

Bijlage B: De Roos van Leary in praktijk

Module 3: De analytische Wikipediaan

Veel van ons gedrag beïnvloedt min of meer automatisch het gedrag van andere personen. Andersom wordt ons gedrag in belangrijke mate beïnvloed door het gedrag van de mensen om ons heen. Dit proces treedt vrijwel automatisch op, dat wil zeggen zonder dat we ons hier expliciet bewust van zijn. Op het moment dat je dit principe doorhebt, kun je bewust ingrijpen en het proces doorbreken en aanpassen (mits de context dat toelaat). Welk gedrag ander gedrag oproept of versterkt is door een team van psychologen in kaart gebracht. Deze bevindingen zijn visueel samengevat in de 'Roos van Leary'. Dit model heeft de vorm van een cirkel met vier kwadranten waarbinnen verschillende typen gedrag worden weergegeven. In dit artikel bespreken we de eenvoudige versie van deze *Roos* waarbinnen acht typen gedragingen worden onderscheiden¹.

In onderstaande figuur is welk type gedrag het andere type gedrag oproept weergegeven met verschillend gekleurde lijnen.



Figuur 1. Afbeelding Roos van Leary.

Bron: https://nl.wikipedia.org/wiki/Roos_van_Leary# met bewerking: categorieën verwijderd, pijlen toegevoegd.

¹ De 'Roos van Leary' wordt doorgaans gebruikt aan de hand van een vragenlijst waarbij de uitkomsten grafisch worden weergegeven (cirkel) waarbinnen is af te lezen in welke mate een persoon bepaald gedrag vertoont. In deze module wordt de 'Roos' enkel gebruikt om te laten zien welk gedrag ander gedrag oproept. Zie voor meer toepassingen en uitleg: https://nl.wikipedia.org/wiki/Roos_van_Leary

Figuur 1 laat zien welk type gedrag uit het kwadrant het tegenovergestelde type gedrag oproept uit een horizontaal gespiegeld kwadrant (complementair). Samengevat:

- aanvallend <-> opstandig
- concurrerend <-> teruggetrokken of opstandig
- leidend <-> volgend
- helpend <-> meewerkend

Ook geven de pijlen aan dat het hier een interactie betreft die twee kanten opgaat, dat wil zeggen dat het gedrag elkaar versterkt. Bijvoorbeeld: *leidend* gedrag roept *volgend* gedrag op en *volgend* gedrag roept weer meer *leidend* gedrag op en meer *leidend* gedrag roept weer meer *volgend* gedrag op etc. Indien er op *leidend* gedrag geen *volgend* gedrag volgt zal het *leidend* gedrag juist gaan afnemen (uitdoven). Hierdoor is het mogelijk om eventueel ongewenst gedrag af te remmen of om te buigen door niet het complementaire gedrag te vertonen maar te kiezen voor ander gedrag.

Voorbeeld: de-escalatie van gedrag

Aanvallend → opstandig → aanvallend → opstandig = versterking dat steeds heftiger wordt.

Indien iemand jou *aanvalt* over een bepaalde correctie in een tekst die door jou is doorgevoerd, dan is de natuurlijke neiging om hier *opstandig* op te reageren. *Aanvallend* gedrag roept namelijk automatisch *opstandig* gedrag op. Echter, als jij je *opstandig* gaat gedragen dan versterkt dit het *aanvallend* gedrag van de andere bewerkster. Dit omdat opstandig gedrag automatisch *aanvallend* gedrag oproept. Door deze situatie kom je in een neerwaartse spiraal terecht waarbij de interactie steeds vijandiger wordt.

Het is in de praktijk lastig om uit deze spiraal te komen. Meestal escaleert dit type interactie, of één van de deelnemers trek zich terug uit de interactie of een derde grijpt in. De 'Roos van Leary' geeft echter ook een handvat om uit deze spiraal te komen en het tot de-escalatie van het gedrag te komen. Door zelf niet meteen *opstandig* te reageren, maar te kiezen voor bijvoorbeeld *meewerkend* gedrag zal dit bij de ander eerder *helpend* gedrag oproepen. Wellicht werkt dit niet meteen (indien er inmiddels sprake is van een conflict) maar wat wel meteen zichtbaar wordt is dat het *aanvallende* gedrag van de ander afneemt (dooft) en op den duur *helpend* gaat worden. Binnen de hulpverlening wordt dit standaard toegepast (heb je wel eens een hulpverlener opstandig zien reageren op agressief gedrag van een patiënt?).

Kip-ei probleem opgelost

Wat was er eerst, jouw gedrag dat gedrag bij een ander oproept/veroorzaakt of het gedrag van de ander wat de reden is van jouw huidige gedrag? Dit probleem is niet langer relevant op het moment dat jij inzicht hebt in hoe gedrag ander gedrag oproept. Vanaf dat moment kun jij meer bewust zijn van je eigen gedrag en zelf beter bepalen welk gedrag jij wilt laten zien. Op deze manier ben je in staat om de interactie te sturen in een door jouw gewenste richting. Soms is de context zodanig dwingend dat je dit proces niet kunt sturen, bijvoorbeeld als je te maken hebt met een autoritaire leidinggevende die enkel *volgend* gedrag van de mensen om zich heen accepteert (ja-knikkers).

Let op: de principes van de 'Roos van Leary' zijn vooral onderzocht in de westerse maatschappij en bij gezonde mensen. Hierdoor is dit model minder bruikbaar bij mensen met verschillende culturele achtergronden, mensen met psychische problemen of personen die onder invloed zijn van verdovende middelen.

(Alexander Waringa, 2017)