

[Radio & TV](#) [Radio-uitzendingen op Radio 1](#) [Radioteksten](#)

12/09/05

Thema-uitzending Vermeylenfonds rond communicatiekunst (Wilfried Van Craen)

Samenstelling en presentatie: Viona Westra & Kim Strobb

Goeieavond. Dit is het Vrije Woord. Een thema- uitzending die is al meer dan 25 jaar psychotherapeut en met hem h want daarover schreef ie een boek, waarvan pas de herv communiceert het Vermeylenfonds. En Viona Westra hee

Bijdrage van het Vermeylenfonds vind je terug op [Communicatie met anderen. Het blijft een van de belang dagelijks leven. We kunnen er dus maar beter werk van n Van Craen 'Omgaan met anderen - een communicatiekur psychotherapeut en werkte in dit boek een denk- en wer én op het werk. Een boeiend boek voor wie naar kwaliteit](http://www.v</p></div><div data-bbox=)

Waarom is het eigenlijk zo moeilijk om om te gaan met a

Wilfried Van Craen: "Het is eigenlijk heel complex omdat communiceren. Mensen leven in een systeem en een sys werkteam of een voetbalclub. Die mensen zijn met meka doet dat het vaak een effect heeft op de ander zonder d we met ons gedrag een effect hebben dat we zelf niet zi

ander zo raar reageert. Omdat wij zelf ook niet beseffen
Dus mensen zien vaak niet het effect van hun gedrag op
loopt."

We denken nogal vaak eens van: de één kan het commun
want we kunnen het dus eigenlijk wel leren...

Wilfried Van Craen: "Zeker en vast, het is eigenlijk een va
te houden, dat je bijvoorbeeld ook een effect hebt wann
niet aan je partner hoe het was op die belangrijke vergac
wanneer hij naar de film is geweest of je vraagt niet hoe
verplanten, wat nogal een karwei was. Dan is dat iets nie
manier ook communiceert, ga je natuurlijk ook daarmee
je daar ook mee kan rekening houden. Dus hoe meer dat
een aantal basisprincipes. Met andere woorden commun
moet besteden omdat mensen vaak denken van 'god dat
communicatie is de communicatie over de communicatie
toe als partners of als collega's ook eens moet praten ov
omgaan met mekaar eigenlijk wat stroef of wat gespann
te gaan staan bij wijze van spreken en te kijken naar bene
eigenlijk te praten over de communicatie. Dat noemt me
mensen kunnen leren."

U geeft het in uw boek over 5 stellingen - 5 basisprincipe
eigenlijk toepassen op ons dagelijks leven?

Wilfried Van Craen: "Ja. Dat is zowat de uitdaging gewee
dat de axioma's van Watzlawick, de man die ze oorspron
dagdagelijkse leven. Vanuit de idee: hoe kan je in relaties
relaties beschermen tegen de altijd toch wel dreigende n
proberen te doen door die 5 axioma's of 5 stellingen te v
leven. Het eerste axioma is: je kan niet niet communicere
doet, maar ook alles wat je niet doet, alles wat je zegt, m
die we gaan illustreren. Partners of collega's die geïrritee
dat een collega tegen u zegt van: je werkt wel halftime, r
belangrijk. De goede bedoeling van die collega is van jou

hebben. Misschien denk je: ze vinden dat ik als halftime r bedoeling was. Dat is iets wat we vaak zien in het dagelij effect van hun gedrag daarom niet even positief is. Dat is ouder of als collega of als partner het goed meen, goede zien mensen vaak niet. Vaak denkt men, ik bedoel het go best goed bedoelen, met het op dit ogenblik zo helder m helder en dan moet ik iets leren van het effect. Ik moet n dat is soms een beetje hard ook voor de partners die ik z belangrijk zijn. Als ik dan partners wel eens hoor zeggen allemaal goed! Dan zeg ik vaak, dat is niet voldoende. Da gaat. Je moet niet louter kijken naar je bedoelingen maar

Het communiceren op zich is moeilijk, maar als we dan ui gedrag veranderen, dat lijkt me dan ook een hele moeilij

Wilfried Van Craen: "Het is niet gemakkelijk, omdat we ni het onderwijspakket. Sociale vaardigheden bestaat wel, onderwijs meer en meer gebruikt en merk ik toch dat kin belangrijkste is dat je naar aanleiding van iets, of dat nu e partners of zelfs als leden van een team er over gaat prat om de relatie in evenwicht te houden. Men noemt dat de komt altijd op tijd, of binnen een gezin bijvoorbeeld: je p derden buiten het gezin. Dat zijn regels. Soms moeten re aan vernieuwing. Dat is een eerste manier. Een tweede r een systeem, dus als partners binnen een partnerrelatie, mekaar heel veel feedback geeft. Feedback geven dat be effect heeft. Een effect dat de ander vaak niet ziet. Bijvo programma wisselt, dan werkt dat op mijn zenuwen. Ik z ganse dag met een vies gezicht rond te lopen of nijdig te Of in ons privé voorbeeld. Als je ziet dat ik begin te kuise gaat, dat we afspreken wat jij doet en wanneer dat je 't c boos rond te lopen, waardoor de andere niet weet wat e het effect van zijn of haar gedrag op u. Dat kan positief z weinig doen. We geven veel te weinig positieve feedback avonds lekker kookt ook al heb je al een zware dag geha aangenaam initiatief dat je voorstelde om op de middag

positieve gedragingen zijn, bekrachtig ze. Bekrachtigen mensen de dingen blijven doen die je prettig vindt. Dan leer je ook leren feedback op geven. Bijvoorbeeld als je een onconventioneel bijvoorbeeld zucht tijdens een gesprek, dat je dan ook zou het juiste moment? Waardoor die kan zeggen van: sorry! Dat is je een correctie vaak en dan weet je waar aan toe. Dus feedback is de tweede vaardigheid is, een goed territoriaal gedrag ontwikkelen bij dieren, we zijn tenslotte een diersoort, territoriumbeestje. Letterlijke territoria, een letterlijke ruimte. Vandaar dat we niet te veel aanraken. Of als we geen vluchtheuvels hebben bijvoorbeeld. Dus mensen hebben vaak behoefte aan eigen territoria, een bepaalde manier is van te zeggen laat mij mijn batterijen opladen. Dat is thuis. Eigenlijk is dat een manier om te zeggen van, laat mijn territorium is van te vluchtheuvelen, zoals wij dat dan noemen, dan is dat een Territoriumbenadering vind ik een heel boeiende benadering die neemt de beslissingen? Van wie is het territorium beslissingen worden in plaats van daar altijd ruzies rond te maken. Te proberen om op tijd iedereen buiten te hebben, op school bijvoorbeeld eigenlijk heel veel territoria die psychologisch zijn van aard maar ook een territorium die iedereen wil innemen. Het is dikwijls in het dagelijkse leven, wie zet de vuilzakken buiten, ... Dat zijn allemaal dingen die niet geëxpliciteerd zijn en die dan vaak worden besproken. Wie gaat naar de oudercontacten? Dat zijn dikwijls zaken die niet wordt maar eigenlijk niet echt met goede motivatie. Om te praten wordt niet over gepraat. Dus praten over onduidelijke teruggang is weer een belangrijke vaardigheid. Samengevat: feedback is een belangrijke vaardigheid.

Dat was Wilfried Van Craen over de kunst van het communiceren met anderen - een communicatiekunst'. En dat is een uitgave van De Persgroep Media.

Zo, onze communicatie zit er op - maar je kan uiteraard je vragen stellen op www.vrijzinnighumanisme.be. Binnenkort kan je daar ook terecht voor meer informatie. Je mag en dan bel je naar nummer 03/233.70.32. Volgende week zal ik spreken met arts Jef De Loof, naar aanleiding van de Vlaamse vreedag!

