

COMMUNICATIE DE AXIOMATA

Mireille Jacobs
Gezins en relatietherapie
Bemiddeling, in familie zaken
www.familiekwesties.be
CAW oost Vlaanderen
Vormingscentrum VCOK
lid Forum voor Bemiddeling.
Jozef Plateastraat, 47, 9000 Gent.
0486 35 52 03

LITERATUUR

WATZLAWIC P., e.a. De pragmatische aspecten van de menselijke communicatie, Van Loghum Slaterus Deventer, 1970.

BOS A., Communicatie in relaties, Lemma BV Utrecht, 1966.

ENGEL M., cursus 1994-1996, Centrum voor de Studie van het Gezin.

STEENS R., Menselijke communicatie. Een zoektocht naar haar complexiteit, Van der Poorten, Interactie Akademie v.z.w. antwerpen, 1993.

BEINVLOEDING

ALGEMENE THEORIE

De algemene systeem- en communicatietheorie werkt niet met het begrip karakter. Men probeert anders naar mensen te kijken

Men gaat uit van de vraag: wat bedoelt mijn man nu eigenlijk met wat hij mij zegt of toont? Wat wil hij mij duidelijk maken? Komt wat hij **zegt** overeen met wat hij **bedoelt**?

Er zijn mensen die zich afschuwelijk gedragen, maar vanuit de communicatietheorie worden ze niet op dat gedrag vastgepind. Men zegt liever:

Communicatie wil eigenlijk zeggen: **alle gedragingen** van mensen, dus het gaat niet alleen over praten

Wat mensen zeggen, doen, vertelt veel meer dan alleen maar wat we te zien krijgen.

Wat is er dan nog meer?

Jij beïnvloedt je omgeving, je omgeving beïnvloedt jou. (Denk maar eens aan een huilende baby!!) Beseffen we dit?

We gaan samen op zoek naar de **betekenis van gedragingen** van mensen

1) Binnenkant:

Wanneer mensen bij en met elkaar zijn, voelen zij rond dat gebeuren allerlei. Dit voelen zullen we gemakshalve de *binnenkant* noemen: naast gevoelens omvat deze binnenkant **bedoelingen**, gewaarwordingen, **belevingen**, **betekenissen** en gedachten. De binnenkant is niet rechtstreeks kenbaar voor de ander (de overkant). Dit heeft soms een voordeel: we kunnen keuzes maken wanneer we aan wie wat kwijt willen. Er is ook een nadeel aan verbonden: we kunnen onszelf niet zomaar “ontvouwen” aan wie we dat zouden willen.

Wat zich aan de binnenkant van de ander afspeelt, is evenmin eenduidig zichtbaar. De binnenwereld speelt zich niet af achter een glazen wand.

2) Buitenkant:

Wat we van elkaar waarnemen is ons handelen en doen: de *buitenkant*. Is de binnenkant van de ander niet rechtstreeks toegankelijk, de buitenkant is dat wel:

die nemen we waar met **onze zintuigen**. Buitenkant is zowel wat we zeggen met woorden als de **niet-verbale taal** of lichaamstaal: wat we doen en niet doen.

3) Overkant:

Wat onze buitenkant bij een ander teweeg brengt, noemen we **het effect** van wat we bekomen met ons handelen bij een ander. Die ander is voor ons: *overkant*. Het handelen van de ander doet ook mij wat. (= de buitenkant van de overkant doet mijn binnenkant wat.) De overkant ziet mijn buitenkant, maar niet mijn binnenkant.

Ik zie andermans buitenkant, maar niet zijn binnenkant. Wij zijn dus zowel binnenkant als overkant (voor de ander). De ander is voor ons zowel overkant, buitenkant als binnenkant.

Met deze enkelvoudige begrippen beginnen we al iets te zien van de complexiteit van beïnvloeding.

4) Context

Deze beïnvloedingen *binnen-buiten-overkant* gebeuren in een bepaalde context: **deze kleurt** in hoe de binnen-buiten-en overkantontwikkelingen er kunnen uitzien.

De uitwerking over binnen-, buiten- en overkant correspondeert met een uitgangspunt van de communicatietheorie: **je kan niet niet beïnvloeden**. Dit komt neer op het feit dat we elkaar beïnvloeden via onze buitenkant en dat dit **wederzijds en tegelijkertijd** gebeurt. Meestal zijn we ons sterk bewust van invloed van anderen, maar veel minder van onze eigen invloed op anderen. We hebben niet geleerd om op effecten te letten.

Bij dit alles wordt de binnenkant met zijn rijkdom aan innerlijke belevingen gezien als een antenne die signaleert hoe de beïnvloeding verloopt. Bij gewenste effecten staan alle pijlen op groen en gevoelens zijn aangenaam; bij ongewenste effecten worden binnenkanten negatief voorgesteld en zijn eigen gevoelens onaangenaam gekleurd. Het woord druk is hier op zijn plaats: de beïnvloeding verloopt niet naar wens.

De aard van dit proces wordt tenslotte bepaald door de context waarin we communiceren.

Vermits we altijd beïnvloeden, en er zich dus altijd een spel afspeelt tussen 2 of meerdere personen, is het altijd een verrijking het communicatiespel van naderbij te kennen

Communicatie = alle gedragingen

GEDRAGINGEN van mensen = de bovenlaag: wat men ziet, voelt , hoort , proeft, gewaar wordt...

Gedragingen op zich vertalen onvoldoende wat zich afspeelt: belangrijk is te zoeken naar de BETEKENIS VAN ELK GEDRAG

DE BETEKENIS die wij aan iemands gedrag geven, moet kloppen met DE BEDOELING die deze persoon er zelf aan geeft.

Deze persoon kan nagaan: klopt mijn gedrag met wat ik bedoel? Of liever: wat is het EFFECT van mijn gedrag op de overkant

IK

BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT
B U I T E N K A N T
BINNENKANT
B U I T E N K A N T
BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT

OVERKANT: het effect

BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT
B U I T E N K A N T
BINNENKANT
B U I T E N K A N T
BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT BUITENKANT

BINNENKANT= wat je voelt, wat je denkt, welke betekenis je geeft aan de gebeurtenissen, wat je bedoelt, wat je gewaar wordt.

BUITENKANT= wat je doet, wat je zegt, wat je toont, je lichaamstaal

DE AXIOMA'S

1. Men kan niet niet communiceren:

Men kan zich niet niet gedragen

buitenkant / binnenkant

bedoeling / betekenis / effect

manieren om op een boodschap in te gaan

erkennen: Opmerken- Op ingaan

verwerpen: Opmerken- Tegenin gaan

negeren: Niet opmerken- Niet op ingaan

observeren / interpreteren

2. Het inhouds- en betrekkingaspect:

Heeft te maken met HET ZELFBEELD.

Het heeft te maken **met zelfwaarde, en met de relatie tot relevante anderen.**

Belangrijk hierbij is:

-voelt A zich **gelijkwaardig**, meer- of minderwaardig tov B?

-denkt A eerder **zelfbeschuldigend of beschuldigt zij anderen?**

-wie zijn voor A **relevante personen**, al of niet aanwezig in het gesprek? -is het belangrijk die erbij te betrekken?

-in elke boodschap brengt men een opvatting over de andere over.

-Het beeld dat men van zichzelf heeft wordt gevormd door de mening van anderen.

Het betrekkingaspect wordt analoog uitgedrukt.

Het is het relationele aspect waarnaar we op zoek gaan.

3. De analoge en digitale communicatie :

Er zijn 3 soorten talen:

de spreektaal

de lichaamstaal

de doetaal

Wat iemand vertelt over zichzelf komt vaak niet overeen met wat men ziet:: binnenkant en buitenkant verschillen vaak van elkaar.

4. De interpunctie:

Dé WAARHEID/ IEDER HEEFT ZIJN WAARHEID

Interpungeren wil zeggen: een beginpunt leggen.

De werkelijkheid rondom ons nemen we selectief waar. Het effect van wat iemand waarneemt is telkens anders. Het gevolg hiervan is dat ieder een ander verhaal heeft over dezelfde werkelijkheid.

Er bestaan even veel realiteiten als er betrokken personen zijn bvb
voor mij is de toestand erger dan voor mijn man/ va hield niet van mij

5.De symmetrisch- complementaire communicatie :

Complementariteit: De ene kan leidend en de andere volgend zijn

Symmetrie: Beide gesprekspartners kunnen zich leidend of volgend opstellen.

Symmetrie: symmetrische escalatie

Als de communicatie symmetrisch verloopt en dreigt te escaleren kan je dit doorbreken door complementair te gaan.

THEORIE BINNENKANT/ BUITENKANT

Wat is binnenkant/ buitenkant

Hoe reageert A aan de buitenkant als de B haar die boodschap meedeelt

Wat denkt zij/ hij

Wat voelt zij/ hij

Welk beeld heeft zij / hijvan hem

Welk beeld heeft hij/ zij van haar

Hoe zou hij/ zij beter reageren

Hoe denkt zij dat hij/ zij over haar denkt

Is er nog meer

Wat gebeurt er dus aan de binnenkant van A

Komt hoe A zich gedraagt (wat ze zegt, doet) aan de buitenkant overeen met wat zij/ hij voelt, denkt en bedoelt aan de binnenkant?

Als dit niet overeenstemt, wat kan daarvan het gevolg zijn (misverstanden tussen elkaar)

Met wat heeft het te maken dat binnen en buitenkant van elkaar verschillen

Hoe kunnen we misverstanden vermijden

Hoe kijk ik naar mijzelf,de anderen.

Hoe kan ik zo dicht mogelijk bij mijn gedachten en gevoelens blijven

Ik moet vertrekken vanuit mijzelf, niet vanuit wat ik denk voor de andere.

