

Informatieblad systemisch werken

Meestal brengt systemisch werken in individuele begeleiding of met een groep een intense ervaring mee, zowel voor beginners als voor gevorderden.

De methode van systemisch werken is speciaal ontwikkeld om op een andere manier, soms een geheel nieuwe manier, de realiteit te ervaren. We komen snel tot de kern, de essentie. Soms werken we daarbij met representanten van innerlijke delen, familiesystemen en/of organisatiesystemen.

Vrijwel iedereen die bekend is geraakt met systemisch werken merkt hoe krachtig het effect kan zijn van een vraag die een systemische laag raakt. Het stellen van een vraag kan een interventie op zichzelf zijn.

Systemisch werken kan ons zelfbeeld en de manier waarop we de wereld om ons heen ervaren, veranderen. Het vertrouwde gevoel van 'zelf' en van de wereld om ons heen kan (tijdelijk) veranderen.

Elke deelnemer aan systemisch werken neemt haar/zijn eigen mentale en emotionele geschiedenis mee zoals die zich in uiteenlopende levensgebieden aandient: familie van herkomst, persoonlijke relaties, zakelijke relaties, werk. Deels bewust en deels onbewust.

Het emotioneel raken van een plek, die we mogelijk nooit eerder als kwetsbaar hebben ervaren, kan incidenteel innerlijk een poos tot verwarring leiden. Dat is normaal. En het is meestal zo dat ervaringen met systemisch werken ook nawerking hebben. Soms passen deelnemers systemische inzichten toe in door direct na hun ervaringen iets te doen of ergens mee te stoppen. Ook komt het voor dat inzichten pas na een poos leiden tot een actie.

Het is belangrijk dat elke deelnemer zich realiseert dat systemisch werken op vrijwillige basis gebeurt. Deelnemers mogen rekenen op een begeleiding waarin we doen wat mogelijk is om een veilige sfeer te waarborgen. Deelnemers zijn verantwoordelijk voor hun fysiek en psychisch welzijn, keuzes en acties op basis van ervaringen die zij hebben gehad met systemisch werken, inclusief als het gaat om een eventuele behoefte aan aanvullende begeleiding.

Elke deelnemer heeft steeds de mogelijkheid om aan te geven of het (verder) werken met deze methodiek wel of niet (meer) in orde is. En dat respecteren we.

Mocht je vragen hebben of iets anders willen delen, dan blijf er niet mee rondlopen en neem contact met me op. Het gaat om jouw welbevinden.

Anke Kootstra

Gezien en akkoord

E contact@financieninbalans.nl

Naam.....

T +31137370011 | +31651318103

Plaats.....

I www.financieninbalans.nl

Datum.....