
OPSTELLINGENDAG
9 SEPTEMBER 2018
LANDGOED BLEIJENDIJK, VUGHT



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

Aan een klein riviertje in natuur- en stiltegebied Landgoed Bleijendijk is een mooie workshopruimte waar je uitkijkt over de velden. Op deze rustige plek, waar het aangenaam vertoeven is, organiseren wij een opstellingendag om bij te dragen aan helderheid en vertrouwen in jouw persoonlijke situatie.



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. De ervaring leert dat ons lichaam vaak beter weet hoe wij ons in een situatie voelen dan ons hoofd.

Niet alleen als vraagsteller kun je waardevolle inzichten opdoen. Aanwezig zijn bij of deelnemer zijn aan een opstelling voor iemand anders kan ook een verrijkende ervaring zijn waarmee je bijdraagt aan jouw persoonlijke ontwikkeling.

Begeleiding



De begeleiding is in handen van Frida Derksema (1979) en Josselien van Grootel (1972). Wij hebben allebei de opleiding 'Opstellingenwerk en transformatiecoaching' afgerond bij WEL Opstellingen van Evelien Hogeweg. Daarnaast hebben we allebei diverse bij- en nascholingen gevolgd om ons nog verder te verdiepen in het opstellingsvak. Voor meer informatie daarover verwijzen we naar onze LinkedInpagina's.

<https://www.linkedin.com/in/fridaderksema>

<https://www.linkedin.com/in/josselienvangrootel>

Wij hebben eenzelfde passie opgevat voor het opstellingenwerk en herkennen allebei 'het thuiskomen' in dit vak. Met liefde en plezier organiseren we dan ook samen deze opstellingendag.

Praktische informatie

Datum & Tijd

Zondag 9 september 2018, we starten om 10:00 uur en de eindstreeftijd is 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

€ 95 als vraagsteller (€65 voor minima), € 40 als deelnemer (€ 20 voor minima).

Het bedrag is inclusief btw, koffie, thee & versnaperingen.

Er is plaats voor 3 tot 4 vraagstellers.

We vragen je aan het einde van de dag middels een kort, anoniem in te vullen, vragenlijst om tips en tops. Omdat we ons heel graag blijven ontwikkelen en onze diensten zo goed mogelijk willen laten aansluiten.

Lunch

We delen samen de lunch. Als iedereen iets te eten meebrengt ter grootte van ongeveer 2-3 porties dan eten we van alles wat. Na de lunch is er tijd om wat te wandelen op het landgoed.

Vragen en Aanmelden

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

Voel je welkom, veilig en geniet van een dag 'buiten de tijd'!

Hartelijke groet, Josselien van Grootel & Frida Derksema



Dit zeggen anderen over onze opstellingendagen

- Je bouwt met deze dag aan vertrouwen en verbinding; je kunt de wind niet keren, wel kiezen hoe je de zeilen zet.
- Frida en Josselien creëren een veilige, warme setting waarin ieder een eigen reis door tijd en ervaring en gevoel kan gaan.
- Door jullie integriteit ontstond er een veld waarin mocht gebeuren wat er gebeurt.
- Het is een fijn idee dat twee personen het proces bewaken.
- Ik voelde me veilig door de 'gewone' vrolijke gesprekken vooraf, niet te pretentius.
- Een dag als deze is een goede manier om af en toe bezig te zijn met gevoel, systeem en verbinding. Om te leven met wat zich aandient.