



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 – opsteller en coach – mee in dit mooie en veelal verdiepende proces.

Doordat we werken vanuit een voor jou actuele vraag, thema of situatie, pluggen we 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. Resoneren noemen we dat. Je kunt mensen of objecten opstellen, als elementen uit je vraag. Dat leg ik je allemaal uit. Of mensen/paarden doen dit zelf. Ook dat kan. Indien er (ook) met paarden wordt gewerkt; zij regelen dit volkomen instinctief. Er wordt vervolgens heel duidelijk hoe bepaalde elementen zich tot elkaar verhouden. Daarmee werken we verder.

Met systemische interventies die passend of nodig zijn, ondersteun ik, waar nodig, dit proces. Bijvoorbeeld om een impasse te doorbreken, om iets zichtbaar te maken of puur door 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 in de ervaring zelf. Het is allerm minst zweverig of vaag, integendeel. Het geeft inzichten waar je soms al onnodig lang naar toe onderweg bent. Het maakt je meer bewust. Weet je van harte welkom, met (of zonder) concrete vraag/thema.

*Liliane*

