
De onderstroom en de aanspreekcirkel

De onderstroom in teams en organisaties bestaat uit wat **niet direct wordt uitgesproken**: beelden, gevoelens, aannames en onuitgesproken gedachten die mensen meenemen vanuit hun leefwereld. Deze onderstroom is grotendeels onbewust, associatief en irrationeel, maar heeft grote invloed op sfeer, energie, onderlinge verhoudingen en uiteindelijk op prestaties en continuïteit. In die zin is de onderstroom vergelijkbaar met stroming in water: als zij meewerkt, kom je moeiteloos vooruit; als zij tegenwerkt, kost elke stap meer energie en kan uitputting volgen: een onderstroomriool vormt zich

Binnen de aanspreekcirkel krijgt de onderstroom aandacht doordat het gesprek **niet blijft hangen in de bovenstroom** (feiten, afspraken, plannen), maar ruimte maakt voor wat er werkelijk speelt. Door te starten met uitspreken en zorgvuldig door te vragen, wordt zichtbaar of de onderstroom constructief of destructief werkt. Dat is cruciaal, want zonder zicht op de onderstroom wordt elk gesprek over afspraken, verandering of samenwerking fragiel. De grootste toegangspoort naar de onderstroom zijn emoties verbaal- en non verbaal. Is er sprake van een onderstroomriool dan kunnen deze emoties heftig zijn.

Een **destructieve onderstroom** kenmerkt zich door wantrouwen, teleurstelling en herhaling van patronen waarin afspraken niet worden nagekomen. Frustraties stapelen zich op, verwachtingen blijven onbeantwoord en commitment wordt niet waargemaakt. Mensen voelen zich onzeker over hun functioneren en raken onduidelijk over wat er werkelijk speelt. Gelatenheid kan ontstaan: men ziet lijdzaam toe, soms cynisch of sarcastisch, en voelt zich niet gehoord of serieus genomen. De energie lekt weg en het gevoel er alleen voor te staan overheerst. Opvallend is dat organisaties in zo'n onderstroom vaak nog wel functioneren, gedragen door loyaliteit en inzet van medewerkers, terwijl de leiding de onderstroom nauwelijks waarneemt of deze probeert te beheersen met controle, systemen of onderzoeken.

Een **constructieve onderstroom** ontstaat wanneer mensen elkaar daadwerkelijk zien en horen. Afspraken worden nagekomen in woord én daad, er is ruimte om te leren en te ontwikkelen en mensen ervaren dat wat zij doen ertoe doet. Er wordt open gedeeld wat men vindt en nodig heeft, zonder direct te oordelen. Kwetsbaarheid krijgt plek: fouten mogen worden benoemd en onzekerheid mag bestaan. In zo'n onderstroom overheerst ontspanning, vertrouwen en het gevoel zinvol bezig te zijn. De Aanspreekcirkel ondersteunt dit door gesprekken te structureren langs uitspreken, bespreken, afspreken en aanspreken, waarbij steeds aandacht blijft voor wat onder de oppervlakte leeft.

In de praktijk ligt de onderstroom meestal ergens tussen destructief en constructief in. Juist daarom is het belangrijk om niet te wachten tot spanningen escaleren of onuitgesproken onvrede verhardt. De kern van de Aanspreekcirkel is dat het goede gesprek wordt hersteld: elkaar serieus nemen, ruimte geven om uit te spreken en nieuwsgierig blijven naar wat de ander bezighoudt. Niet door de maat te nemen, maar door het gesprek aan te gaan. Op dat moment wordt de onderstroom bespreekbaar en ontstaat beweging.

De onderstroom van een team of organisatie is bovendien meer dan de som van de individuele onderstromen. Ook klanten, cliënten, partners en andere betrokkenen kleuren de dynamiek. Iedereen die in contact staat met de organisatie draagt, bewust of onbewust, bij aan de richting van de onderstroom. Juist daarom is het voeren van het goede gesprek geen incidentele interventie, maar een doorlopende praktijk — waarin de aanspreekcirkel houvast biedt om de onderstroom niet te negeren, maar zorgvuldig en mensgericht te betrekken.

De onderstroom per fase van de aanspreekcirkel

Uitspreken – wat leeft er onder de oppervlakte?

Hier krijgt de onderstroom voor het eerst woorden. Gevoelens, spanning en twijfels mogen worden benoemd zonder oordeel.

Bespreken – hoe beïnvloedt dit ons?

De betekenis van wat is uitgesproken wordt onderzocht. Wantrouwen, teleurstelling of juist vertrouwen en betrokkenheid worden zichtbaar.

Afspreken – wat vraagt dit van ons?

Afspraken krijgen pas draagvlak als ze rekening houden met de onderstroom. Zonder aandacht voor wat leeft, blijft commitment fragiel.

Aanspreken – wat vraagt blijvende aandacht?

Door elkaar aan te spreken op afspraken en gedrag blijft de onderstroom in beweging. Zo voorkom je dat spanningen zich opnieuw opstapelen.
