



**Je kleineert me!
Je stampt me
de grond in.**

Tekening van Peter Vos
uit het boek "De onbekende klein Duimpje en Hans en Grietje"

Mensen die op deze wijze communiceren, geven je het gevoel dat ze je kleineren of ze geven je het gevoel dat zij veel groter, sterker, slimmer, machtiger, rijker, beter enzovoort zijn dan jij. Ook gebruiken ze vaak een toon in hun stem, alsof ze beschuldigen, veroordelen en verwijten maken.

Verder noemen we de mensen die op deze wijze communiceren in deze tekst 'de reus'.

De reus geeft je het gevoel dat wat hij zegt, maar meestal is het een vorm van roepen, een feit is. Een vaststaand feit. Jij voelt het als een oordeel en het doet er dan niet meer toe of je het met hem eens bent of niet, je bent van je stuk gebracht. De reus geeft je het gevoel, dat jij er geen verstand van hebt, je minder bent, dat je slechts als voetveeg dient of je ergens schuldig aan bent.

Het is dus niet zo zeer, dat wat de reus roept de waarheid is of niet, maar de reus roept het op zo'n manier dat jij het gevoel krijgt hij geen tegenspraak duldt. De reus spreekt en jij hebt verder je mond te houden-gevoel. Dat gevoel geeft je een angstig gevoel, een minderwaardigheidsgevoel, je voelt je gekleineerd.

BEWUST?

Het maakt niet zoveel uit of de reus bewust deze manier van communiceren gebruikt. Of hij je bewust kleineert. De wereld is een wereld geworden, waar macht als kracht gezien wordt. En veel onzekere mensen, gebruiken die macht om krachtig te doen lijken. Het kwaad heeft de overhand. Daarbij hoe het bij jou als kleineren binnenkomt, is door de Reus niet altijd die woorden letterlijk in de mond genomen. De Reus gebruik zijn woorden zo, zodat hij zich oppermachtig voelt, verheven boven alles, ook zonder dat de reus die woorden in de mond genomen heeft. In feite is het een schreeuw om gehoord te worden en schijnbaar heeft hij niet de kracht om macht uit te stralen in een rustig gesprek. Maar die zwakheid zal hij ten aller tijde verbloemen.

Je reactie op de reus

Meestal is de reactie op de communicatie van de Reus::

Of je zegt niks, omdat je bang bent ertegenin te gaan. Je krimpt ineen, je voelt je klein en houd je mond.

Of je reageert geslagen, barst in woede uit en schiet in de verdediging. Je wilt je mening duidelijk maken en bewijzen dat de reus het bij het verkeerde eind heeft. Er ontstaat een argumentloze, ongelijke discussie of woordenwisseling. Je gaat de dualiteit aan met de reus.

Hoe draaien we de rollen om, hoe wordt de reus verslagen?

Net zoals klein duimpje keer je het om en word juist sterker en slimmer dan de reus. Je stop met je verslagen voelen. Je krimpt niet ineen, barst niet in woede uit maar, ga de dualiteit niet aan maar **STEL EEN VRAAG**

De reus communiceert in feiten, roept zijn beweringen als feiten. En jij begint door te vragen.

Vertel eens, waar baseer je dat op? Hoe zit dat, leg het eens uit. Wat bedoel je precies? Kun je dit onderbouwen? Wat zijn je argumenten?

De reus moet nu zijn beweringen onderbouwen. Dit zal de reus je niet altijd in dank afnemen, want hij raakt zijn macht kwijt. Maar een reus is ook graag belerend. De reus zal nogmaals proberen zijn feit al roepend te communiceren, om je van je stuk te brengen, je zwak te laten voelen.

Als jij rustig blijft reageren met vragen, zonder boos te worden, dan word je echter sterk. De reus zal wellicht nu ook proberen van onderwerp te veranderen, een nieuwe manier zoeken om je opnieuw aan jezelf te laten twijfelen

Als je de communicatie met de reus niet uit de weg kunt gaan, blijf dan reageren met vragen.

Resultaat

Jij laat je niet meer wegzetten in een hoek. Jij vecht niet terug uit verslagenheid of met woede. Jij voelt je gesterkt door het stellen van vragen.

Veel reuzen hebben echter ook de behoefte om belerend te zijn. Doordat jij vragen stelt, kan hij deze behoefte vervullen. Of het verder een bevredigend gesprek wordt, zal ook afhankelijk zijn van het IQ van de reus.

Er is zelfs een mogelijkheid tot een gelijkwaardig gesprek, omdat jij je niet meer onderuit gehaald voelt. Als de reus zijn beweringen met feiten en argumenten weet te onderbouwen, kun je wellicht nog wijsheid opdoen ook. Dat was eerder haast onvoorstelbaar.

Note aan de Reus

Wat licht er ten grondslag aan je schreeuw, bevel, roep? Voel je je niet gehoord? Haal je kracht uit iemand onderuit halen, omdat je die kracht niet in jezelf vindt? Voedt je je als het ware met het ontkrachten van een ander?

Ben je bang van gelijkwaardige discussies? Bang dat je argument geen steek houdt?

Tekst gratis te downloaden op www.delenmetanderen.nl
Meepraten of schrijven? info@delenmetanderen.nl