

Het systeem weet het!

Systemische principes en hun dynamieken in families én organisaties.

Op een zaterdagmorgen in januari kwamen we in Zuidhorn bij elkaar voor een workshop tafelopstellingen met Rolf Eikenhout. Het werd een bijzondere ochtend. In dit artikel wil ik een indruk geven van twee casussen die aan de orde zijn geweest en hoe tafelopstellingen kunnen werken. En misschien herkent u iets van uw eigen verhaal.

Vooraf

Het werken met (tafel)opstellingen levert niet direct oplossingen. Er kan wel inzicht en beweging ontstaan. N.B. Daar waar 'vierkant' genoemd wordt, heeft het vaak de betekenis van 'mannelijk'. Daar waar 'rond' beschreven wordt, heeft het vaak de betekenis van 'vrouwelijk'.

Casus 1

IK (vrouw) heb het gevoel van vastzitten en niet verder te kunnen. Ik zoek beweging, inspiratie, een drive om iets te kunnen vormgeven. Ik denk aan onderdrukking van het vrouwelijke. Ik hou me zelf aan de zijlijn. De loyaliteit naar mijn moeder speelt hier een rol. 'Hier zit ik vast en het is absoluut.' Ik heb ooit een besluit genomen: 'eerst de wereld en dan ik - eerst wereldvrede en dan ik.'

De opstelling:

Op tafel ligt een rond werkvlak. Dit staat voor de wereld/aarde.

Voor het **Kleine meisje** vind ik het kleinste blokje veel te groot. Er komt een klein poppetje met rugzak uit een doos. Dit is goed voor mij. Ik zet haar midden op de aarde. Dit voelt verloren.

Mijn vader (groot vierkant blok) zet ik aan de rand. Hij staat niet achter me en hij kijkt naar me. Voor mij is hij onbereikbaar.

Mijn moeder (groot rond blok) - het is niet direct duidelijk wat haar plaats is. Rolf: 'Twijfel mag er zijn.' Moeder komt uiteindelijk pal voor het kleine meisje te staan. Bij navraag blijkt dat moeder behoorlijk in de weg zit. Er blijkt nu een strijd te zijn tussen de 'plek' en de 'wenselijke plek'. 'Dit vertroebelt mijn blik'.

De loyaliteit (klein vierkant blok) zet ik pal achter het kleine meisje. De associatie is het mannelijke in de wereld, een kracht en daadkracht. Bij navraag blijkt het om 'daadkracht' en niet om 'daderkracht' te gaan.

Rolf: 'Wat kun jij doen? Welke beweging kun je maken?'

En: 'Wordt het vrouwelijke onderdrukt?'

IK: De opstelling is 'benauwend'. (zie foto 1)

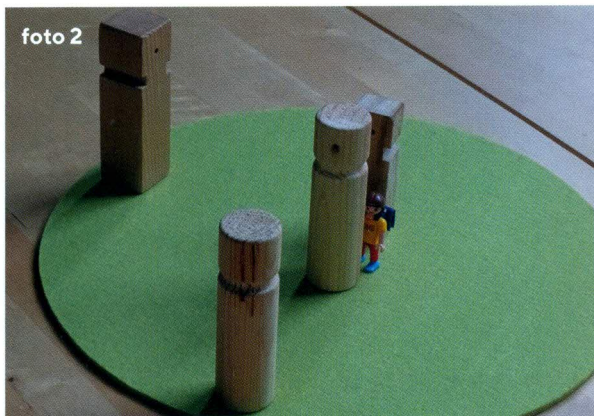
Rolf stelt voor om **vrouwelijkheid** op te stellen. Ik zet haar (groot rond blok) aan de rand van de aarde in de lijn van mijn moeder. Vrouwelijkheid geeft rust. Ik zie dat ik er geen zicht op heb. Dit is in de opstelling ook letterlijk zo.

(zie foto 2)

Rolf: 'Wat is nu de minimale beweging die je kunt maken?' Ik ga iets opzij en zie dan de vrouwelijkheid in de verte. De benauwdheid verdwijnt. Een fijn beginnetje. Het gaat hier over mij!

Casus 2

Het is alsof ik mezelf verlies in verbinding met mijn man. We zijn 25 jaar samen en hebben twee kinderen, een meisje (23 jaar) en een jongen (21 jaar). Ik voel me snel aangevallen en andersom. In het begin van de relatie was ik het 'moedertje'. Hier heb ik mezelf van losgemaakt. En nu hebben we veel strijd. Hij (mijn man) had een moeizame relatie met zijn moeder. Ik wil die moederrol tegenover



hem niet (meer). Wie ben ik en wie zou ik willen zijn? De zorgende vrouw? De zelfstandige, onafhankelijke vrouw of de 'vrouw op de camping' (die de ruimte zoekt)? Het is verwarrend, waar moet ik voor kiezen?

De opstelling (zie foto 3)

Mijn man (klein vierkant blok) zet ik aan de rand van het werkoppervlak.

De moeder van mijn man (groot rond blok) komt naast mijn **man** te staan. Ik aarzel of ik haar ver weg of dichtbij zal zetten. Ik besef dat ik het lastig vind, maar ik begrijp het wel.

Mijn dochter (klein rond blok) – zet ik in het midden. Ze kijkt naar vader.

Mijn zoon (klein vierkant blok) komt naast mijn dochter en kijkt een andere kant op.

De zorgende vrouw (groot vierkant blok) – ze komt enigszins tussen mijn man en mijn kinderen te staan. Ze is sterk, krachtig, heeft overzicht en leidt alles in goede banen. Ze heeft niet zo'n goed contact met mijn man. 'Hij voelt zich klein.'

De zelfstandige, onafhankelijke vrouw (groot rond blok) krijgt haar plek aan de andere kant. Ze kijkt langs de opstelling naar buiten. 'Hier heb ik ruimte, vrouwelijke kracht en speelsheid. Ik voel hier meer contact. Ik zie dat ik afstand houd omdat anders zijn moeder lastig wordt.'

De vrouw op de camping (groot rond blok) blijft dezelfde als de zelfstandige, onafhankelijke vrouw. Ze wordt zo gedraaid dat de kinderen in zicht blijven. Ik heb de kinderen graag bij me. Het voelt verdrietig en gespleten. Haar man lijkt zo dichterbij de kinderen te komen. Rolf: 'Lok je hem uit de tent of juist in je tent? Je eigen tent?'

En tenslotte nu **IK** (groot rond blok) – IK begin op de rand waar IK iedereen kan zien.

Rolf: 'Waar wil **jij** het liefste zijn?' Ik wil een kleine vrouw naast de kleine man, om even groot te zijn. Dit is mijn verlangen. Ik vind het nog mooier als we samen in het midden staan.

Rolf: 'Op welke plek ga **jij** het meeste veranderen?' en 'Hoe kom je in die positie?' Ik ga dichterbij mijn man. Rolf: 'Eerst proberen en voelen.' Ik sta nu tegen **de zorgende** aan en dit voelt beter. Er is nu een stevig blok ontstaan.

Voor nu: het is wat het is. IK merk dat het nu steunend is in plaats van dat het uitgeput voelt. Rolf: 'En als dit lukt wat gebeurt er dan?' 'Ik mag me af en toe ook terugtrekken. De campingvrouw komt bij het stevige blok te staan. Er staat nu een stevige constructie van drie vrouwen – een stevig zelf. Alle drie de 'vrouwen' maken mij tot wie ik ben. Ik hoef niet meer te kiezen! Wat een opluchting'. (zie foto 4)

Slot

Reacties van deelnemers: 'Alles blijft dicht bij de persoon staan. Het is boeiend, spannend, verhelderend. De werkwijze is veilig. En ja, het systeem weet het. En niet alleen het systeem weet het. 'Ik wist het al wel, maar nu zie ik het ook!'

Over Rolf Eikenhout

Rolf Eikenhout werkt sinds 2007 samen met zijn vrouw Susan in hun Praktijk voor Persoonlijke Groei in Zuidhorn. Hij heeft opleidingen voor familie- en organisatieopstellingen en systemisch coachen gevolgd bij het Bert Hellinger Instituut. Hij combineert zijn analytisch vermogen met intuïtie, verstand en gevoel.

Meer informatie:

rolf@praktijkvoorpersoonlijkegroei.nl
www.praktijkvoorpersoonlijkegroei.nl

Transpersoonlijk.net, netwerk voor zorgprofessionals

Transpersoonlijk.net (TPnet) is hét netwerk voor de coach, counselor & therapeut

Lid worden

Word lid en je ontvangt een webpagina.

Voor nog meer voordelen zie:

www.transpersoonlijk.net/info-lidmaatschap/

