

Als je wacht op zelfvertrouwen, word je nooit stevig genoeg

Een reflectietool voor professionals die willen werken op de laag waar het ertoe doet... ook als het spannend wordt.

Hoe gebruik je deze tool?

Gebruik deze vragen niet achteraf als oordeel, maar als oefening in waarnemen.

Ideaal:

- na een overleg
- na een interventie die je níét deed
- of wanneer je voelt: “hier week ik uit”

Beantwoord eerlijk. Er is geen goed of fout.

Deel 1 – Het moment herkennen

Denk aan een recente situatie waarin je:

- iets zag of voelde
- maar het niet benoemde

Beantwoord voor jezelf:

- Wat zag of voelde ik precies?
- Wanneer wist ik: hier gebeurt iets belangrijks?
- Wat deed ik in plaats van interveniëren?

Deel 2 – De innerlijke zinnen (dit is de kern)

Welke zinnen herkende je in jezelf? (Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ *Nu is het niet het juiste moment*
- ☐ *Ze kunnen dit nu nog niet aan*
- ☐ *Ik weet nog niet hoe ik dit goed moet zeggen*
- ☐ *Laat ik eerst nog even aankijken*
- ☐ *Misschien ligt het aan mij*
- ☐ *Ik wil de relatie niet beschadigen*
- ☐ *Ik moet me eerst zekerder voelen*

Deze zinnen zijn geen waarheid. Het zijn beschermingsmechanismen.

Deel 3 – Wat wordt hier beschermd?

Elke inhouding beschermt iets waardevols.

Onderzoek:

- Wat stond er voor mij op het spel?
(bijv. erbij horen, competent lijken, invloed behouden)
- Waar was ik bang voor als ik dit wél zou benoemen?
- Wat zou er kunnen gebeuren in het systeem?

Dit gaat niet over zwakte.

Dit gaat over menselijkheid in een systeem onder spanning.

Deel 4 – Van persoonlijk naar systemisch

Stel jezelf nu deze vragen:

- Is dit gevoel alleen van mij?
- Of zegt het ook iets over de context waarin ik zit?
- Welke spanning draag ik misschien namens het geheel?

Onzekerheid ontstaat zelden los van het systeem. Je vangt iets op.

Deel 5 – De keuze

Dit is het kantelpunt.

Niet:

“Ga ik het voortaan altijd zeggen?”

Maar:

“Kan ik dit moment herkennen, zonder weg te bewegen?”

Vraag jezelf af:

- Wat zou er gebeuren als ik dit wél benoem, mét onzekerheid aanwezig?
- Wat is hier de meest effectieve interventie, niet de veiligste?

Je hoeft je angst niet kwijt. Je hoeft alleen niet meer te wachten tot hij weg is.

Afsluiting – positionering

Vakmanschap zit niet in altijd weten wat te zeggen.

Maar in blijven staan wanneer het spannend wordt.

Niet door harder te worden.

Maar door scherper te zien wat er in het systeem én in jou gebeurt.

Dit is geen eindpunt.

Dit is het begin van werken op senior niveau.

Wat nu?

Als deze reflectietool iets bij je openlegt,
dan heb je zojuist ervaren waar Powerplay over gaat.

In mijn nieuwe boek **Powerplay** (verschijnt 26 februari)
onderzoek ik waarom professionals aarzelen precies op de momenten die ertoe doen

en hoe macht, spanning en onzekerheid zich systemisch organiseren.

→ [Pre-order hier](#)

voor wie niet wil wachten op zelfvertrouwen, maar wil leren blijven staan.

Of luister naar mijn podcast voor andere inzichten: [Leiderschap in Samenwerking](#)

