**12 oktober 2024**

**Inspiratie-dag opstellen met gezinnen door Ingrid Dykstra**

Al 20 jaar werkt Ingrid systemisch met mensen die met de meest uiteenlopende aanleidingen, zorgen en vragen bij haar komen. Ook heeft ze jarenlang met Kinder- en Jeugdzorg Hamburg samengewerkt en met de familierechtbank, wat haar een diepe inkijk heeft gegeven in wat de mens nodig heeft.

Na wat omwegen en beproevingen, zoals dat gaat in het leven, heeft ze haar passie gevonden in het helpen om te genezen. En daarbij heeft het zoeken naar balans haar altijd al beziggehouden.

Hoe raak je uit balans, lichamelijk of geestelijk, en wat helpt om weer in balans te komen? De belangrijkste lessen daarover kreeg ze van kinderen en jongeren die uit balans raakten. Niks raakt haar dieper dan kinderen die in hun gedragsproblemen, ziekten of psychische nood naar een familiethema of disbalans verwijzen, die op een dieper niveau bereid zijn om deze last te dragen.

Ingrid groeide op in Duitsland vlak bij de grens van Nederland.
Haar opa was een Nederlander en daarom heeft ze van kinds af aan al een bijzondere band met Nederland. Ze is dan ook heel blij mee dat ze ook in Nederland dit werk kan doen, in het Nederlands.

Ze heeft inmiddels haar eigen Academy: Dykstra-Academy waar ze opleidingen en workshops geeft voor wie systemische met kinderen en jongeren wil werken. Ze schreef er ook boeken over en geeft een aantal keren per jaar een inspiratie-dag zoals deze, waarin gezinnen een opstelling kunnen krijgen en coaches na afloop enige uitleg krijgen.
Het is daarom ook een inspiratie-dag en geen trainingsdag.

***Wat***

Ingrid Dykstra werkt met gezinnen waar een probleem speelt. Het hele gezin is welkom, ook de allerkleinsten. Op deze dag werkt ze met familieopstellingen waarbij het hele gezin mee kan doen. Ze zegt altijd: ouders en verzorgers moeten, kinderen mogen!

Alle gezinsleden mogen zelf het gezin neerzetten zoals  hun innerlijk beeld is. De kinderen hebben de hele tijd de keuze om mee te werken, alleen maar te kijken of te gaan spelen in een voor hun klaar staande speelhoek. Meestal kiezen ze voor een mix uit alle drie keuzes, hun veiligheid staat centraal in dit werk.

Ingrid laat zien en voelen hoe belangrijk het is dat alle gezinsleden een eigen plek kunnen innemen en dat de ouders en verzorgers verantwoordelijkheid nemen voor hun eigen verhaal. Het resultaat is dat het systeem in beweging komt richting een oplossing.

Ingrid werkt ter plekke met gezinnen die zich daarvoor hebben opgegeven. Deze gezinnen zijn aanwezig voor de duur van de opstelling.
Degenen die zich opgeven voor de hele dag zijn aanwezig als representant. Deze dag is bedoeld om ouders de gelegenheid te geven een opstelling in een groep te laten begeleiden door Ingrid. Voor de representanten is het een gelegenheid om Ingrid te zien werken. Er is tijd voor enige uitleg; het is geen trainingsdag.

Hiervoor kunnen 3 gezinnen zich aanmelden voor een eigen opstelling.