

“ALLES OVER COMMUNICATIE”

Activiteit ontwikkeld door: Élan Interculturel



OVERZICHT

Deze reeks verkent verschillende aspecten van communicatie. We richten ons eerst op communicatiemiddelen, waarbij we onze eigen voorkeuren en gevoeligheden onderzoeken. We onderzoeken hoe we het communicatiegedrag van andere mensen interpreteren. Tot slot kijken we naar een belangrijk element van hoe mensen zich tot elkaar verhouden door middel van het concept “facework”.

TIJD



120 -180 minuten, afhankelijk van het ritme van je groep. Bij meer gevorderde groepen is het mogelijk om de volledige 3 reeksen in 2 uur te doen, bij minder gevorderde groepen kan het zijn dat je 3 uur nodig hebt.

DEELNEMERS



10 - 20 deelnemers

MATERIAAL



- Flipchart, markers, plakgum
- Foto's van communicatie-gebruiken in verschillende culturen
- Post-its

DOELSTELLINGEN



- Verschillende facetten van “communicatie” ontdekken, vooral non-verbale communicatie: proxemics (het gebruik van afstand), oogcontact, lichamelijk contact, houding, gebaar enz.
- Deelnemers de gelegenheid geven om hun comfortzone en voorkeuren te identificeren.
- Nodig de deelnemers uit om communicatievormen te verkennen die anders zijn dan de vormen die ze zelf meestal gebruiken.
- “Facework” leren begrijpen als het voornaamste momentum bij het beheer van relaties: hoe kun je de nodige erkenning en aandacht bieden zonder te veel te bieden.

INSTRUCTIES - STAP VOOR STAP



REEKS 1: VERKENNEN VAN NON-VERBALE COMMUNICATIE. WAAR ZITTEN MIJN GEVOELIGE ZONES?

1. Vertel de deelnemers nog voordat jullie beginnen dat je een reeks non-verbale activiteiten gaat voorstellen. Meestal komen hier geen moeilijkheden bij kijken, maar als een deelnemer zich om welke reden dan ook erg ongemakkelijk voelt, mag hij/zijn stoppen en gaan zitten. Vraag of iemand fysieke problemen heeft waar jij of de anderen zich bewust van moeten zijn (bijv. iets aan de knie, enz.). Vraag hen om de verschillende instructies of hun eigen gedrag niet te analyseren, maar enkel eventuele emoties of interpretaties te registreren zonder er verder op in te gaan. Je kunt de instructies hieronder doornemen.

“ALLES OVER COMMUNICATIE”



2. “Begin te door de ruime te lopen. Verken alle hoeken en delen van de kamer. Probeer of de deelnemers hun aandacht kunnen richten op het moment zelf (hier en nu), op de ademhaling en op hun gewicht.”
3. “Kijk of er lege plekken in de kamer zijn en ga daarheen. Let op je voeten en de lege plekken.
4. “Ga nu naar een plek waar geen ruimte vrij is en blijf bewegen” (Op dit punt komen de deelnemers meestal dicht bij elkaar in het midden van de zaal. Probeer of je ze in beweging kan weten te houden zodat ze niet stilstaan en vastzitten).
5. “Als één persoon stopt, moet iedereen stoppen. Als één persoon weer in beweging komt, gaat iedereen weer bewegen.”
6. “Blijf lopen, als je oogcontact krijgt met iemand, sta dan drie seconden stil en ga vervolgens weer bewegen.”
7. “Als je oogcontact hebt, groet elkaar dan op wat voor non-verbale manier je maar wilt. Probeer voor elke nieuwe ontmoeting weer een andere benadering/begroeting.
8. “Zoek een partner. Vind een goede plek als tweetal, zodat jullie genoeg ruimte hebben. Ga tegenover elkaar staan. Tel samen van 1 tot 3, waarbij je om de beurt optelt.” Als je ziet dat de deelnemers het ritme hebben gevonden: “verander nummer 1 nu naar een specifiek geluid en gebaar. Vanaf nu ga je dit gekozen geluid en gebaar herhalen in plaats van 1 te zeggen.” Als de deelnemers genoeg geoefend hebben, vraag ze dan om nummer 2 en daarna ook nummer 3 te veranderen. Uiteindelijk nodig je een paar tweetallen uit om hun “ritme-machine” aan de anderen te presenteren. Deze oefening, “Ritmemachines” genaamd, is bedacht door “Augusto Boal” als een middel om onszelf te “demechaniseren” van onze dagelijkse routines.
9. “Ga weer lopen en zoek een nieuwe partner, iemand die je niet goed kent. Een van jullie gaat een spiegel zijn en de ander het onderwerp. De spiegel moet alles weerspiegelen wat het onderwerp doet. Het doel is niet om er een wedstrijdje van te maken, maar om iets te doen wat de spiegel niet kan volgen. Verschillende soorten bewegingen verkennen.”
10. Tijdens deze activiteit doen we verschillende versies van de spiegeloefening: in de volgende ronde nodigen we de deelnemers uit om met een andere partner dezelfde basistaak uit te voeren, maar dan op verschillende afstanden: “kom zo dicht mogelijk bij elkaar, tot aan de grens van wat jullie beiden prettig vinden”. Ga zo ver mogelijk van elkaar vandaan, zonder het gevoel te verliezen dat jullie een koppel zijn”. Een derde oefening bestaat uit het uitnodigen van de “spiegels” om iets anders of complementairs aan het onderwerp te doen. De spiegeloefening is ook bedacht door Augusto Boal.
11. Verdeel de groep in “twee samenlevingen”, gelijk in aantal. Je vertelt ze dat de ene helft van de samenleving een specifieke culturele code heeft: ze houden echt van oogcontact en proberen vooral oogcontact te maken met mensen die dat proberen te vermijden. De andere samenleving heeft precies de omgekeerde code: ze hebben de neiging om oogcontact te vermijden. Nodig de twee samenlevingen uit tot interactie. Vraag ze na twee minuten om van rol te wisselen.
12. In de volgende oefening vraag je de helft van de groep om in het midden van de kamer te blijven staan en de ogen te sluiten. De andere helft krijgt de volgende instructie: benader de deelnemers die hun ogen dicht hebben en vergezel ze een paar meter. Verlaat ze daarna weer en ga dan op zoek naar andere deelnemers om te begeleiden. Vraag de groepen na twee of drie minuten om van rol te wisselen.
13. Nodig de deelnemers uit om in een kring te gaan staan die zo dicht bij elkaar ligt dat hun schouders elkaar uiteindelijk raken. Vraag hen om naar rechts te gaan en de cirkel heel dicht bij elkaar te houden. Vraag hen om te gaan zitten.
14. Leg uit dat de activiteitenreeks nu voorbij is en dat het nu tijd is om de ervaringen die we hebben opgedaan te verwoorden. Maak eerst een recap van de verschillende activiteiten en vraag de deelnemers met welk aspect van non-verbale communicatie ze hebben gespeeld. Corrigeer indien nodig en noteer elk item op een flipchart papier. Vertel de deelnemers dat het heel normaal is dat sommige van deze vormen makkelijker voor ons zijn en andere weer moeilijker. Het ontdekken hiervan is een van de doelstellingen van de reeks. Vraag de deelnemers om een visuele check te doen de makkelijke en moeilijke aspecten te vergelijken. Noem de ene kant van de zaal de “JA-kant” en de andere kant de “NEE-kant”. Nodig de deelnemers uit om de vragen die u gaat stellen te beantwoorden door zich ofwel dicht bij de “JA-” ofwel bij de “NEE-” kant te positioneren. Vertel dat dit een soort verkenning is en dat het in hun eigen belang is om eerlijk en nieuwsgierig te zijn. Het is volkomen normaal dat bepaalde aspecten

“ALLES OVER COMMUNICATIE”



makkelijker zijn en weer andere lastiger. Voor elk antwoord kun je de deelnemers vragen om te kijken waar ze zelf staan en waar de anderen staan. Hier zijn een paar vragen die je zou kunnen stellen. Moedig de deelnemers aan om soortgelijke vragen te stellen:

- Het was gemakkelijk om rond te lopen in de ruimte
- Het was gemakkelijk om met verschillende ritmes te spelen
- Het was gemakkelijk om dicht bij een vreemde te zijn
- Het was gemakkelijk om oogcontact te zoeken
- Het was gemakkelijk om oogcontact te vermijden
- Het was makkelijker om oogcontact te zoeken dan om het te negeren
- Het was gemakkelijk om de verbinding over een grotere afstand vast te houden

NABESPREKING



REEKS 1

Verschillende communicatiemiddelen identificeren:

Je kunt deze discussie aan het einde van de reeks gebruiken. Hier zijn de kernboodschappen: we onderscheiden verbale communicatie (waarbij je woorden gebruikt), para-verbale communicatie (waarbij we ons uitdrukken via stem maar zonder woorden) en non-verbale communicatie (hier is geen stem bij betrokken, alleen het lichaam). Onze huidige moderne Europese samenleving legt veel nadruk op verbale communicatie (gesproken of geschreven) maar non-verbale aspecten zijn net zo belangrijk voor ons vermogen om bedoelingen over te brengen en relaties te ontwikkelen. De drie aspecten zijn met elkaar verbonden, maar er kunnen ook discrepanties zijn. In dat geval worden we ons er snel van bewust dat er iets “fout” is (denk aan iemand die vriendelijk glimlacht terwijl hij je vertelt dat hij erg boos is).

Vanaf nu richten we ons op non-verbale communicatie. Vul elementen aan die de deelnemers mogelijk hebben geïdentificeerd om een complete lijst te hebben: proxemics - het gebruik van afstand/oogcontact/fysiek contact of aanrakingen/ritmes/gebeurtenissen/mimiek/houdingen.

Verkennen van interculturele perspectieven

- Om de interculturele dimensie van communicatie te verkennen, vraag je de deelnemers, telkens wanneer zij hun mening geven met behulp van hun eigen communicatievorm, of zij verwachten dat er op dat niveau culturele diversiteit is (d.w.z. verschillende culturen met verschillende praktijken) en wat voor soort culturele verschillen zij kennen. Je kunt het hebben over nationale, religieuze verschillen, maar ook over gender, sociale klasse, enz.
- Met buitenlanders/migranten kun je bespreken welke aspecten van de lokale communicatiestijl lastig zijn om aan te wennen.

INSTRUCTIES - STAP VOOR STAP



REEKS 2: ANDEREN BEGRIJPEN

1. Voordat je de activiteit gaat uitvoeren moet je wat foto's vinden m.b.t. communicatie in verschillende culturele omgevingen, communicatieproblemen of vormen van communicatie die voor de deelnemers “vreemd” kunnen lijken. Het is belangrijk om een selectie met foto's te maken die emotionele betrokkenheid kunnen oproepen.
2. We beginnen de activiteit met het plaatsen van de geprinte foto's op de grond of aan de muur. Daarna vragen we de deelnemers om even bij alle foto's langs te gaan.
3. Vervolgens moeten de deelnemers de foto vinden die hen het meest aansprak en groepjes maken aan de hand van

“ALLES OVER COMMUNICATIE”



hun fotokeuzes.

4. Geef post-its aan elke deelnemer.
5. Vraag de deelnemers om het met de anderen in het groepje te delen wanneer er een verband is met een persoonlijke situatie. Vraag hen dan om ieder voor zich emoties op de post-its te schrijven die verband houden met de foto en deze op het personage waarmee ze zich identificeren op de foto te plakken.
6. Daarna geeft de trainer een andere post-it (een andere kleur) en vraagt deelnemers om de mindset van de ander hypothetisch te onderzoeken en zich voor te stellen hoe hij of zij de situatie beleefde. Wat is zijn hun beweegredenen? Vervolgens je hen uit om deze post-it te verbinden met de andere personages op de foto.
7. Tot slot vragen we elke groep om de door hen gekozen foto aan alle deelnemers te presenteren en te vertellen waarom ze die hebben gekozen. Vervolgens vragen we hen om hun hypothese van mindset/wereldbeeld van “andermans” foto te delen en discussie te laten ontstaan met bijdragen van alle deelnemers.



NABESPREKING



REEKS 2

Hier zijn wat vragen die je misschien wil onderzoeken:

- Hoe was de activiteit voor jou? Was een bepaald deel moeilijk of ongemakkelijk? Werd je door iets verrast?
- Hoe gemakkelijk was het om een hypothese te formuleren over het gedrag/de intenties van de ander?
- Waarom denkt je dat zo'n “onderzoek” of “perspectievorming” niet automatisch gaat? Wat zijn volgens jou de obstakels?

INSTRUCTIES - STAP VOOR STAP



REEKS 3: IN GESPREK MET DE ANDEREN

Vertel de deelnemers dat je theater gaat aanwenden om een aantal aspecten van communicatie verder te onderzoeken. Zet twee stoelen naast elkaar. Dit wordt je podium. Vraag om een vrijwilliger. Vertel dat jullie nu veel sketches gaat doen over dezelfde situatie. Je kunt wat voor specifieke context dan ook bedenken. We stellen het volgende voor: je stapt in de tram en herkent een andere deelnemer van een workshop die je twee weken geleden hebt bijgewoond. Vraag de andere deelnemers om de vrije stoel in te nemen en te laten zien wat als een “fout” in communicatie kan worden beschouwd.

Als alternatief stellen we een “verjaardag” voor, bijv.: het is de verjaardag van een stagiair die twee maanden met jou heeft gewerkt. De collega's hebben samen besloten om ergens iets te gaan drinken. De bezette stoel is van de stagiair die jarig is en de lege stoel is voor een collega die meedoet aan het feestje. Vraag nog eens naar allerlei mogelijke fouten.

“ALLES OVER COMMUNICATIE”



NABESPREKING REEKS 3



Bij de eerste debriefing ronde worden de interculturele aspecten van verschillende vormen van communicatie (fysiek contact, oogcontact, enz.) onderzocht.

Het eigenlijke doel van de 3e reeks was echter het introduceren van het concept van facework en meer in het bijzonder “gezichtsbedreigende handelingen”. We raden je aan om dit concept in het middelpunt van de debriefing discussie te plaatsen. De kerngedachte is dat we, om de ander te “respecteren”, de regels van “facework” moeten volgen. We kunnen twee soorten fouten maken:

1. Niet genoeg aandacht geven aan de persoon in verhouding tot de relatie en zo zijn/haar behoefte aan erkenning in gevaar brengen. In het eerste scenario zou dit bijvoorbeeld zijn om naast de ander te gaan zitten zonder gedag te zeggen.
2. Te veel aandacht/belang aan de relatie geven en daarmee zijn/haar behoefte aan autonomie en vrijheid bedreigen.

Het tweede scenario (of eigenlijk elk “cadeau”-scenario) belicht deze twee kanten heel goed. Het aanbieden van een potlood voor de verjaardag van een collega kan te weinig zijn, maar het aanbieden van een Rolex kan net zo verkeerd zijn.

Een paar helpende vragen zouden kunnen zijn:

- Leek de hoofdpersoon (de persoon die de lege stoel neemt) je respectvol?
- Hoe hebben ze geprobeerd hun respect te tonen aan de andere persoon?
- Waar hebben ze zich vergist?
- Waarom is te veel geven (aandacht, nabijheid, geschenk enz.) een probleem?
- Wat gebeurt er als je een heel belangrijk cadeau krijgt van iemand die je niet zo goed kent?

HINTS



REEKS 1:

Timing en een goed gevoel voor ritme kunnen belangrijk zijn voor een prettige flow. Er is geen ‘absolute’ lengte voor deze activiteiten, maar ze zijn vrij kort. Let op de deelnemers om te zien in hoeverre ze nog bezig zijn met de activiteiten of dat ze klaar zijn voor verdere instructie.

REEKS 3:

Ook deze simulaties duren niet lang. Zorg ervoor dat verschillende vormen van “fouten” worden onderzocht. Lees de literatuur om je veilig en zelfverzekerd te voelen bij het leiden van deze debriefing.

THEORIE



Referenties:

- Alle activiteiten zijn, tenzij anders vermeld, ontwikkeld door Élan Interculturel.
- Augusto Boal 1992 Games voor Actors en Non-Acteurs, 2e editie. New York: Routledge
- Voor meer over “facework” vertrouwen we op Brown en Levinson’s beleefdheidstheorie (Brown P. Some Universals in Language Usage / P. Brown, S. Levinson. Cambridge: Cambridge University Press, 1987. 345 p) Een eenvoudige inleiding vind je op: <http://scodis.com/for-students/glossary/politeness-theory/>.

“ALLES OVER COMMUNICATIE”



Voor meer achtergrond:

Voor meer achtergrond:

Lees onze critical incidents over interactie en communicatie(<https://intimacycrosscultures.eu/collection/#relationship-to-each-other>).

Lees over relationele vaardigheden in het SELFEE-handboek (vanaf pagina 40): http://selfeeproject.eu/documenten_en/SOCIAL_EMOTIONAL_LEARNING_FOR_JOB_SEARCHERS.pdf