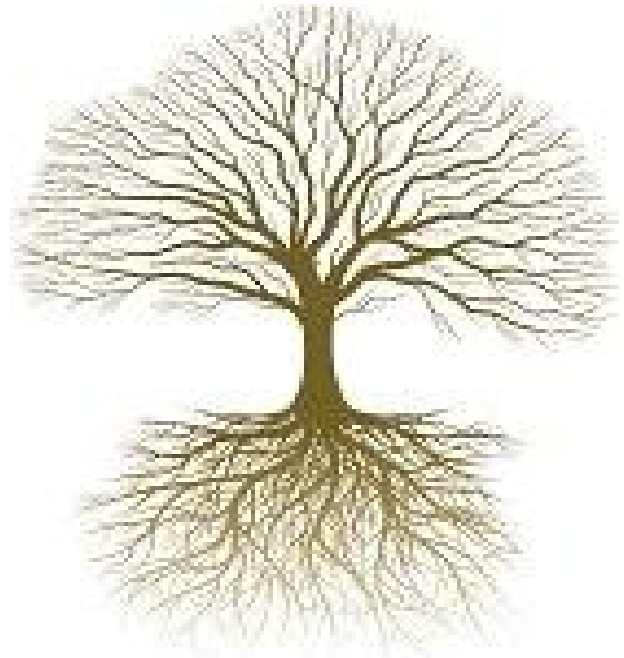


# Je neemt je familie mee naar je werk

DOOR SHIELTA RAMAUTARSING

Met de feestdagen achter de rug heb je weer goed zicht gekregen op je eigen familiesysteem. Wie waren erbij, welke plek was leeg doordat familieleden zijn ontvallen, wie onttrekt zich aan het familiesysteem, wie mag er niet bij zijn? In het bijzijn van familie val je weer terug in oude patronen en dynamieken die het systeem bijna als vanzelfsprekend laat zien. Ook de patronen die niet altijd even goed met het blote oog waarneembaar zijn, maar die wel gevoeld worden. En dynamieken die onzichtbaar zijn en waar je je niet zo bewust van bent.



Vaak denk je dat je in je professionele leven de dynamieken en patronen van je familiesysteem bent ontgroeid. Niets is echter minder waar. Je neemt je familie mee naar je werk en zowel je talenten, kwaliteiten als de problemen waar je in het werk tegenaan loopt, zegt veel over jouw plek in het familiesysteem. Zo komt bijvoorbeeld de plek aan de vergadertafel verrassend genoeg heel vaak overeen met de plek die je in het gezin aan tafel had, met alle daaruit voortvloeiende dynamieken.

***'Zwarte schapen zijn juist heel nuttig, zij doen een appèl op de disfunctionaliteit van een familiesysteem of organisatie.'***

**Wat is jouw plek in het familiesysteem?**

Als een cliënt bij mij komt met een werkgerelateerde vraag, dan onderzoeken we samen de plek die deze persoon inneemt in het familiesysteem. Veel van het gedrag dat wordt vertoont is te herleiden uit het familiesysteem. Je niet genoeg gezien, gehoord en gewaardeerd voelen op het werk kan te maken hebben met niet gezien,

gehoord en gewaard zijn als kind. Hard werken is een kwaliteit geworden, die voortkomt uit een copingsmechanisme, om dit in ieder geval op het werk wel te ervaren. Zwarte schapen in de familie, degene die niet welkom zijn omdat ze het familiesysteem ontregelen, zijn vaak op het werk ook de ontregelaars. Zwarte schapen zijn juist heel nuttig, zij doen een appél op de disfunctionaliteit van een familiesysteem of organisatie. Als zij echter ook in de organisatie als lastig worden gezien, kan strijd leveren een copingsmechanisme zijn. Dit zijn maar een paar voorbeelden. Op een dieper niveau gaan de werkgerelateerde coachvragen in de kern over ingesloten zijn, gehoord, gezien en je welkom voelen met alles wat je te bieden hebt. Uitsluiting tast je aan in je bestaansrecht; het recht om te mogen zijn wie je bent.

### **Familieopstelling**

*Werken met een familieopstelling is een effectieve methode om zaken te weten te komen over je eigen plek in een familie, een relatie of een organisatie. Een opstelling is eigenlijk een soort tableau vivant: een levende foto van een familie of organisatie. De cliënt kiest anderen uit om personen of elementen in die foto te representeren. Met een opstelling breng je dus letterlijk je omgeving, de mensen in je omgeving en de emoties en drijfveren van die mensen in kaart.*

*Het totale beeld levert inzicht op over je eigen rol en verhouding tot anderen in je omgeving. Een goede opstelling maakt heel duidelijk welke dynamiek de werkelijkheid heeft. Heel wonderlijk is dat de personen die een rol spelen in een opstelling, zich vaak net zo voelen als de personen in de realiteit. Deelnemen aan een opstelling kan soms heftige emoties met zich meebrengen, maar levert vooral verhelderende inzichten op, zowel voor de vraagsteller, de representant en voor de deelnemers die "getuige" zijn van de opstelling.*

*Meer informatie en aanmelden voor de Wij Zij & Ik familieopstellingen? Bekijk [hier](#) de data.*

Als jij op jouw plek in het familiesysteem staat, zal je ook met meer gemak je plek in je professionele leven en privé kunnen innemen. Daardoor ben je in staat meer invulling te geven aan je eigen bestaansrecht; het recht om te mogen en kunnen Zijn wie je bent. Het brengt je dicht bij het antwoord op de drie vragen: wie ben ik, wat drijft mij en wat is mijn toegevoegde waarde? Vragen die niet vanuit het hoofd, maar vanuit je Zijn een antwoord krijgen.

### **Je draagt bij je waar je vandaan komt**

Een familiesysteem behelst altijd ook voorgaande generaties. Je staat op de schouders van de generaties voor je en draagt bij je waar je vandaan komt. Als in de voorgaande generaties de familieleden niet op hun plek stonden, draag je dat ook bij je en beïnvloed dat je gedrag. Het is dan ook belangrijk om te weten wat je cultuurgeschiedenis is; de invloeden van grote gebeurtenissen zoals oorlog, migratie, rampen, vlucht verleden. Echter ook kleinere gebeurtenissen kunnen van grote invloed zijn, als dit belangrijk was voor de persoon. Alle onvertelde verhalen zijn juist

aanwezig en bepalen de dynamiek van je gedrag. Onverwerkte trauma's van je (voor)ouders kunnen je in het hier en nu belemmeren, om vrij op je eigen plek te staan. Het is belangrijk om hier zicht op krijgen, zodat jij vrij kunt zijn om je plek in te nemen. Daarom is het belangrijk dat verhalen stem krijgen, verteld worden en er mogen zijn. Het is de eerste stap naar heling.

### **Familieopstellingen**

Wil jij ook zicht krijgen op de patronen en dynamieken van jouw familiesysteem? In 2022 verzorg ik ook **familieopstellingen** Meer informatie en aanmelden? Klik dan [hier](#).

### **Zicht op jouw verhaal**

Op 11 & 12 februari verzorg ik samen met [Karin van Barneveld](#) de 2-daagse persoonlijk leiderschapsmodule "[De kracht van je eigen verhaal](#)". Door het eigen verhaal aan te kijken, stem te geven en in te sluiten, vergroot je je authenticiteit. Een eerste stap daarin is het insluiten van de uitgesloten verhalen. Wij werken samen om leefwerelden met elkaar te verbinden, vanuit gelijkwaardigheid. [Meer informatie en aanmelden kan hier](#).