

## HET BASISMODEL VAN INTERACTIE

### **Mensen beïnvloeden mensen, bewust of onbewust, gewild of ongewild, maar het gebeurt!**

Deze uitspraak komt van dr. Ferdinand Cuvelier, hoogleraar psychologie, theoloog, en oprichter van de Interactie Academie te Antwerpen en de Relatie-studio te Gent. Daar volgde ik gedurende twee jaren trainingen in de tijd dat ik weer studeerde (andragologie aan de Universiteit van Amsterdam) en plannen had om na mijn studie de psychotherapeutische richting op te gaan. Ik zag daar uiteindelijk toch vanaf: met mijn eerdere opleidingen en ervaring in het bedrijfsleven koos ik ervoor me tot organisatie andragoog te ontwikkelen. In dat vakgebied van de “veranderkunde” kon ik de psychotherapeutische kennis die ik had vergaard trouwens zeer goed gebruiken.

Nand Cuvelier is zonder twijfel de belangrijkste en meest bijzondere leermeester geweest in mijn leven. Ik kon ademloos naar hem kijken en luisteren als hij, te midden van een groep van zeer diverse studenten, in ging op een persoonlijk vraagstuk van een van de deelnemers. Die rust, dat geduld en respect, maar ook de doeltreffendheid van zijn adviezen waarmee hij de vraagsteller in krap twee uur verder bracht, daar heb ik nog bewondering voor. Hij hielp je uit je onzekerheid en spoorde je aan zonder vrees een nieuwe weg te vinden. Toen ik hem jaren later nog eens ontmoette reageerde hij enthousiast toen ik vertelde dat ik zijn leerstof en het basismodel ook toepaste in trainingen voor bedrijven en organisaties. Zijn leerzame reacties en tips nam ik graag mee.

### **Het werkzame basismodel**

Nand Cuvelier heeft de essentie van zijn kijk op de interactie tussen mensen prachtig beschreven in zijn boek “De Stad van Axen”. De schematische kern daarvan, die ik gebruik bij training en coaching, staat hieronder weergegeven: de interactiecirkel. Je treft daarin de zes basis houdingen die we ten opzichte van anderen kunnen innemen: geven, nemen, aanvallen, verdedigen, houden en loslaten. Je herkent vast ook wel meteen de veel voorkomende combinaties of tegenstellingen:

- *Geven en Nemen*
- *Aanvallen en Verdedigen*
- *Houden en Loslaten*



Al deze houdingen zijn in principe goed; je keuze hangt vooral af van datgene dat je met de interactie wilt bereiken.

Je ziet in de tekening ook een buitencirkel. In zijn beschrijving van de Stad van Axen noemt Cuvelier dat de "Wal". Daar zie je de extreme uitingen van de zes houdingen. Blijf daaruit weg, is de boodschap, want walgedrag van de een roept altijd ook walgedrag bij de ander op. Moeilijk, maar ook op zo'n punt kun je goed trainen.

Kijk maar eens goed naar de cirkel: in welke houding voel je je sterk en waarin zou je beter willen worden? Met welke houding van anderen heb je moeite? Zou je de eigen interactiepatronen wel willen veranderen? In welke richting dan? En wat houd je tegen?

