Sluitsteen Management B.V.
Sander Verhoeckx
sander@sluitsteenmanagement.nl

SparkUp CoCreate
Reinhilde Mullenders
SparkUpCoCreate@gmail.com

DiSCO model: De Vier niveaus van betrokkenheid

"DiSCO" is een acroniem voor de vier niveaus van betrokkenheid: Drama, Situation, Choice en Opportunity. De "i" staat voor informatie (alles is tenslotte informatie). Dit model biedt een structuur om te herkennen hoe we gewoon zijn te reageren op omstandigheden en gebeurtenissen in ons leven. Het is geen magische pil. Wel kan het helpen met een sterke en effectieve volgende stap.

Drama: Wiens fout is het? Wie geef ik / geven wij de schuld?
- heel vaak is dit je eerste reactie tot een voorval. Je ervaart dit vanuit je emoties, die soms heel hoog op kunnen lopen. Ook heel vaak gepaard gaande met het zoeken naar een zondebok.
- denk hierbij aan veel emoties die je voelt / opgeroepen worden, de slachtofferrol pakken, zaken aan anderen toeschrijven / extern attribueren, etc.

* je bent ondergedompeld in de situatie en "dingen" komen op je af.

Situation: Hoe los ik / lossen we het snel op?
- dit gaat meer over feiten, het erkennen wat er eigenlijk gebeurt en (analyseren) van de reeks gebeurtenissen die je daar hebben gebracht;
- de focus ligt op het oplossen wat er fout is of niet werkt;
- "doe dit of doe dat, dat werkt voor mij goed…"

* je bevindt je nog steeds in de situatie en je probeert het op te lossen / dingen weer goed te maken.

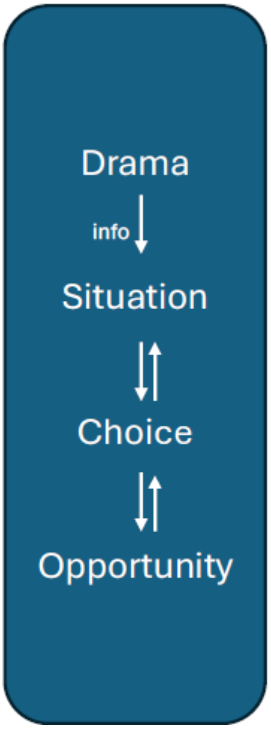
Terwijl je het niveau van Choice in gaat, is het alsof je een drempel passeert. Zodra je voorbij het willen beheersen c.q. beheersbaar maken stapt vindt er een (grote) verschuiving plaats.

Choice: Wie kies ik / kiezen wij om te zijn?
- het voorval kan je niet veranderen en je eerste reactie ook vaak niet, maar je kan wel in een tweede reactie kiezen hoe je ertegenover staat;
- hier kun je ook aanschouwen of je zelf, door je zijn, een aandeel hebt gehad om het drama te creëren;

- deze “keuze” gaat niet over wat te doen, maar de keuze van wie je wil zijn.
* je neemt (wat) afstand van de situatie en bent daardoor in staat om die situatie te aanschouwen.

Opportunity: Wat wil er gebeuren? Welke mogelijkheden zijn / ontstaan er?
- er is iets dat hier wil / kan gebeuren in je situatie;
- welke kans(en) ligt voor je klaar?;
- wat is de gelegenheid die beschikbaar is in wat er gebeurt? / wat zijn de mogelijkheden?;
- wat is de verschuiving die probeert te gebeuren of de boodschap die je aandacht probeert te trekken?
* ook hier begeef je je op afstand van de situatie en bent in staat om (nieuwe) mogelijkheden / perspectieven te ontdekken.

Neem de tijd om de kans (Opportunity) die op je wacht te ontdekken. Pas als je een idee hebt van wat er wil gebeuren en/of welke mogelijkheid je aanspreekt stap je “terug” in het niveau van Choice. Als je de “Opportunity” hebt herkend, wat begrijp je nog meer over de rol die je in de toekomst kan spelen? Hier kies je wie je wil zijn in (/ ten behoeve van) deze “Opportunity”. En ga vervolgens “terug” naar Situation om actie te ondernemen. Hoe is je perceptie en besef van wat er gebeurt gewijzigd?



…….