

## Zo gaat een opstelling in zijn werk

Elke opstelling begint met een vraag van een cliënt. Vervolgens gaat de opsteller samen met de cliënt op zoek naar de **kern van de vraag**. Naar dat waar het werkelijk om gaat. In een groepsopstelling wordt vervolgens gewerkt met **representanten**. Zij vertegenwoordigen iets of iemand uit jouw systeem. Dat kunnen je ouders zijn of bijvoorbeeld je partner, maar ook verlangens, blokkades, gevoelens, instituten, volkeren enz. Als de werkelijke vraag duidelijk is vraagt de cliënt representanten voor zichzelf, het verlangen en de blokkade, die intuïtief een plek in de ruimte innemen. Hierna ontwikkelt iedere opstelling zich anders. Steeds weer nieuwe representanten worden gevraagd voor nieuwe personen en aspecten van het systeem. **Ze mogen zich vrijelijk door de ruimte bewegen en zullen de emoties voelen die bij de persoon of het aspect horen**. Er wordt liever niet gesproken. Alleen heel essentiële gevoelens of ervaringen worden gedeeld. In de loop van het proces zullen **oude verstrikkingen en patronen worden gezien en losgelaten** en kan een nieuwe dynamiek in het systeem worden waargenomen. Nieuwe inzichten kunnen ter plekke opkomen, maar het kan ook een paar dagen of weken duren. Hoe het ook gaat, het proces kan **zeer helend** werken. Niet alleen voor de vraagsteller, maar ook voor de representanten. Vaak staan die namelijk op een plek die voor hen een herkenbaar thema heeft.

## Thema's

In ieders leven is sprake van bepaalde **belemmerende thema's die steeds weer aandacht lijken te vragen**. In onze ervaring kennen Indische mensen vaak thema's als bescheidenheid, (on)zichtbaarheid, statusbewust zijn, niet voor jezelf opkomen, onderhuidse boosheid etc. Het is natuurlijk niet zo dat andere mensen dat niet ook kunnen ervaren, maar voor ons zijn deze thema's meestal verbonden met onze Indische familiegeschiedenis.

## Archetypen

Iedere cultuur kent zijn eigen geschiedenis met gebeurtenissen, verhaallijnen, instituties en geografische omstandigheden enz. In het systemisch werk noemen we dat ook wel archetypen. Deze archetypen zijn sterk bepaald door de culturele en economische omstandigheden van die tijd. Vaak hebben deze archetypen **trauma's veroorzaakt, die generaties lang de levens van familieleden kunnen beïnvloeden**. Voor Nederlanders zijn dat bijvoorbeeld de kerk, heksen, veenkolonies, oorlogen, de Duitsers of juist de Joodse slachtoffers. Maar in de Nederlands-Indische geschiedenis gaat het natuurlijk om heel andere zaken, zoals de VOC, de bersiap, Nyai's, de KNIL, de Indonesiers, de Europeanen, de Japanners, politionele acties enz. enz.