

Deel3

Modules bij familieopstellingen

## Module contact herstellen

Deze module is van belang wanneer de cliënt niet in staat is om contact te maken, in te ademen en te voelen wat er is. Er is contact nodig om te kunnen werken in een opstelling.

De module pas je toe wanneer:

- de cliënt werkelijk contact met de begeleider vermijdt.
- de cliënt onvoldoende in contact is met de representanten.
- de cliënt in trance is.

Optie 1 – basisoefening voor contact:

1. Cliënt en begeleider staan tegenover elkaar, maken oogcontact en zijn in het hier en nu.
2. De begeleider probeert de ziel in de ogen van de cliënt te ontmoeten.
3. Ze richten aandacht op elkaar en verdiepen dit.
4. De cliënt verduurt de intensiteit en voelt wat opgeroepen wordt en laat het diepe contact toe. De begeleider let er op dat het kijken, voelen en inademen wordt geïntegreerd.
5. Daarna wordt het afgerond.

## Optie 2 – contact verbreken en herstellen

1. Cliënt en begeleider staan tegenover elkaar, maken oogcontact en zijn in het hier en nu.
2. De begeleider vraagt aan de cliënt:
  - a. Heb je oogcontact met beide ogen op dezelfde manier?
  - b. Experimenteer met 1 oog. Met welk oog zie je meer of minder?
  - c. Heb je enig idee wat er gebeurt als je met beide ogen kijkt, met de kwaliteit van het oog waarmee je het meeste contact maakt?
  - d. Afhankelijk van de antwoorden breng je als begeleider kleine verschuivingen aan met het oog op symmetrie in de ogen.
3. Vervolgens stap je als begeleider naar achteren zodanig dat de cliënt het ervaart als dat het contact wordt verbroken.
4. De begeleider vraagt aan de cliënt:
  - a. Wat is er veranderd?
  - b. Welk gevoel heb je en waar voel je dat?
  - c. Welke zin of woord zou je aan dit gevoel geven?

## ◇ Module afbakening

Deze module gebruik je als iemand zijn plek in moet nemen, eigen verantwoordelijkheid moet dragen of als er respect naar anderen nodig is. Er is sprake van patronen bij:

- Triangulatie
- Parentificatie
- Kinderen die iets dragen wat niet van hem/ haar is
- Aanmatigend gedrag van een kind

Belangrijk is dat er onderscheid komt tussen ik en jij. Dit zorgt er ook voor dat je volwassen kunt zijn in het moment en bewuster keuzes kunt maken.

In stappen:

1. Cliënt kiest representanten voor zichzelf, vader en moeder en stelt deze op.
2. Je checkt hoe het met de representanten gaat.
3. Vervolgens zet je de representanten neer, vader links, moeder rechts en representant cliënt tegenover de ouders.
4. Cliënt neemt plaats van zijn/ haar representant in. Vraag hoe dit is voor de cliënt.

5. Zeg onderstaande zinnen voor die worden nagezegd door representant en cliënt en in contact worden uitgesproken:
  - a. “Ik ben jouw vader, jij bent mijn zoon/ dochter”
  - b. “Jij bent mijn vader en ik ben jouw zoon/ dochter”
  - c. “Ik ben jouw moeder, jij bent mijn zoon/ dochter”
  - d. “Jij bent mijn moeder en ik ben jouw zoon/ dochter”
  - e. “Hier naast mij staat mijn vrouw, jouw moeder. Wat er tussen mij en jouw moeder is gebeurd, is onze verantwoordelijkheid en niet die van jou. Daar blijf jij buiten.”
  - f. “Hier naast mij staat mijn man, jouw vader. Wat er tussen mij en jouw vader is gebeurd, is onze verantwoordelijkheid en niet die van jou. Daar blijf jij buiten.”
  - g. “Jij bent mijn vader en jij bent mijn moeder en ik ben jullie kind en dit is mijn plek.”
6. Bedank elkaar en ontrol.

**!** *Gebruik de juiste duiding voor de status van de relaties, bijv. ex-partner.*