



**brainsight**  
*a different point of you*

# INFO

## een opstelling

Een opstelling is een ruimtelijke, driedimensionale weergave van een te verkennen vraagstuk, situatie of thema.

Dit kan individueel zijn, met een team of met een groepje in een meer besloten setting. Met elkaar gaan we op verkenning. Aan de hand van bepaalde wetmatigheden, die je in veel systemen en in de natuur om ons heen ook tegenkomt, neem ik je als – professioneel systemisch coach en opsteller – mee.

Doordat we werken vanuit een voor jou actuele vraag, thema of situatie, pluggen als het ware in op het informatieveld daarvan. Je zult ervaren dat zowel mensen als dieren (bijv. paarden) haast als vanzelf op deze informatie aansluiten, intuïtief. Representeren noemen we dat. Je kunt mensen zelf opstellen, als elementen uit je vraag. Dat leg ik je dan uit. Of zij doen dit zelf, dat kan ook. Indien er (ook) met paarden wordt gewerkt; die regelen dit volkomen instinctief. Er wordt vervolgens heel duidelijk hoe de elementen zich tot elkaar verhouden. Daar werken we mee verder.

Met systemische interventies die passend of nodig zijn, ondersteun ik dit proces. Soms om een impasse te doorbreken, om iets zichtbaar te maken of om ruimte te bieden aan een beweging, die vanuit de opstelling, ontstaat of gemaakt wil worden.

De werking van een opstelling laat zich lastig in woorden vangen. De kracht ervan schuilt vooral in de ervaring zelf. Toch is het allerminst zweverig of vaag. Integendeel. Het is effectief, life-changing en het geeft inzichten waar je soms al onnodig lang naar toe onderweg bent. En dat maakt indruk, ook op jou. Zeker weten. Mag ik je van harte uitnodigen met je vraag?

Liliane Hommers, Systemisch & Mindset Coach

*Liliane*

Brainsight.nl  
06 24701658

copyright 2018