



Bron: Transactionele Analyse - Eric Berne

Inleiding

- De mens is een sociaal wezen.
- Hij streeft in de eerste plaats naar affectieve voldoening om zich al dan niet harmonieus te kunnen ontwikkelen.
- De mens heeft een VITALE basisbehoefte, die van door de anderen te worden erkend, aanvaard als persoon.

Definitie van Teken van Erkenning (TVE)

Elke handeling die een erkenning van de aanwezigheid, het bestaan van de ander inhoudt.

Een teken van erkenning kan zijn:

- verbaal of non-verbaal**: "goeiedag" - knipoog,
- positief of negatief**: complimentje - negatieve kritiek,
- voorwaardelijk of onvoorwaardelijk**: het eerste is feitelijk, precies en gedetailleerd, het gaat over wat we "doen": "je rapport is uitstekend" of "je taart is mislukt", het tweede gaat over het "zijn" van de persoon in zijn geheel: "Ik hou van je", of "ik kan je niet uitstaan",
- gekregen door er rechtstreeks** ("wat vind je van...") **of onrechtstreeks** om te vragen (door een psychologisch spel).

TVE's volgen een fundamentele menselijke regel: liever een negatief TVE dan helemaal geen TVE, met andere woorden: *alles liever dan onverschilligheid*. De dorst naar erkenning is een vitale behoefte: een kind durft gerust een stommitieit te begaan, ook al riskeert het een uitbrander van zijn ouders, als het vindt dat het niet genoeg aandacht krijgt.

Net zoals een volwassene die zich tijdens een vergadering genegeerd voelt, min of meer bewuste strategieën gebruikt om zich te laten opmerken, bijvoorbeeld door met zijn balpen op tafel te tikken of zijn glas om te gooien.

TVE	Positief	Negatief
Voorwaardelijk	+25	-50
Onvoorwaardelijk	+100	ABSOLUUT te vermijden!

Voorwaardelijk positief: bevorderen het slagen in de gewenste richting. Zijn noodzakelijk in elk opvoedings-, opleidings- of begeleidingsproces.

Onvoorwaardelijk positief: bevorderen de ontwikkeling van het individu, “stimuleren” het op positieve wijze, zetten het ertoe aan te slagen en zijn echte doelen te bereiken, zetten het aan tot initiatief, tot zelfstandigheid door zijn capaciteiten ten volle te benutten.

Onvoorwaardelijk negatief: ontmoedigen om in te gaan tegen de aangegeven richting. Ze zijn onmisbaar om een activiteit, een taak, een relatie in een bepaalde richting te duwen, maar zijn niet meteen productief. Ze vormen een noodzakelijke aanvulling bij de aanwijzingen in de vorm van voorwaardelijke positieve stimulansen. Worden te vaak gebruikt ten koste van positieve stimulansen, ze mikken eerder op de controlefunctie en het normbesef dan op het creatieve en de autonomie.

Onvoorwaardelijk negatief: ze zijn geneigd de gesprekspartner het gedrag op te leggen dat hem wordt verweten. Ze zijn geneigd probleemsituaties te bevriezen die anders uiteindelijk in positieve zin zouden kunnen evolueren.

Leren NEE zeggen, met respect voor zichzelf en de ander, is een van de middelen die we hebben om onvoorwaardelijke negatieve stimulansen te vermijden.

Verkeer van TVE's

Met een beetje oefening kan een persoon ontdekken waar hij geblokkeerd zit in zijn “beheer” van TVE's: bepaalde verantwoordelijken kunnen wel negatieve, maar geen positieve signalen geven.

Voor een goed verkeer van TVE's moet men kunnen:

- TVE's ontvangen,
- TVE's geven,
- TVE's vragen,
- TVE's weigeren.

De vraag die ik me moet stellen:

“Welke hefboomen kan ik gebruiken om de interacties tussen de leden van mijn team te veranderen?”