



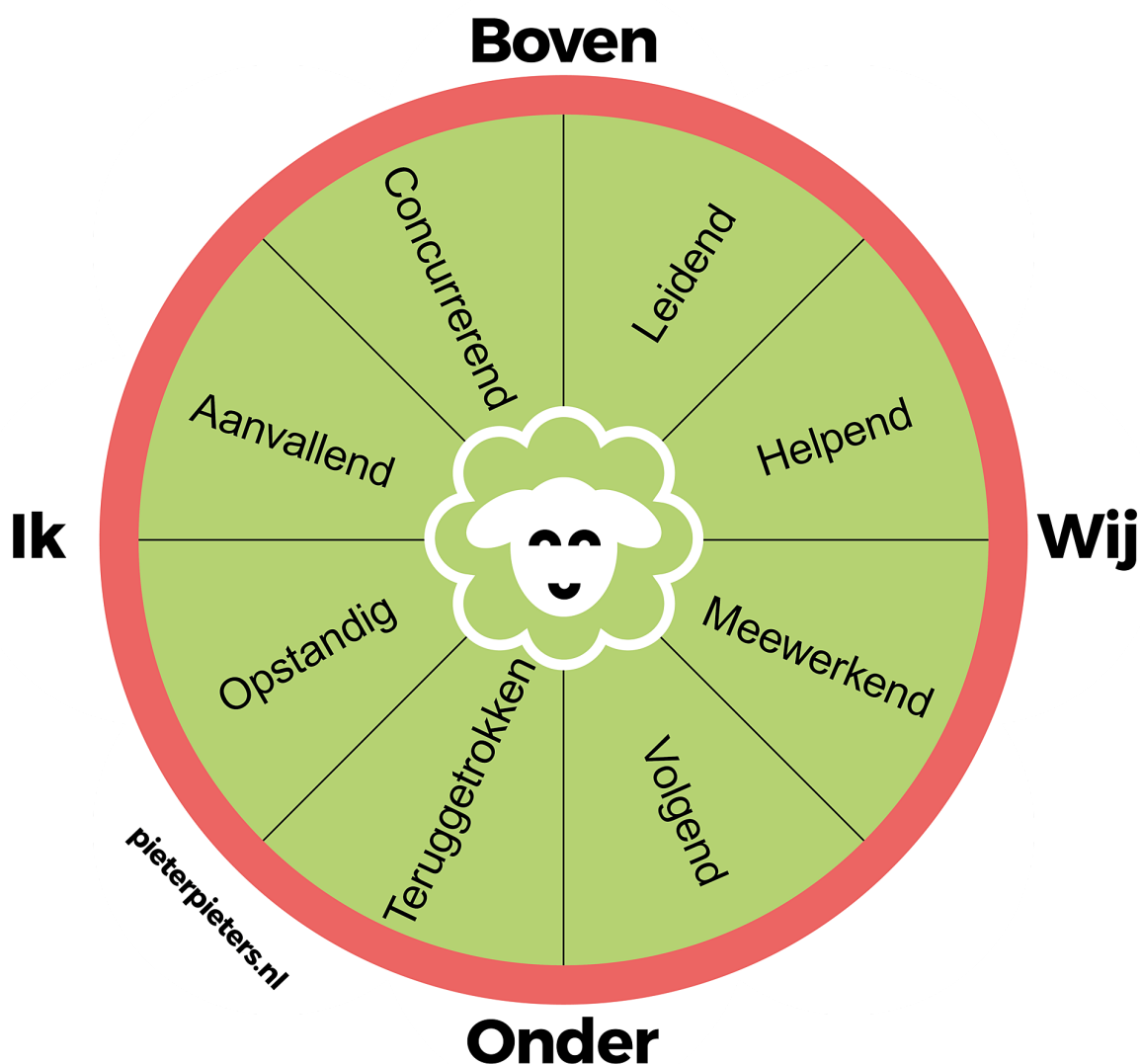
Pieter Pieters

ONTSPANNING DE BAAS

Roos van Leary

Ook bij het omgaan met agressief gedrag, of beter gezegd, juist bij het omgaan met agressief gedrag speelt kennis van de Roos van Leary een belangrijke rol. Leary ontdekte bijna honderd jaar geleden al dat mensen altijd uit een van onderstaande posities communiceren. Er zijn vele goede boeken te vinden over de Roos van Leary en ook op internet kun je uitgebreide informatie hierover vinden. (zie onderaan dit artikel).

Hieronder in vogelvlucht de belangrijkste elementen in het gebruik van de Roos van Leary als het gaat om het omgaan met agressief gedrag.



Agressief gedrag

Als er sprake is van agressief gedrag, dan communiceert de agressor altijd vanuit een van de posities aan de IK-kant. Het meest duidelijk is dit als iemand zich aanvallend gedraagt. Iemand is boos en begint heftig tegen je te spreken en/of te schreeuwen.

Moeilijk is het te herkennen als iemand agressief communiceert vanuit opstandig of teruggetrokken. Dit zijn de vormen van passief-agressief gedrag. Een voorbeeld hiervan is dat iemand zegt: "nou, dan doe ik het zelf wel..." iemand bedoelt dan dat hij/zij het er niet mee eens is, maar zegt dat hij/zij het zelf gaat doen. "Oké, dan niet" is er ook zo een. Maar ook narcistische gedrag als iemand heel vriendelijk tegen je zegt: "zullen we gelijk maar met je baas afspreken, want met jou komen we er toch niet uit hè?" , behoort tot de categorie passief-agressief gedrag.

IK trekt je naar IK

Als iemand communiceert vanuit de IK-kant, dan wordt je altijd naar de IK-kant getrokken. Dus als iemand communiceert van BOVEN-IK bijvoorbeeld aanvallend, wordt je gelijk naar de IK-kant getrokken; bijvoorbeeld naar: Aanvallend; "wat nou, kan het wat minder". Concurrerend: je start een welles-nietes- discussie. Of teruggetrokken: je denkt: "ah, nee hè, niet weer zo'n type". Als professional wordt je vaak geacht de situatie om te buigen. Het goede nieuws is dat je iemand weer naar de WIJ-kant kan krijgen, maar dat vergt wel de nodige inspanningen.

Diagonaal oversteken

Door bewust weer naar de WIJ-kant te gaan kan het lukken om iemand ook naar de WIJ-kant te krijgen. Dit doe je door diagonaal over te steken. Bijvoorbeeld: De agressor bevindt zich in 'aanvallend', jij steekt dan schuin over naar de WIJ-kant en gaat 'meewerken'. Dit doe je bijvoorbeeld met teksten waarmee je ja-tjes kan scoren. Jij: "zo, je bent écht heel boos hè?" agressor: "JA, wat denk je, dit is al de zoveelste keer dat het gebeurt", jij: "dus dit is al de zoveelste keer" agressor: "JA". Hiermee room je als het ware de boosheid wat af en bestaat de kans dat de agressor zakt naar ONDER-IK 'opstandig" Vervolgens steek je weer schuin over en ga je naar 'helpend' met bijvoorbeeld een tekst als: "wat heb jij nu nodig om wat rustiger te worden?"

Bij twijfel ga je altijd naar WIJ-ONDER.

Weet je over een tijdje niet meer hoe het ook alweer precies zat met al die posities? Kies dan altijd voor WIJ-ONDER. Dit is makkelijk te onthouden, want WIJ-ONDER begint altijd met een vraag.

Meer weten over de Roos van Leary

Zoals gezegd is er veel geschreven over de Roos van Leary en is er veel op internet te vinden. Zelf ben ik erg gecharmeerd van het boek "Beïnvloed anderen, begin bij jezelf" van Bert van Dijk. Een helder en makkelijk bruikbaar boek voor een eerste oriëntatie op de Roos van Leary.

Meer informatie over omgaan met agressie.

Zoek je meer info over omgaan met agressief gedrag? Ga dan naar de website agressiedebaas.nl. Bij de kennisbank van EHBA typ je in wat je zoekt. Je kunt ook een mailtje sturen naar mail@pieterpieters.nl dan krijg je altijd antwoord.