

## BASISINFORMATIE OVER SYSTEMISCH WERK – 2018

### WAT IS SYSTEMISCH

Een systeem is een geheel van elementen en hun onderlinge verhoudingen. Een aantal voorbeelden van systemen zijn: een familie, een organisatie, een land, een religie, de vrouwen, de mannen.

Wellicht bekend is het feit dat een systeem meer is dan de som der afzonderlijke elementen, maar minder bekend en uitermate belangrijk is dat er in een systeem een aantal wetmatigheden waar te nemen zijn, namelijk:

1. **Binding** - Iedereen binnen het systeem heeft evenveel recht op een plek
2. **Ordening** - Op basis van anciënniteit (de oudste komt voor de gene die daarna komt)
3. **Balans** - Er dient een evenwicht te zijn tussen nemen en geven

Wanneer aan één of meer van deze wetmatigheden niet voldaan wordt kan een systeem (een familie) niet naar behoren functioneren. Met systemische opstellingen bedoelen we: kijken en handelen met aandacht voor het gehele systeem en haar wetmatigheden. Aangezien de hierboven genoemde drie wetmatigheden zich op een volkomen onbewust niveau binnen een systeem afspelen kunnen we, bij een verstoring hiervan, alleen de symptomen ervan waarnemen. Het is te vergelijken met radioactiviteit: het is niet zichtbaar en niet voelbaar maar de symptomen zijn, na verloop van tijd, zeer duidelijk waarneembaar. Binnen een familie kan dit bijvoorbeeld betekenen dat één of meerdere gezinsleden daar, natuurlijk volledig onbewust, de symptomen van dragen. Mogelijke uitingsvormen daarvan kunnen zijn: Je merkt dat relaties steeds maar weer mislukken, dat je een hekel aan je moeder hebt, dat je werk je nooit echt bevrediging geeft of je loopt met gevoelens rond waarvan je geen idee hebt hoe je er aan komt. Zoals het gevoel er niet bij te horen of verdriet, woede, angst, het overheerst worden door bepaalde seksuele gevoelens, enzovoort. Maar ook veel verschijnselen zoals depressies, schuldgevoelens, psychische stoornissen, suïcidale neigingen of ziekten kunnen duiden op een verstoring van de systemische wetmatigheden. Wanneer een therapeut nu op het niveau van de uitingsvormen probeert om een oplossing te vinden zal dit in de regel geen werkelijke verandering bewerkstelligen. Men is dan immers bezig met symptoombestrijding in plaats van de oorzaak aan te pakken. Het aan het licht brengen van een “systemisch probleem”, dus waarvan de oorzaak zich op een onbewust niveau bevindt, vraagt een andere aanpak. In deze aanpak speelt het “geweten” een dermate belangrijke rol, dat we over de verschillende soorten “gewetens” hieronder nog iets meer informatie geven.

**GEWETEN** Wanneer we in het algemeen spreken over geweten, dan hebben we het over iemands individuele geweten. Wikipedia schrijft hierover het volgende: Het **geweten** (Duits: *Gewissen*, Grieks: *syneidèsis*, Latijn: *conscientia*, dat wil zeggen "bij of met zichzelf weten") vergelijkt een aangeleerde, ingeschapen of ingeboren ethische norm met een praktische situatie.

In de opvoeding wordt het geweten ontwikkeld omdat de ervaring leert dat menselijke neigingen erdoor in toom gehouden kunnen worden. Het geweten wordt metaforisch beschreven als de 'stem van het goede' in de menselijke geest.

In het systemisch werk worden er echter meerdere 'gewetens' onderscheiden. Een persoonlijke geweten, een systemisch geweten en een, zoals ik dit zelf al een tijdje noem, het geweten van het grotere geheel.

**Persoonlijk geweten:** De meeste mensen hebben een beeld van wat een persoonlijk geweten is namelijk 'als je iets goed doet heb je een goed geweten, doe je iets fout dan heb je een slecht geweten.' Vaak komen we in conflict met ons geweten, terwijl iedereen in je omgeving vindt dat je niets fout hebt gedaan voelt het toch als: "Ik heb het fout gedaan of ik ben de schuld". Je neemt bijvoorbeeld je nichtje mee naar de speeltuin en het nichtje valt uit de schommel. Theoretisch heb je geen schuld, maar je kan je behoorlijk schuldig voelen wanneer je tegen de ouders moet vertellen dat ze haar arm heeft gebroken.

**Groepsgeweten of systemisch geweten:** Het woord zegt het al, namelijk het is het geweten van het systeem. Het groepsgeweten of systemische geweten is een geweten van het systeem dat niet toelaat dat we iemand vergeten. Bijvoorbeeld het jong overleden kind, de abortus, de moordenaar, de zelfmoord in de familie, het verdronken kind. Wanneer iemand in het systeem niet gerespecteerd wordt dan gaan onbewust, zonder dat ze de persoon hebben hoeven kennen, leden van het systeem de plek innemen van de vergeten of stilgezwegen persoon. Het komt voor dat iemand een einde maakt aan zijn leven om een vergeten persoon te respecteren omdat de ziel niet toestaat dat we die persoon vergeten.

**Geweten van het grotere geheel:** Dit is het geweten wat voor ons niet makkelijk te omschrijven is. Het wordt ook wel het 'geweten van de geest', 'geest' of het 'spirituele geweten' genoemd. Je zou het ook nog het 'collectieve onderbewustzijn' kunnen noemen. Het is een geweten waarin wij ons als mensen verbonden met elkaar kunnen voelen.

John Sas  
06 – 2314 2320  
[john@sasinergera.nl](mailto:john@sasinergera.nl)  
[www.sasinergera.nl](http://www.sasinergera.nl)