

Taal van macht



WERKVORM 5 VAN INZICHT, ECHT INZICHT

DOEL

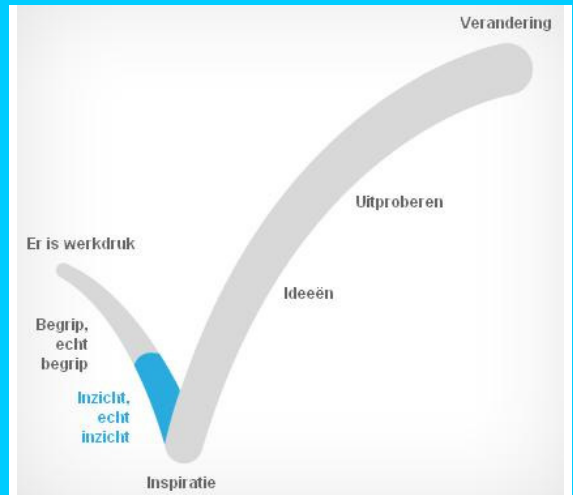
- Inzicht in het gebruik van taal van macht en onmacht.

TIJD

- 40 minuten.

NODIG

- Een groep collega's, in groepjes van 3 personen
- De energiekaart met geeltjes uit de 2^e werkvorm bij begrip: Wat vreet en geeft energie?



Werkwijze:

- Ga in drietallen je eigen energievreters langs. Vertel om beurten 5 minuten lang wat er zou moeten gebeuren om een energievreter weg te werken. De andere twee luisteren goed, zonder het gesprek aan te gaan. Een van de luisteraars let op taal van macht en onmacht.
- Na de vijf minuten geeft de luisteraar terug of hij meer macht of meer onmacht heeft gehoord. Let op, het gaat om een feitelijke constatering, niet om een oordeel. Het kan volledig terecht zijn dat iemand in taal van onmacht over een probleem praat. Niets is dan vervelender dat een ander je het gevoel geeft dat je er toch iets zelf aan zou moeten (kunnen) doen.
- Als er veel onmacht is tonen de luisteraars daarvoor begrip. Daarna ga je samen bekijken of er toch mogelijkheden zijn om zelf iets aan het probleem te doen. Probeer daarbij twee vragen uit:
 - Is er iets te bedenken waarmee je zelf toch invloed kunt uitoefenen op het oplossen van het probleem? (sleutelen aan het probleem)
 - Is er iets te bedenken dat je zelf kunt doen om minder last te hebben van het probleem (sleutelen aan jezelf). Accepteren van delen van het probleem of maatregelen die niet het probleem zelf oplossen, maar wel iets doen aan de situatie.
- De spreker krijgt drie minuten om daar iets over te zeggen.
- Als alle drie sprekers zijn geweest eindigt het gesprek met een vraag waar ieder drie minuten in stilte over nadenkt. 'Kan ik accepteren dat ik niet alles naar mijn hand kan zetten?'

Wat is de taal van macht en onmacht?

De manier waarop iemand over een probleem praat geeft meestal al aan of een oplossing mogelijk is (of niet). Je kunt het horen in de macht of onmacht die de spreker gebruikt.

Taal van macht:

De spreker gebruikt actieve taal en ziet zichzelf als onderdeel van de oplossing. 'Ik ga..., ik doe, ik zorg ervoor dat....'

Taal van onmacht

De spreker gebruikt passieve taal en heeft het over 'anderen'. Je hoort veel woorden als moeten, worden en zouden.

'Ze zouden toch moeten zien dat....., dat zou toch niet zo mogen zijn....., er moet gewoon meer, Er zit meestal verwijt in de zinnen en een negatief oordeel (de ander snapt het niet, ziet het niet, hoort het niet, kan het niet).