

Boosheid en vrouw-zijn: een systemische verkenning

Voor veel vrouwen is boosheid een ingewikkelde emotie. We hebben geleerd om het in te slikken, te vertalen naar tranen, of ons ervoor te schamen. In onze opvoeding, de cultuur waarin we leven en door generaties van doorgegeven overtuigingen, is boosheid vaak iets geworden wat we liever niet voelen — laat staan dat we hier uiting aan mogen geven.

Toch is boosheid niet alleen destructief. Er zit kracht in. Levendigheid. Richting. Het kan een heldere stem zijn die zegt: hier ligt een grens. Wat als we die energie niet langer hoeven te onderdrukken, maar op een gezonde manier leren te dragen en te leven?

Tijdens deze ochtend duiken we samen met andere vrouwen in het thema boosheid, vanuit een systemisch perspectief. We werken met opstellingen en laten zichtbaar worden wat vaak verborgen blijft. Wat wil boosheid jou eigenlijk vertellen? Wat is van jou en wat draag je misschien voor een ander?

Je hoeft niets op te lossen. Wel mag je voelen, onderzoeken, ontdekken. Misschien ga je naar huis met nieuwe inzichten. Of met nieuwe vragen. Wat je ook meeneemt — je doet het samen, gedragen door een groep vrouwen die zich op eenzelfde manier wil verbinden met dit wezenlijke thema.

Deze bijeenkomst wordt gefaciliteerd door systemisch begeleider Nora van der Horst.



4 juli van 09.30 – 14.15



De ruimte, Kostverlorenweg 1d Amstelveen



€75,- inclusief lunch



Kleinschalig: ruimte voor max. 8 vrouwen



AANMELDEN via nora.elfamsterdam@gmail.com

Past de datum je niet, maar heb je wel interesse om op de hoogte te blijven? Stuur me gerust een mailtje!



Nora van der Horst

Systemisch begeleider en facilitator

Mijn naam is Nora van der Horst, 34 jaar en wonend nabij de Gaasperplas in Amsterdam Zuidoost. Met mijn bedrijf ELF organiseer en faciliteer ik systemische bijeenkomsten, voor organisaties en groepen. Ik ben opgeleid als organisatie- en familieopsteller aan het Bert Hellinger Instituut. Tijdens en na mijn opleiding merkte ik: er mist iets. Wat dat 'iets' was, vond ik tijdens een masterclass van Daan van Kampenhout. Zijn werk, diep geworteld in het Zuid-Afrikaanse systemische veld waar opstellingen hun oorsprong hebben, raakte me. Daan werkt met het hele collectief – en dat bracht mij een dieper besef van wat systemisch werk werkelijk kan zijn.

Daarnaast heb ik altijd een sterke roeping gevoeld om met en voor vrouwen te werken. Het thema boosheid is daarin voor mij persoonlijk ook een lange worsteling geweest. Ik herken de ingehouden, sudderende boosheid vaak in de vrouwelijke cliënten die bij mij aankloppen. "Niet voor niets", denk ik dan met een glimlach.

Met Tussen de Draden wil ik ruimte maken voor het systemisch verkennen van universele thema's die ons raken. Gevoelens en uitingen die we elk op onze eigen manier belichamen, maar waarin iets collectiefs voelbaar is – juist in een tijd waarin individualisme vaak het collectief overstemt.

Mijn website is in de maak, je kunt me vinden op [LinkedIn](#)