

HOE DAN?! HOW CAN THIS BE?!

The power and impact of
systemic work and constellations



Het verlangen
om te leven en te spelen
stuwde me voort
m'n nieuwsgierigheid
en enthousiasme
voor de wereld ontvouwde
zich in het leren
zonder eind

The desire
to live and to play
propelled me forward
my curiosity
and enthusiasm
for the world unfolded
itself in learning
without an ending

Geke Kiers

Inhoudsopgave

Table of Contents

Voorwoord Foreword	9
Leeswijzer Reader's Guide	17
Introductie Introduction	19
Mijn eigen reis My Personal Journey	24

1. Systemisch werk en opstellingen 	
Systemic Work and Constellations	29
1.1 Het krachtenveld The Force Field	29
1.2 De bovenstroom en de onderstroom	
The Upstream and the Undercurrent	33
1.3 Over opstellingen en andere interventies: hoe dan?!	
About constellations and other interventions:	
how can this be?!	36
1.4 Hoe dan?! How can this be?!	37

IN GESPREK MET/ IN CONVERSATION WITH

Joni Bais	40
Els van Steijn	51
Marc Boes	62
Siets Bakker	69
Julika Marijn	82
Elmer Hendrix	92

2. Waarnemen vanuit systemisch perspectief 	
Observing from the Systemic Perspective	103
2.1 Een systemische bril A Systemic Lens	103
2.2 De drie dynamieken die systemen reguleren	
The Three Dynamics That Regulate Systems	103
2.3 De drie dynamieken nog wat nader bekeken	
The Three Dynamics Examined Up Close	105
2.4 De drie mechanismen waarmee systemen	
overleven The Three Mechanisms That	
Allow Systems To Survive	111
3. Oplossend kijken naar problemen 	
Looking at Problems with Solutions in Mind	118
3.1 Je levensreis brengt vragen op je pad Your Life	
Journey Will Bring You Questions On Your Path	118
3.2 Opstellingen maken het onzichtbare zichtbaar	
Constellations Make the Invisible, Visible	123
3.3 Elke opstelling brengt gevoelens tot leven	
Every Constellation Brings Up Feelings	125
3.4 Elke opstelling kent een eigen proces en	
verwerking Every Constellation Has Its	
Own Way of Proceeding and Processing	126
3.5 Het genogram The Genogram	127



Leeswijzer

Ik ben benieuwd waar dit boek jou vond. Aan de keukentafel van een goede vriend of vriendin misschien, wachtend op een kop koffie. Terwijl je door dit boek bladert, pakt een van de interviews je aandacht. Of een bepaald stukje tekst. Of misschien zomaar een van de foto's of de rijkdom aan kleurige patronen. Dat is allemaal mogelijk en precies de bedoeling.

Het is voor mij een plezier en verrassing dat een aantal van mijn ideeën en ervaringen met en over het systemisch werk gebundeld zijn in dit keukentafelboek. En even bijzonder dat ze omringd worden door interviews. Prachtige gesprekken die ik mocht voeren met Nederlandse collega's en met deelnemers aan mijn basiscursus in Nederland en in Singapore. Zo werd het boek tot wat het nu is: een kleurrijke waaier van ideeën, inzichten en een rijk palet aan ervaringen met het systemisch werk. Tweektalig natuurlijk, omdat mijn werk zich afspeelt in Singapore en in Nederland. In Singapore is dit boek geboren, zou je kunnen zeggen. Op een mooie dag, waarop Anna me vroeg: "En, wanneer kunnen we een boek van jouw hand lezen? Daar verheug ik me op."

Leonard Cohen schreef in de inleiding van zijn boek *Beautiful Losers*: 'mag ik u voorstellen om de delen die u niet bevallen te skippen?'

Reader's Guide

I'm curious where this book finds you. Perhaps at the kitchen table of a good friend, waiting for a cup of coffee. As you browse through this book, one of the interviews might catch your attention. Or a particular piece of text. Or maybe just one of the images or the richness of the colourful patterns. All of that is possible and exactly the intention.

It's a pleasure and surprise to me that a collection of my ideas and experiences with and about systemic work have been bundled together in this coffee table book. And it's just as special that they're accompanied by interviews – beautiful conversations I was privileged to have with Dutch colleagues as well as participants from my foundation course in the Netherlands and Singapore. It's how the book turned into a colourful range of ideas, insights and a rich palette of experiences with systemic work. Bilingual of course, because my work takes place both in Singapore and in the Netherlands. You could say this book was born in Singapore, on one beautiful day when Anna asked me: "So, when can we read a book authored by you? I'm looking forward to it."

Leonard Cohen wrote in the introduction to his book *Beautiful Losers*: 'May I suggest that you skip the parts you don't like?'

Ook mijn boek is gemaakt om willekeurig te openen en daar te kijken waar de letters, de patronen of een foto je vinden. Begin bijvoorbeeld achterin, of halverwege. Of geniet zomaar af en toe van een deeltje dat je aanspreekt.

Dit is waar dit boek je in mee wil nemen; niet naar een bestemming maar naar een manier van onderzoeken en kijken. Zodat je zelf kunt gaan zien en bijdragen aan deze wondere wereld.

Geke Kiers, januari 2026

Executive Business Coach
werkt vanuit systemisch perspectief
In Singapore en Nederland, zowel persoonlijk als online

My book is made to be opened at random as well, for you to see where the letters, the patterns or an image find you. Start from the back, for example, or halfway through. Or simply enjoy a paragraph that speaks to you from time to time.

This is what this book wants to bring you to. It's not a destination but a way of exploring and observing, so that you can notice and contribute to this wonderful world yourself.

Geke Kiers, January 2026

Executive Coach
Works from the systemic perspective
In Singapore and The Netherlands, both in-person and online

Introductie

Het schrijven van dit boek *Hoe dan?! Over de power en impact van systemisch werk en opstellingen* voelt als een natuurlijke stap in mijn loopbaan. Niet omdat ik alle antwoorden heb, maar juist omdat ik nieuwsgierig en met een lerende levenshouding onderweg ben. Zoals we allemaal onderweg zijn in de wonderlijke en dikwijls complexe wereld waarin we leven en werken.

Het is niet voor niks dat uit die nieuwsgierige, lerende houding mijn werk is ontstaan. Adviseren en coachen past me als een jas. En met mijn klanten lijkt de verbinding altijd als vanzelf te ontstaan. Zonder die verbinding zou ik overigens niet alleen dit werk niet goed kunnen doen, ik zou me vooral niet senang voelen, niet op m'n best. Want verbinding, verbonden zijn en me verbonden voelen is voor mij als zuurstof in m'n leven.

Met dit boek geef ik een inkijkje in mijn werkend bestaan. Ik word er blij van. Sta er elke dag graag voor op. En nu deel ik het belangrijkste element ervan op papier, in boekvorm: het systemische werk. De power en de impact ervan en het hoe dan?! Dat voelt kwetsbaar maar tegelijkertijd waardevol. En met een glimlach kan ik zeggen: ik zie dit boek ook wel een beetje als mijn nalatenschap, ik ben al even onderweg. Om er direct aan toe

Introduction

Writing this book *How Can This Be?! On The Power And Impact of Systemic Work and Constellations* feels like a natural step on my career journey. Not because I have all the answers, but because I'm walking my path with a curious and investigative attitude towards life – as we're all on our own journeys in this wonderful and often complex world we live and work in.

It's not without reason that my work has emerged from this curious, investigative attitude. Consulting and coaching fits me like a glove. And with my clients, the connection always seems to arise naturally. Without that connection I wouldn't only be unable to do this work well, but I wouldn't feel *senang* – I wouldn't be at my best. Because connection, being connected and feeling connected is like oxygen in my life.

With this book I'm offering a glimpse into my working life. It brings me joy. I happily get out of bed to do it every day. And now I'm sharing the most important element of it on paper, in book form: systemic work. Its power and impact, and the *how can this be?! It feels vulnerable yet valuable at the same time. And I can gladly say that I see this book as a bit of my legacy too – I've been on this road for quite some time now. To also add to that quickly:*

voegen: en ik ga er graag met iedereen over in gesprek. Of, om met Herman van Veen te spreken: “Er is geen haar op mijn hoofd die eraan denkt om te stoppen met dit werk, daarvoor is het veel te mooi!”

In de interviews die je in dit boek vindt, spreek ik met collega systemisch werkers en met enkele deelnemers aan mijn trainingen en coachtrajecten. Elf mensen die mij inspireerden. Soms door wat ze zeiden, vaak door wie ze zijn. Ze brengen hun eigen kleur, hun eigen taal en hun eigen pad. Ik heb geluisterd, doorgevraagd, gespeeld met woorden. En daarna gezocht naar een vorm waarin hun verhalen konden ademen. Het is een breed geschakeerd palet geworden waarmee ik je graag wil laten ervaren dat het systemisch werk rijk is aan variaties, en mogelijkheden.

20 Verspreid door dit boek deel ik reflecties, inzichten en voorbeelden uit de praktijk. Soms ook een handvat dat helpend kan zijn in het werk. De voorbeelden komen rechtstreeks uit mijn eigen praktijk, Bureau L'Esprit, en geven je een indruk van hoe het systemisch werk daarin een plek heeft gekregen. Dit boek is niet zozeer bedoeld als studieboek. Je zult geen stappenplan tegenkomen. Wel aanknopingspunten. Voor wie werkt met mensen, met teams of organisaties. En ze zijn ook gewoon fijn om voor jezelf te gebruiken.

and I'm keen to talk about it with everyone. Or, to use the words of Herman van Veen: “There isn't a hair on my head that thinks about quitting this work – it's far too beautiful for that!”

In the interviews that you'll find in this book, I speak with fellow systemic workers and a selection of participants from my training programmes and coaching journeys – eleven people who have inspired me, sometimes through what they have said, but more often through who they are. They bring their own colour, their own language, and their own path. I listened, asked thorough questions, played with words, and then searched for a shape in which their stories could breathe. It's become an eclectic palette through which I'd love to let you experience how rich systemic work is in its variations and possibilities.

Throughout this book I share reflections, insights and practical examples. I sometimes also include a practical tool that can be helpful in doing the work. The examples are sourced directly from my own practice, Bureau L'Esprit, and give you an impression of how systemic work has found its place within my work. This book isn't really intended as a textbook. You won't find a step-by-step guide. But you will find connection points. They are for those who work with people, teams or organisations. And they're also simply wonderful for personal use.

Ook mijn eigen levensverhaal heb ik in dit boek opgenomen. Om te laten zien dat wat er mogelijk uitziet als een nogal complex zoekplaatje of als iets zwaars, zich kan onvouwen wanneer je gaat onderzoeken en in dat onderzoek bij jezelf naar binnen durft te kijken. En het daarbinnen uithoudt en verduren kunt, ook als het schuurt. Zodat je kunt gaan inzien en doorzien. En kunt gaan leven. Je vrij voelen en krachtig. Ik hoop dat 'mijn eigen reis' voor velen werkt als een opsteker, als een bemoediging op hun levensreis. Er is nog een reden om mijn eigen verhaal in dit boek te plaatsen. Voor mijn klanten *lijkt* het misschien heel gewoon om hun halve leven op tafel te leggen wanneer ze bij mij komen voor een coachgesprek. Maar daar is juist veel moed en vertrouwen voor nodig! Nu wil ik in dit boek zelf eens de persoon zijn die dat durft en daarmee mijn dank en respect tonen aan al mijn klanten. Klanten die hun verhaal deden al zo'n dertig jaar geleden, klanten die dat nu doen. En de klanten die dat nog gaan doen. Ze hebben mijn diepe respect.

Ik geloof dat het systemisch werk, het systemisch gedachtengoed, vraagt om nieuwsgierigheid. Nieuwsgierigheid naar het leven zelf. Om te vertragen. Om te durven kijken naar wat er niet meteen te zien is. En misschien ook wel om lef te hebben. Lef om stil te staan bij je eigen plek. Om verantwoordelijkheid te nemen voor wat van jou is en los te laten wat daar niet (meer) bij hoort. Om zo voluit te kunnen leven, uitreiken en bijdragen aan de wereld om je heen, aan het leven zelf, met dat wat jij in je hebt.

I've also included my own life story in this book. To show you that what might look like a rather complex puzzle or something heavy can unfold when you start exploring and, as part of that exploration, you have the courage to go inward. And you can endure and bear what's inside there, even when it stings. So that you can begin to realise and recognise. And then, begin to live, feel free and empowered. I hope that 'my personal journey' acts for many as an encouragement, and support on their life's journey.

There's another reason for including my own story in this book. For my clients, it might *seem* quite natural to lay bare their personal life story when they come to me for a coaching session. But it actually requires great courage and trust! Now, in this book, it's my turn to be the person who dares to share, and in doing so express my gratitude and respect to all my clients: clients who shared their stories some thirty years ago, clients who do so today, and the clients who will do so in the future. They have my deepest respect.

I believe that systemic work, systemic thinking, calls for curiosity. A curiosity towards life itself. To slow down. To dare to look at what isn't immediately visible. And perhaps also to have courage. Courage to reflect on your own place. To take responsibility for what is yours and let go of what no longer belongs. So that you can fully live, reach out and contribute to the world around you, to life itself, with all that you carry inside of you.

Het vraagt ook om ander leiderschap. Niet de leider die vooroploopt en alles denkt te weten. Maar de leider die ruimte geeft. Die luistert. Die het ongemak durft te verdragen zonder het meteen, vaak vanuit eigen aannames, op te lossen. De leider die vanuit visie en overzicht beweging brengt en die de moed heeft om ook zichzelf daarin te zien en te bevragen. Want uiteindelijk begint het daar. Bij jezelf en bij jouw plek in het systeem.

Ik hoop dat dit boek, net als mijn werk, allesomvattend is: met grote liefde en aandacht gegeven. En voor iedereen toegankelijk; iedereen die wil leren, ontwikkelen en het verlangen heeft om zich te bewegen naar excelleren en naar bijdragen. Vanuit de bedoeling die al in je leeft. Daarbij kan het systemisch perspectief je behulpzaam zijn.

It also calls for a different type of leadership. Not the leader who marches ahead and believes they have all the answers. But the leader who allows for space, who listens, who dares to bear the discomfort without immediately, often based on their own assumptions, trying to fix it. The leader who creates momentum from vision and a broader perspective, and who has the courage to see and question their role within that. Because ultimately, that's where it starts. With yourself and with your place in the system.

I hope that this book, like my work, is all-encompassing: shared with great love and attention. And that it's accessible to everyone: anyone who wants to learn, develop and has the longing to move towards excellence and contribution, from the purpose that already lives within you. That's how the systemic perspective can be helpful to you.

**Brilliant things happen in calm minds.
Be calm. You're brilliant.**

Andy Puddicombe

Oprichter van het digitaal platform Headspace,
voormalig boeddhistisch monnik en gecertificeerd circusartiest

**Brilliant things happen in calm minds.
Be calm. You're brilliant.**

Andy Puddicombe

Founder of the digital platform Headspace,
former Buddhist monk and certified circus artist

