

## Opvoedopstellingen

**Een opvoedopstelling** is een vorm van oudercoaching waarbij we op een systemische manier naar de vraag kijken. Hierbij kijken we via jou als ouder naar wat er op dat moment voor jou en voor je kind op een diepere laag speelt. Kinderen kunnen in hun gedrag spiegelen wat er in ouders leeft. Alleen aandacht voor gedragsverandering van het kind is dan niet voldoende.

Het kan gebeuren dat je in de opvoeding tegen dezelfde vraag aan blijft lopen. Ondanks dat je al allerlei dingen hebt geprobeerd en misschien hulp hebt gezocht, blijft de vraag bestaan. Het kan zijn dat er iets speelt in de onderliggende dynamiek in het gezin.

In de opstelling maken we gebruik van vloertegels, in verschillende kleuren en maten. Deze vloertegels representeren jezelf, je familie- en gezinsleden. Jij legt je gezinsleden neer op de grond en je neemt je eigen plaats in. Op deze manier sta je letterlijk in de dynamiek van je gezin. Je voelt precies hoe de verhoudingen zijn, naar je kind(eren), naar je partner en wat daarin speelt t.a.v. de opvoed vraag.

Hoe je de tegels neerlegt zegt meer over een dieper innerlijk beeld dan je zou kunnen bedenken. Het is een andere waarheid die je ook leeft in je gezin. Dit innerlijk beeld spreekt. Je herkent het en de puzzelstukjes vallen op zijn plaats. Het wordt zichtbaar waar je zoektocht eigenlijk mee te maken heeft. Bijvoorbeeld, wat maakt jou of je kind nu zo boos?, of waarom vind je het zo moeilijk om je grenzen aan te geven.

Door het zichtbaar te maken kunnen we ook stappen nemen richting de oplossing. Deze oplossingen zijn fundamenteel en blijvend. De veranderingen die ontstaan zullen doorwerken op de dynamiek in het gezin en op het gedrag van je kind. De relatie tussen ouder en kind krijgt vruchtbare grond waarop met alle kennis verder gebouwd kan worden en dan ook stand houdt.

Het is gebleken dat via deze methodiek duidelijk wordt of grote gebeurtenissen die in jouw familiegeschiedenis hebben plaatsgevonden nog steeds belastend zijn voor jou en/of voor je kinderen. Niemand staat op zichzelf. Systemen zijn van grote invloed op hoe wij bewegen en functioneren, degenen die deel uit maken van het systeem beïnvloeden elkaar bewust en onbewust. Iedere ouder heeft een eigen familie geschiedenis en zal dus een ander, persoonlijk, beeld laten zien.

"Neem ergens in je reis de tijd om achterom te kijken en te genieten van het uitzicht."

Een opvoedopstelling is met één van de ouders zonder het kind.

