

Workshop– “In de tijd zijn”

PGM Open

23 september 2025

Systemique

Marthe van der Molen

- Friezin & mama van 3
- Bedrijfskundige- en bestuurskundige
- Per toeval in aanraking gekomen met een organisatieopstelling, sindsdien gefascineerd
- **Missie: Systemisch inzicht in organisaties vergroten, zodat organisaties gezonder worden en hun (complexe) maatschappelijke taken beter kunnen vervullen**
- Opgeleid bij het Bert Hellinger Instituut
- Teamontwikkeling, Leiderschapsontwikkeling & trainingen in systemisch werk
- Taaie vraagstukken & potentieelgericht.

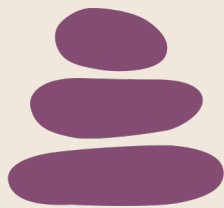


Verlangen om “In de tijd” te zijn

- Uit kunnen zoomen tijdens gesprekken/situaties, om doorbraken te vinden
- Begrijpen waar sommige gevoelens in het moment mee te maken hebben (bij jezelf en de ander)
- De onderstroom kunnen lezen én gebruiken, om interventies beter te richten
- De juiste dingen doen IN het moment
- Minder ‘had ik dit eerder kunnen weten’

Mini meditatie

Sluit je ogen en volg mijn stem



O.a.

- Verbinden met de oorsprong van jouw programma
- Het bestaansrecht en hoe dat nu (nog) voelbaar is
- Verbinden met de betrokken organisatie(s), jouw voorgangers en hun geschiedenis
- Verbinden met de toekomst: welke horizon heeft jouw programma?
- Wat is jouw horizon binnen het programma?

Systemique

Het NU



Systemique

Fenemenologisch waarnemen

1. Wat **zie** ik? (Ademhaling, kleur, beweging, houding, handen, spierspanning)
2. Wat ervaar ik in **mijn lichaam**?
3. Wat komt er **door iemand heen**? (bijvoorbeeld voor *wie wordt nog meer gesproken*, welke gebeurtenis/*thema* lijkt ongewoon belangrijk)
4. Welke **systemen** hoor/zie je allemaal?



Systemique

Oefening

1. Persoon A vertelt over een casus
2. Persoon B, C , D (en E) kiezen elk een spiergroep om zich mee te verbinden en nemen vanuit daar waar.
3. Uitwisselen wat je vanuit daar waarneemt en toetsen bij vraagsteller waar dat mee verbonden is
4. Wisselen (+ andere spiergroep kiezen)

Viertal/vijftal

30 minuten (3 rondes van 10 min)

Systemique

Reflectie

1. Wanneer wil jij meer in de tijd zijn?
2. Welke spiergroep ga je daarvoor de komende tijd bewust meer trainen/aanspannen?

In een korte ronde plenair inzichten delen.

Systemique

Meer weten?



Systemisch werk inbedden in jouw leiderschap?



www.systemique.nl

- ⊙ Advies
- ⊙ Opstellingen
- ⊙ Opleidingen

Systemique