representant van: ~~€ 20,00~~ voor € 15,00

Voor beiden is geen ervaring nodig.

*Voor meer informatie kun je natuurlijk altijd even contact
opnemen. Aanmelden tot max. 1 week van tevoren.*



petra@hetpaardenbos.nl ~ 06 49918834 ~ Koedijk

Een familieopstelling is een methode die, zonder veel woorden, ons laat zien welke plek we in ons huidige gezin of onze familie van herkomst innemen. Opstellingen helpen om tot dan toe verborgen of half bewuste verbanden te zien. Ze wijzen naar mogelijke wegen om ons, liefdevol, los te maken uit verstrikkingen.

Voor wie

Iedereen kan deelnemen aan deze workshop. Opstellingen kunnen inzicht geven wanneer deelnemers vragen hebben over relaties met een partner, ouders, broers, zussen of met kinderen. Vragen over hun eigen leven, over oude patronen die steeds terugkomen, over een diep onverklaarbaar verdriet of het steeds vastlopen in bijvoorbeeld werksituaties.

De verandering

Door het doen van een familieopstelling krijg je als deelnemer helder inzicht in jouw (dis)functioneren. Er ontstaat ruimte voor acceptatie en verandering. Het opstellen van de eigen familie, het representeren van een familielid van iemand anders en het kijken naar een opstelling zijn diepgaande ervaringen. Je kunt een vraag inbrengen, of ook zonder vraag komen.

We kunnen waarschijnlijk twee opstellingen doen deze middag. Dit ligt geheel aan hoe een opstelling verloopt.

Waarom maar twee opstellingen? Ik wil ruim de tijd nemen voor een opstelling, soms is er nog iets meer nodig als alleen de opstelling zelf.

Hoe werkt het

Opstellingen doe je meestal in een groep. Degene die een thema wil inbrengen nodigt andere deelnemers uit om zijn of haar familieleden te representeren. Deze representanten hoeven daar niets voor te doen en hebben ook nauwelijks informatie over de familie van de opsteller. Dan stelt de opsteller, intuïtief, de representanten van haar of zijn familieleden in de ruimte op. Vervolgens gebeurt er iets opmerkelijks en wonderlijks, waar we geen echte verklaring voor hebben: de representanten voelen en/of gedragen zich als de werkelijke familieleden. Zo ontstaat een meestal herkenbaar beeld van de verhoudingen en loyaliteiten in het familiesysteem. Samen met de begeleider wordt gezocht om compleet te maken, wat nog niet voltooid was of bijeen te brengen, wat gescheiden of verloren was. De paarden lopen los door de opstelling heen. De samenwerking met de paarden geeft aan deze methode een enorme verdieping.

Waarom met paarden

Paarden zijn erg gevoelig en kunnen hierdoor haarfijn onze gevoelens en emoties spiegelen. Ze zijn voor de deelnemer een gids, een metafoor of representant. Paarden zijn kuddedieren en vanuit hun natuurlijke hang naar evenwicht zal het paard in contact met de mens direct reageren op verstoringen in het systeem en de mate van (in)congruentie tussen ons bewuste en onbewuste.

Het Paardenbos .nl

Geniet en ont-wikkel jezelf met Paarden

Paarden zijn perfecte leraren om
je eigen kracht te ontdekken.

Laat je uitdagen en dragen en vergroot je aandacht, aarding
en innerlijke rust, vertrouwen,
zelfvertrouwen en geduld, inlevingsvermogen,
zorgzaamheid en duidelijkheid.

Communiceer via lichaamstaal, leer paardentaal en
integreer je eigen-wijsheid

Voor jong en oud

Les ~ coaching ~ therapie ~ autisme ~ feestjes



petra@hetpaardenbos.nl ~ 06 49918834 ~ Koedijk