



Opleiding Systeem Dynamieken in Families

Inleiding

Systemisch werk en het begeleiden van opstellingen vraagt naast inzicht, kennis, vaardigheden en het opdoen van veel ervaring ook een bepaalde basishouding en sensitiviteit. Aan al deze aspecten zal in de opleiding ruim aandacht worden besteed. Deze intensieve opleiding vergroot jouw professionele handelen en mogelijkheden. We leren je het ambacht 'begeleiden van opstellingen'. Daarnaast wordt veel aandacht besteed aan systemisch werk in familie en persoonlijke context in bredere zin. We leren je systemisch werk te doorvoelen, te integreren in jezelf en het mee te nemen naar de wereld van persoonlijke vraagstukken.

In de opleiding heeft het leren voorrang boven het cliënt zijn. Het is geen therapiegroep maar een leergroep.

Voor wie?

De opleiding richt zich op mensen die beroepsmatig te maken hebben met het functioneren van systemen (zoals familiesystemen en andere sociale systemen): artsen, psychologen, therapeuten, fysiotherapeuten, sociaalmaatschappelijk werkers, docenten, coaches, trainers, organisatieadviseurs, en ook mensen die breed geïnteresseerd zijn in het systemisch vakgebied.

Karakter van de opleiding

Deze opleiding dompelt je volledig onder in het systemisch fenomenologische werk. In de opleiding zal kennis, ervaring en inzicht over de grondprincipes en de dynamiek in systemen worden aangeboden. Daarnaast is het veel oefenen in kleinere groepen. Er zijn steeds korte inleidingen en demonstraties. Vervolgens oefenen we, geven feedback/tips en bouwen zo verder.

Na het eerste blok, waarin we systeemdynamieken in families onderzoeken vanuit je eigen perspectief, gaan we in blok 2 al het diepe in met zelf (delen van) opstellingen begeleiden: hoe leid ik in een opstelling iemand naar een bepaalde plaats in de constellatie en wat is het effect op de representanten? Hoe voer ik een inleidend gesprek en kom ik in contact met de systeemenergie? Talloze deelvaardigheden worden geoefend en pas in latere blokken komt het accent op het begeleiden van een gehele opstelling.

Reflectie en feedback voeren naar verdere verdieping. Welke processen lopen in mijzelf tijdens een inleidend interview? Hoe werkt mijn lichaam als radar voor systeemenergie? Wat zijn mijn eigen blinde vlekken en waar heb ik coaching nodig? Werken met opstellingen vraagt een bereidheid je open te stellen voor verschijnselen waar geen houvast is aan rationele verklaringen.

Hoe ga ik om met dat niet-weten? Wat zou ik af moeten leren en loslaten? De opleiding ondersteunt het zoeken naar de balans tussen fenomenologisch waarnemen en kennis.

Familieopstellingen zijn slechts een 'methode'. De techniek is niet zo moeilijk aan te leren. Waar het werkelijk op aankomt, is de innerlijke houding van de begeleider en een oog voor wat zich, voorbij de opstelling, afspeelt. Daarom wordt er ook in de opleiding veel aandacht besteed aan die innerlijke houding. Uiteraard nemen we je mee in de achtergrond van opstellingen: de werking van de drie overlevingsmechanismen.

We zijn voor een groot deel ons eigen oefenmateriaal. We oefenen met elkaars vraagstukken. Dat betekent dat je ook veel zult ontdekken over je eigen patronen, die van je familie en anderen in je omgeving. Niet zelden heeft het doen van deze opleiding een ontwikkelende en transformerende werking op deelnemers.

Opzet programma

In zes blokken van twee dagen en twee blokken van drie dagen (totaal 18 dagen) leer je om zelfstandig opstellingen te begeleiden en het systemisch werk te integreren in je werk.

Daarnaast zullen er oefengroepen worden geformeerd. Er wordt van je verwacht dat je minstens één dagdeel tussen elke twee blokken oefent. Ook worden er kleine huiswerkopdrachten gegeven, zoals het bekijken van filmmateriaal, het uitvoeren van een opdracht of het schrijven van een tussentijds reflectieverslag.

PRAKTISCHE INFORMATIE

Gespreide betaling

Zonder extra meerkosten is gespreide betaling mogelijk. Voor het maken van afspraken omtrent gespreide betaling kun je contact opnemen met kantoor; info@hellingerinstituut.nl. Samen wordt er dan gekeken welke betalingsregeling het meest passend is.

Het Bert Hellinger Instituut is opgenomen in het Centraal Register voor Kort Beroeps Onderwijs (CRKBO). Daarom is deze opleiding vrij van BTW.

De prijs van de opleiding is inclusief het boek 'Systemisch Coachen', koffie, thee en lunches tijdens de hele opleiding. Accommodatie is niet inbegrepen in de prijs. We vragen je vriendelijk om je overnachting zelf te regelen.

Aanmeldingsprocedure

Aanmelden kan via het aanmeldingsformulier op onze website. Uiteraard is overleg vooraf mogelijk zowel per e-mail als telefonisch.

Na aanmelding ontvang je het verzoek per mail een korte motivatie te schrijven. Na ontvangst van je motivatie nemen we contact met je op voor een intakegesprek met een van de docenten.

Het intakegesprek heeft als doel om na te gaan of de opleiding werkelijk bij jou past en of je op dit moment 'stevig' genoeg voelt om de persoonlijke processen die bij het leren komen kijken te kunnen dragen. Meestal is aan het eind van het gesprek helder of je gaat en wilt starten. Als je zelf meer bedenktijd nodig hebt, kun je dat gerust aangeven.

Bijeenkomsten tijdens Covid-19 pandemie

Het Bert Hellinger Instituut doet er alles aan om zo goed mogelijk de richtlijnen vanuit de overheid ter voorkoming van de verspreiding van Covid-19 op te volgen. We dragen zorg voor een veilige en prettige leeromgeving, voor al onze deelnemers, trainers en medewerkers.

We bieden materialen zoals desinfectie, spatmaskers, ons keukenpersoneel neemt extra hygiëne maatregelen en allerbelangrijkst: onze trainers staan met de groep stil bij de hoffelijkheid en verantwoordelijkheid die dit alles van ons vraagt.

Als we in Nederland geconfronteerd worden met een Covid-19 golf en we niet fysiek bij elkaar kunnen komen omdat de overheid ons restricties oplegt of omdat het Bert Hellinger Instituut Nederland het maatschappelijk niet verantwoord vindt om groepen bij elkaar te laten komen, dan wordt tijdens de geplande trainingsdagen een online alternatief geboden. De ervaring heeft ons geleerd dat we dit online alternatief kunnen beschouwen als volwaardig en het zelfs een meerwaarde geeft aan de opleiding.

Er zullen dan ook geen dagen opnieuw gepland of ingehaald worden. We garanderen hiermee de voortgang van alle lopende opleidingen op alle ingeplande lesdagen.

Overzicht van de blokken

BLOK 1: De drie mechanismen ontdekken vanuit je eigen perspectief (3 dagen)

De basis voor systemisch fenomenologisch werk zijn de drie overlevingsmechanismen; het eenheidsmechanisme, systeemmechanisme, evolutionaire kracht. Om deze drie te doorvoelen én om je eigen persoonlijke thema's aan te kijken als begeleider, is dit de start van deze opleiding.

De belangrijkste bijdrage van Bert Hellinger aan het systemisch werk is het ontdekken van overlevingsmechanismen in familiesystemen, die hij 'het persoonlijk geweten' en 'het collectieve geweten' noemde. Inmiddels noemen we deze gewetens het eenheidsmechanisme en het systeemmechanisme. Later ontdekte hij nog een volgend 'geweten', 'Geist', wat we de 'evolutionaire kracht' zijn gaan noemen. Om dynamieken goed te kunnen begrijpen is het zinvol om de werking van de gewetens goed te begrijpen: hoe je ze waar kunt nemen, hoe ze vaak tegen elkaar in werken en wat je innerlijke houding als begeleider hierin kan zijn.

Elk van de drie dagen staat in het teken van een van de mechanismen:

De evolutionaire kracht, zoals: wat wil ik van het leven/wat wil het leven van mij, hoe om te gaan met eindigheid en bestemming.

Het eenheidsmechanisme, zoals: wat wil ik, welke doelen heb ik, welke verschillende systemen zijn in beeld, waar hoor ik bij, waar niet, waar ben ik ontrouw geweest/ben ik nu/ga ik zijn, waar 1e in rang en waar niet.

Het systeemmechanisme, zoals: waar zitten onbewuste loyaliteiten, onverwerkte gebeurtenissen, wat wil weer in beeld komen.

Inhoud

De basis uitgangspunten voor systemisch werk

Verkennen dynamieken eigen familiesysteem

De drie mechanismen doorvoelen en ervaren

Systemische kijk op flow

Je eigen achtergrond verkennen middels een genogram

Ik en mijn systemen

BLOK 2: Systemisch waarnemen en begin opstellerschap (2 dagen)

In het tweede blok staat het systemisch fenomenologisch waarnemen centraal. Bij een opstelling maken we gebruik van informatie, die vaak onbewust in een cliënt of familiesysteem is opgeslagen. Om toegang te krijgen tot die informatie gebruiken we het systemische waarnemen. We oefenen dat op vele manieren. In kleine oefeningen in twee- en drietalen, oefeningen in de hele groep en door meteen al een eerste deel van een opstelling te begeleiden.

Zonder onrecht te doen aan het geheel wordt het opstellingsverloop in kleine eenheden opgedeeld. Dat stelt je in staat om je bewust te worden van de innerlijke keuzeprocessen, of vragen, maar ook impliciete vooronderstellingen. Ook leren we je om onderscheid te maken tussen lichamelijke reacties ten gevolge van de systeemenergie van de cliënt en je eigen beelden en thema's: 'Wat is van mij en wat is van de cliënt?'

Inhoud

*Systemisch waarnemen en systeemenergie
Onderscheid tussen waarneming en interpretatie van de waarneming
Verloop van een opstelling
Waarnemen van het effect van een interventie in de opstelling
Systeemdruk verhogen of verlagen
Deeloefeningen: innerlijk proces bij begeleiden van een opstelling*

Verkenning van het 'niet-weten'

BLOK 3: Dynamieken in een familiesysteem en interventies in de opstelling (2 dagen)

Dit blok vormt het hart van de opleiding. Dynamieken die in een familiesysteem ontstaan, zijn veelal een reactie op de tegengestelde werking van de mechanismen. Vroeger werden dynamieken ook wel verstrikkingen genoemd, een vorm van onbewust ingebonden zijn in je familie. Zo'n dynamiek kan generaties lang doorgaan. In dit blok zullen we een stuk of zeven veel voorkomende basisdynamieken de revue laten passeren en er uiteraard mee oefenen in kleinere groepen. Wat zijn de symptomen van een dynamiek als triangulering? Hoe ontstaat het in een systeem? Hoe herken je het in een opstelling?

Wat zijn mogelijke interventies? Deze dynamieken zijn in te delen naar de grotere principes van 'Erbij horen', 'Ordering', 'Balans in nemen en geven' en 'Bestemming'.

Inhoud

*Terugkoppeling uit oefengroepen
Basisdynamieken: theorie, demonstratie en oefenen
De 'route' door de opstelling en welke elementen opgesteld kunnen worden
Training deelvaardigheden: begeleiden van representanten; zinnen en uitspraken in een opstelling
De kracht in de vraag. Opnieuw komt het inleidend interview aan bod: Hoe kom je tot een verdichte vraag? Hoe zorg je niet verstrikt te raken? Hoe creëer je een setting waarin de vraag van de cliënt zich kan ontvouwen?
Gestalt van de opstelling: welk beeld spreekt uit de beginopstelling en welke aanwijzingen geeft dat voor een waarheid die naar voren wil komen?*

BLOK 4: Werkvormen in één op één setting (2 dagen)

In dit blok ligt de focus op het werken in een één op één setting. Hoe werk je met vloerankers? Welke toepassingsmogelijkheden zijn er bij een tafelopstelling? In welk opzicht vraagt systemisch coachen andere vaardigheden, vergelijkend met het begeleiden van een opstelling? Wat is er nodig voor een opstelling in de verbeelding?

Inhoud

*Vaardigheden van de systemisch coach
Elementen en formats bij een tafelopstelling
Mogelijkheden van een opstelling in de verbeelding
Toepassingsmogelijkheden in het werken met vloerankers*

BLOK 5: Online (2 dagen)

In deze twee dagen draait het om de online wereld van systemisch werk. Immers, de tijden zijn veranderd en online werken is onderdeel geworden van onze maatschappij. Zo ook met opstellingen begeleiden, coaching, of het volgen/geven van webinars.

In dit blok maak je kennis met SystemicVR en/of andere online opstellingsvormen, leer je hoe je kunt waarnemen in een online setting, maar ook welke verschillende werkvormen en mogelijkheden er zijn.

Deze twee dagen zijn iets korter, van 09:30-12:30 uur en van 13:30-16:30 uur.

Inhoud

*Leren waar te nemen in een online setting
Tafelopstellingen in een online setting
Een introductie op online opstellingsvormen
Oefenen met online opstellingsvormen
Casuïstiek
'Deel' opstelling in een online setting*

BLOK 6: Hanteren van trauma en werken met innerlijke delen (2 dagen)

Als begeleider van opstellingen heb je regelmatig te maken met trauma's. Dat kan een familietrauma zijn of een individuele trauma gebeurtenis van de cliënt. Hoe herken je het? Wat heb je te doen of juist te laten als begeleider? Werken met een trauma (reactie) vraagt de nodige kennis. In dit blok gaan we dieper in op de achtergrond van trauma en op de vaardigheden die het van jou als begeleider vraagt.

Daarnaast besteden we in dit blok ook aandacht aan 'het werken met innerlijke delen'. Dit zijn in werkelijkheid geen echte delen in ons lichaam, maar het is een metaforische manier om de verschillende innerlijke delen, die we gaandeweg in ons leven hebben opgebouwd, een plek te geven. Een plek door bijvoorbeeld re-integratie, door hernieuwde kennismaking, of door het inzichtelijk maken van deze delen en te kijken naar de onderlinge verhoudingen.

Inhoud

Definitie van en theorie over trauma

Signalen van trauma

Ontwikkelen van vaardigheden om trauma te begeleiden

Re-integratie innerlijke delen

Conflict/dilemma's van innerlijke delen

Reflectieverslag

Na dit blok word je uitgenodigd om een reflectieverslag te schrijven. Waar sta je in de opleiding en hoe verhoud je je met systemisch werk? Wat zijn twijfels en voorbehouden? Welk spoor zie je voor jezelf: begeleiden van opstellingen, integratie van het systemisch gedachtengoed in je beroepspraktijk of vooral persoonlijke ontwikkeling? Wat heb je nodig in het laatste deel van de opleiding?

BLOK 7: Praktijk en Supervisie (2 dagen)

In dit blok begeleiden deelnemers een gastcliënt onder supervisie van de docent. Er is veel oefengelegenheid en gelegenheid tot feedback en feedforward op je innerlijke houding en je vaardigheden. We herhalen, verdiepen de technische vaardigheden en scherpen het proceswerk aan. We richten het zodanig in dat elke opstelling leerzaam is voor iedereen. Het is een soort co-creërend leren.

We bieden ook een model: de drie pijlers onder opstellingen-werk. Met als doel om je nog meer bewust te worden van je eigen stijl en die verder te ontwikkelen. Ontwikkelen betekent dat ook je onderliggende principes mee blijven ontwikkelen. Je te laten bevragen over de congruentie in jouw manier van werken, maar ook je drijfveren en principes; dit vormt de basis onder de ethiek van dit werk.

Inhoud

Model: Drie pijlers onder systemisch werk

Contra-indicaties en ethiek: wanneer doen we ge'én opstelling?

Generatierij

Supervisie met eigen cases of cases van gastcliënten

BLOK 8: Ik en mijn begeleiderschap (3 dagen)

Dit laatste, driedaagse blok zetten we de puntjes op de i. Op de techniek én op jouw begeleiderschap. Daarnaast staat het in teken van integratie en inzichten.

Hoe verhoudt het systemisch werk zich tot andere werkvelden, opleidingen en achtergronden van jou? Welke integratievragen van beroepsleven en privéleven dienen zich nog aan? Welke dynamieken in de familieachtergrond hebben meegespeeld en kunnen aanleiding geven tot een bepaalde gevoeligheid bij het begeleiden van opstellingen.

Dit is ook een blok van inzichten: welke aspecten van het begeleiderschap staan dichtbij, welke staan verder weg?

Inhoud

Het opstellen van de innerlijke houding

De kunst van het helpen (Bert Hellinger)

Welke rol spelen dynamieken in de eigen achtergrond bij het begeleiden van opstellingen

Supervisie, bij het begeleiden, al dan niet met een gastcliënt

CV integratie

Afsluiting en certificaten