

De Bewustzijnscheck vóór je Intervenieert

4 stappen die richting geven in het bepalen van welke interventie past

De vraag die ik het vaakst krijg, is deze: “Welke interventie zou jij hier doen?”

Meestal volgt er dan een korte schets van een team, een MT of een samenwerking waarin het schuurt. Er is gedoe, stilstand of terugkerende patronen waar niemand grip op lijkt te krijgen.

En eerlijk is eerlijk: die vraag is logisch.
Maar hij zet je zelden op het juiste spoor.

Begrijp me niet verkeerd...de juiste interventie kiezen is een absolute game changer, maar een interventie die in de ene context wel beweging creëert zet in de andere alles vast.

Wat het verschil maakt, is niet de interventie zelf, het is het bewustzijn waarmee je kijkt.

Verdieping: waarom “de juiste interventie” zo’n verraderlijk idee is

In complexe groepen en systemen bestaat geen universeel juiste ingreep. Wat helpend is, hangt altijd af van:

- de fase waarin het systeem zich bevindt
- wat er al geleerd (of juist vermeden) is
- hoe verantwoordelijkheden verdeeld zijn
- jouw positie als begeleider op dit moment

Zonder dat onderscheid wordt interveniëren al snel te persoonlijk of vooral bedoeld om spanning te reduceren. Dat voelt weliswaar actief, maar levert zelden duurzame beweging op.

Bewustzijn als grondlegger van beweging

Wat ik in de praktijk steeds opnieuw zie: bewustzijn gaat altijd vooraf aan impact.

Een groep die leert zien welk patroon zich herhaalt, wat stabiliseert wat vastzit en waar verantwoordelijkheid werkelijk ligt heeft veel minder interventies nodig. En hetzelfde geldt voor jou als professional. Zodra je scherper ziet:

- waar jij geraakt wordt
 - waar je wilt oplossen of redden
 - waar je misschien te snel handelt
- ontstaat er ruimte.

Op de volgende pagina’s vind je een aantal bewustzijnsvragen die je kunt gebruiken vóórdat je kiest wat je doet.

De Bewustzijnscheck

Stap 1 — Bewustzijn van het systeem

- ☐ Welk patroon zie ik zich hier herhalen, los van het actuele onderwerp?
- ☐ Wat probeert dit systeem in stand te houden, ook al is dat onwenselijk?
- ☐ Wat wordt vermeden, terwijl het voor iedereen voelbaar aanwezig is?
- ☐ Waar stukt de ontwikkeling steeds opnieuw?
- ☐ In welke ontwikkelfase bevindt dit systeem zich feitelijk (niet wenselijk)?

Als je dit nog niet helder ziet, is elke interventie voorbarig.

Stap 2 — Bewustzijn van rollen & verantwoordelijkheid

- ☐ Wie draagt hier structureel te veel verantwoordelijkheid?
- ☐ Wie neemt juist opvallend weinig verantwoordelijkheid?
- ☐ Waar wordt verantwoordelijkheid overgenomen of vermeden?
- ☐ Wat wordt hier persoonlijk gemaakt, terwijl het systemisch is?

Scheefheid in verantwoordelijkheid is vaak informatie, geen toeval.

Stap 3 — Bewustzijn van jouw positie als begeleider

- ☐ Wat raakt mij persoonlijk in deze dynamiek?
- ☐ Waar voel ik de neiging om te fixen, te sturen of te verzachten?
- ☐ Wat gebeurt er in mij als ik me voorstel nu niets te doen?
- ☐ Ben ik nog in dienst van het leerproces van het systeem of van mijn eigen spanning?

Je eigen staat is nooit neutraal. Hij werkt altijd mee.

Stap 4 — Bewustzijn vóór actie

- ☐ Wat wordt hier opgelost dat eigenlijk geleerd moet worden?
- ☐ Welke interventies heb ik al overwogen en waarom juist die?
- ☐ Wat zou hier gebeuren als ik minder doe, maar preciezer?
- ☐ Wat is nu de kleinst mogelijke interventie met systemische impact?

Niet méér doen. Preciezer doen.

Wat nu?

Deze check geeft je geen antwoord. Ze helpt je zien. En vaak geldt: zodra je ziet wat hier werkelijk speelt, wordt vanzelf duidelijk wat wél en niet helpend is om te doen.

Wil je hier verder mee oefenen? Tijdens mijn [One Day Workshop](#) kan je:

- je eigen casus onderzoeken onder mijn begeleiding
- feedback krijgen op wat je ziet
- next level theorie over systeemdenken haarfijn uitgelegd krijgen

Wees welkom!

[Meld je hier aan](#)

Of check voor meer verdieping mijn [podcast](#).

