



De Kunst van het Vragen Stellen 7 september 2024 – Landelijke Beroepsvereniging van Ritueelbegeleiders *Over de kracht van de niet-wetende houding*

Met onderaan een code voor 20 euro korting op het volgen van Filosofietjes 2.0, incl een ticket voor de communityweek van 30 sept-7 okt.

Wat is een vraag?

Niet alleen een zin uitspreken met een vraagteken erachter. Een vraag stellen waar je zelf het antwoord ook niet op weet en waarbij je bereid bent elk antwoord te ontvangen.

Gespreksreflexen

Ik-reflex
Help-reflex
Advies-reflex

Socrates

De grote vragensteller die (volgens overlevering, de beste man heeft zelf nooit een letter op papier gezet) zei: Alles wat ik weet, is dat ik niets weet.

De vroedvrouwenkunst: Ervan uitgaan dat de kennis al in de ander aanwezig is, de vragen zetten de ander aan het denken en helpen hem/haar/hen die kennis 'geboren' te laten worden.

Socratische houding

Inzetten wanneer het draait om zaken/vragen waar geen eenduidig antwoord op te geven is.

Nieuwsgierigheid en verwondering
Moed om door te vragen
Bewust van eigen/andermans oordeel/interpretatie
Empathische nulstand
Ongemak verdragen

Zuiver luisteren

1^e positie overtuigen, eigen mening, advies geven, suggestieve vragen, retorische vragen, aannames

Wat vind ik er van? Dat had ik ook! Daar ben ik het niet mee eens. Wat zal ik straks vragen? Ik wil dit zo zeggen. Maar denk je niet dat....? Kan het ook zo zijn dat....?

2^e positie open luisteren, geen eigen invulling in de vraag, nieuwsgierig om de ander beter te begrijpen



Wat bedoel jij? Wie waren erbij? Wat zei ze? Wat bedoel je met...? Waarom werd je...?

Oefenen posities

Luister naar de ander en registreer bij jezelf:

-welke gedachtes komen er bij mij voorbij?

-welke gevoelens komen er bij mij voorbij?

-wanneer schiet ik uit de 2^e positie en wil ik bijvoorbeeld een oordeel vellen/mening geven/advies geven/een eigen situatie vertellen

Bij welke woorden van de ander gebeurt dit in jou? Welke vraag zou je hier kunnen stellen vanuit de 2^e positie?

Echotaal

Gebruik in je vragen zo veel mogelijk de taal van de ander. De woorden die je zelf toevoegt, komen van jou, die zijn niet van de ander.

Een schone vraag

Geen inleiding, niet drie vragen achter elkaar, niet een uitleg erachter. 1 schone vraag.

Empathische nulstand

I.p.v. laten zien hoezeer je iemand begrijpt, begrijp je diegene in eerste instantie niet en ben je onverschrokken genoeg om de ogenschijnlijke vanzelfsprekendheden te bevragen. (In en door je vraag laat je merken dat je geluisterd hebt). Je laat je niet meevoeren door de inhoud. Maar luistert meer technisch: wat wordt hier gezegd/beweerd? Is dit een antwoord die aansluit bij de vraag?

Let maar eens op: in een overleg hoor je regelmatig "Ik heb een vraag."

Je mag dan verwachten dat de volgende zin begint met bijvoorbeeld Waarom, Van wie, Hoe komt het...? Maar soms volgt er een zin die begint met Ik weet dat, Zelf vind ik, We kunnen toch...? Dan volgt er in eerste instantie geen vraag, maar een opmerking.

Vooronderstellingen bevragen

In elke vraag en zin die iemand uitspreekt of opschrijft kun je vooronderstellingen zien. Bijvoorbeeld in:

Mijn broer vindt dat het vrolijk moet, maar ik wil gewoon kunnen huilen.

Huilen is iets dat je kunt of niet.

Huilen kan niet als het vrolijk moet.

Mijn broer vindt iets en ik wil iets.

Wat mijn broer vindt en wat ik wil gaat niet samen.

Iets kan vrolijk moeten.

enz

Elke vooronderstelling kan weer bevraagd worden. Bijvoorbeeld:

Wat moet vrolijk van je broer?

Kan vrolijk en huilen niet samen?

Is kunnen huilen gewoon?

Kan iets vrolijk zijn omdat het moet?

Kun je huilen omdat je het wilt?



De 'slechte' vragen

- de komma-sukkel-vraag (je kunt hem er achteraan denken, bijv: heb je dat formulier nou nog niet ingevuld (,sukkel)?)
- de maar-vraag (de maar veegt weg wat de ander daarvoor gezegd heeft)
- de cocktailvraag (hoe vond je de lunch? Vond je hem lekker of niet? Wat ga je trouwens vanavond eten? Een hele stapeling aan vragen dus)
- de onterechte of-of-vraag (Wil je het op je eigen manier doen of wil je het samen doen? Terwijl er nog andere opties zijn)

Naar boven vragen

Gaat over het DENKEN. Vraagt naar begrippen, opvattingen, principes, mens-wereldbeelden

Waarom is dat zo?

Wat bedoel je met...?

Waarom denk je dat?

Naar beneden vragen

Gaat over het ZIJN. Vraagt naar waarnemingen, feiten, handelingen, gebeurtenissen

Wanneer was dat?

Wat zei zij dan?

Wat deed jij toen?

Naar beneden vragen om te zorgen dat het gesprek over de ideeën en opvattingen een link blijft houden met iets uit de werkelijkheid. Waar hebben we het anders over?
In het boek Socrates op Sneakers terug te vinden op: bladzijde 180-189

Intervisie

Intervisie kun je in vele vormen doen. Een aantal ideeën:

- Als je ergens tegenaan loopt proberen het in 1 heldere vraag te vangen, niet meer dan 10 woorden. Hoeft niet meteen perfect te zijn. Je blijft er aan klussen. Iemand anders/zelf/samen de vooronderstellingen eruit halen, daar de vragen bij bedenken. De vraag bevragen. Dan opnieuw kijken naar de startvraag. Klopt hij nog? Herformuleren?
- Met een groep verzamelen welke vragen aan de orde zijn in jullie werk. Af en toe de tijd nemen om met elkaar een gesprek te voeren over deze vraag. Voorbeelden: Wat is goede ritueelbegeleiding? Wanneer moet je stoppen met helpen?
- Gebruik in intervisie de geoefende vaardigheden: vragen stellen, iemand laten denken over wat hij zegt. Geen advies-/help-/ik-reflex

Lezen: Socrates op Sneakers – Elke Wiss

Luisteren: bijvoorbeeld via Storytel, Luisterrijk, Kobo maar ook via bibliotheek.nl

Zelf oefenen

Een laagdrempelige manier om hiermee te oefenen is praatprogramma's kijken en interviews. Kladblok en pen in de aanslag. Neem een kwartier om ergens op te focussen en maak daar aantekeningen over. Bijvoorbeeld:

- schrijf op welke vragen er worden gesteld: welke vragen zijn vanuit de 1^e positie, welke vanuit de 2^e positie?



- schrijf op welke vragen worden gesteld: wat valt je op aan komma-sukkelvragen, suggestieve vragen, cocktailvragen enz
- is het antwoord dat gegeven wordt na de vraag, echt antwoord op de vraag?
- schrijf alle beweringen op die gedaan worden: welke vragen kun je hier achter schrijven om deze beweringen te bevragen?
- schrijf alle beweringen op met hun argumenten: is dit argument inderdaad een argument voor deze bewering?

Wil je meer?

Geef het door aan de organisatie. Wellicht is er een vervolg mogelijk. Of kijk voor jezelf op www.denksmederij.nl

Of geef je op voor Filosofietjes 2.0. Speciaal voor jullie met 20 euro korting.

Meer informatie en inschrijven: <https://www.denksmederij.nl/filosofietjes-2-0.html>

Kortingscode: LBvR202024

Filosofietjes is dé manier om aan effectieve, waardevolle reflectie te doen. Het biedt je een online do-it-yourself-cursus van 10 praktische, leuke, frisse modules waar je altijd op terug kunt vallen als je even de tijd wilt nemen om ergens goed over na te denken.

In je eigen tempo, en je eigen volgorde.

Je hoeft geen enkele ervaring met filosoferen te hebben; filosoferen is in dit geval niets anders dan op een lichte én gestructureerde en gedisciplineerde manier aandacht besteden aan je eigen denken. En daarmee je eigen thema's en persoonlijke groei.

Als je de cursus koopt, zit daar direct een kaartje bij voor de eerstvolgende community-week; een week lang livesessies met Elke en je medecursisten via Zoom. Deze is al heel snel, van 30 september t/m 7 oktober 2024! Daarnaast een uitgebreide community waarin je met elkaar kunt meedenken, vragen kunt stellen en je gemaakte oefeningen kunt uitwisselen en delen."

Kom je dingen tegen die je graag wilt bespreken?

Jullie mogen me gerust mailen: linda@denksmederij.nl Dan kijk ik even met je mee.

Grote kans wel dat je een vraag terugkrijgt 😊

Graag tot ziens.

Veel plezier met het niet-weten!

Linda