

### ORDEN JE EIGEN SYSTEEM

Hoe ga je te werk:

Zet alles op een rijtje:

- Wie zijn de leden van je eigen gezin? Heb je een partner? Die hoort erbij. En je eigen kinderen.
- Wie zijn de leden van je gezin van herkomst? Jouw ouders, broers, zussen en evt. halfbroers en halfzussen
- De gezinnen van je beide ouders (en ouders waar jij door bent opgevoed)
- Personen die belangrijk zijn maar waarvan je niet precies weet welke plaats ze innemen.

Probeer van al deze personen zoveel mogelijk informatie te verzamelen. Over vroeger. Vraag eens naar oud zeer, praat eens over oud zeer. Oudere mensen vinden het vaak prettig om juist dit eens te vertellen! Pas wel op als er geheimen zijn. Heel voorzichtig doorvragen en als er ontwijkend wordt geantwoord: laat het rusten of vraag toestemming aan de nog oudst levende om het er over te hebben. Soms kom je er ook gewoon niet meer achter. Zijn er mensen waar je graag meer van wilt weten die niet meer leven? Vraag dan anderen. Liever eerst familie, en daarna goede vrienden die er nog zijn.

Noteer ook, of juist, de mensen waar nooit over is gesproken. De jong overleden kinderen, de miskramen en evt. abortussen. Dit laatste niet naar vragen. Alleen als je het weet.

#### **Harde feiten:**

Maak nu per persoon een beschrijving met daarin:

- Geboorte- en sterfdatum
- Waar, waaraan en onder welke omstandigheden is gestorven?
- Waren er familieleden buitengesloten, verdwenen of geëmigreerd? Waarom?
- Waar is geleefd en onder wat voor omstandigheden?
- Waren er opvallende ziektebeelden? Welke?
- Beroep/maatschappelijke status, maatschappelijke activiteiten, specifieke kwaliteiten, talenten, hobby's

- Eerdere verbintenissen: huwelijken, verlovingen, grote liefdes en indien bekend reden van verbreking
- Invloed van geloof
- Invloed van oorlog, ongelukken, crisissituaties of andere extreme omstandigheden
- Andere belangrijke zaken

### **Emotionele relaties:**

Wie ken je en wat is jouw emotionele relatie met diegene? Je kan alles opschrijven. Zie het als een dagboek en leef je uit. Subjectief mag! Beschrijf het lekker vanuit jouw eigen standpunt.

Schrijf ieder persoon op een post-it. Teken op de post-it een kijkrichting. Met een pijl of een > teken voor de neus. en plak die intuïtief op een groot vel papier. Een rol behang? Een vel van een flip-over? Filosofer, plak plakkers en maak aantekeningen.

Wat zie je?

Hier gaan wij dag 1 van PK2.0 mee aan het werk.