



OPSTELLINGENDAG

9 JULI 2017

LANDGOED BLEIJENDIJK, VUGHT

Aan een klein riviertje in natuur- en stiltegebied Landgoed Bleijendijk staat, naast de hooischuur, een voormalige koestal die is omgebouwd tot workshopruimte. Op deze plek, waar het rustig en aangenaam vertoeven is, wil ik mijn liefde voor het opstellingenwerk graag met je delen.

De mens die zich aandachtig wijdt aan wat hem tegemoet treedt, en dat ziet als een leerproces wordt als van nature creatief en krijgt daarin contact met zijn wezen...

Anneke Teulings, oprichtster Landgoed Bleijendijk

Mijn naam is Frida Derksema (1979) en zestien jaar geleden maakte ik voor het eerst kennis met opstellingenwerk. 'Alles wat er is, mag er zijn' is de basishouding van deze zelfinzichtmethode. Voor mij was, en is, dit een verademing, er zit geen veroordeling in. Het biedt een openheid en ruimte waarin ik graag in contact ben met anderen.

Een vraag inbrengen voor een opstelling

Wanneer je een vraag hebt over iets wat speelt in je leven en waar je graag meer inzicht in zou willen krijgen dan kun je er een opstelling over doen. Het betekent dat je elementen van jouw situatie gaat 'opstellen' oftewel neerzet in de ruimte. Met behulp van andere aanwezigen kun je dan met een nieuwe blik kijken/voelen/ervaren hoe jouw situatie eruit ziet en het levert je mogelijk een nieuw perspectief op waarmee je weer verder kan.

'Ervaren' is de kern van deze methode, omdat het opstellingenwerk gaat over de niet direct zichtbare, maar wel voelbare elementen van een situatie of samenzijn.

Lichaamsgewaarwordingen vormen hierbij de leidraad want de ervaring leert dat ons lichaam vaak beter weet hoe wij ons in een situatie voelen dan ons hoofd.

Aanwezig zijn bij of deelnemer zijn aan een opstelling voor iemand anders kan ook een verrijkende ervaring zijn. Je bent er deze dag niet voor niets.

Praktische informatie

Datum & Tijd

Zondag 9 juli 2017, we starten om 10:00 uur en we eindigen om 16:30 uur.

Inloop vanaf 09:40 uur.

Locatie

Landgoed Blijdijk, St Michielsgestelseweg 22, Vught
(vanaf station Vught is het 15 minuten fietsen of 35 minuten lopen)

Bijdrage

€ 65 als vraagsteller, € 35 als deelnemer

Bedrag is inclusief btw, koffie, thee & versnaperingen. Lunch graag zelf meebrengen.

Vragen en Aanmelden

Voor aanmelden of vragen kun je een e-mail sturen naar: mail@fridaderksema.nl.

Voel je welkom!

Hartelijke groet,

Frida Derksema

Opstellingenhuis

Om thuis te komen bij jezelf

Coaching & Opstellingenwerk

