

## Vragen stellen

Emmy van Os, april 2008

Onlangs bezocht ik een neven- en nichtenreünie en na afloop realiseerde ik me pas goed dat ik uit een cultuur kom, waar bescheidenheid een deugd is.

Je begint niet zomaar met over jezelf te vertellen. Het is veel aardiger om je belangstelling te tonen aan een ander door vragen te gaan stellen.

Dat geldt voor mijn middenklasse milieu, maar is niet in elke cultuur of klasse de gewoonte. Bij sommige komt vragen stellen niet in het hoofd op, zelfs niet dat een ander ook wel iets anders wil dan luisteren. Soms praat iedereen door elkaar heen. In veel Afrikaanse landen geldt vragen stellen juist als onbeleefd en onbescheiden.

*Wat was bij jouw thuis de gewoonte?*

Na de familiebijeenkomst bedacht ik ook dat ik sommige vragen helemaal niet graag beantwoord en dat ze daarmee een richting van het gesprek bepaalden, die ik eigenlijk niet had gewild. Mooie reden om het vragenstellen nader te bekijken, temeer daar we er in de oefengroep op een bepaalde manier mee omgaan en we aan behandeling van dit stukje theorie toe zijn.

### Waarom stel je vragen?

- Uit interesse
- Uit nieuwsgierigheid
- Om informatie te krijgen
- Om iets te begrijpen dat voor mij onduidelijk is
- Om die ander te begrijpen
- Om zelf antwoord te kunnen geven op de vraag
- Om een ander aan te moedigen om te vertellen
- Om maar iets te zeggen
- Om contact te maken
- Om de stilte te doorbreken
- Om vriendelijk te zijn
- Om iets te weten te komen
- Om mijn vermoeden na te vragen
- Om te weten of ik gelijk heb
- Om iets boven tafel te krijgen
- Om mezelf te verbergen
- In de hoop daarna iets over mezelf te kunnen vertellen
- In de veronderstelling aardig gevonden te worden
- Uit verlangen om dichtbij de ander te komen

- Uit gewoonte
- Uit beleefdheid
- Omdat het zo hoort
- Om iets aan te schaffen (mag ik een half bruin?)
- Om mijn angst te dempen
- Om een inschatting te maken over de ander
- Als aftasting of de ander ‘hoger’ of ‘lager’ staat dan ik
- Als inleiding tot een verder gesprek

Een vraag is vaak het uiterste puntje van een belevingswereld die daaraan vooraf of mee vergezeld gaat. En een vraag krijgen gaat nogal eens langs het interessegebied van dit moment, zo is mijn ervaring.

Met het stellen van een enkele vraag lok je iets bij een ander uit en vertel je in feite **zo min mogelijk** over jezelf. Je legt nogal wat initiatief en inhoud bij de ander, ook al lijkt het van niet.

### **Een vraag stellen in de oefengroep**

In Eleu moedigen we aan dat ‘zo min mogelijk’ ongedaan te maken en iets van jezelf prijs te geven. Bijvoorbeeld je achterliggende gedachte, want soms betekent een vraag stellen eigenlijk: ik heb hier iets over te zeggen. Of je intentie uitspreken: ik verwacht, ik hoop, ik veronderstel, (dat je me begrijpt, dat de stilte tussen ons doorbroken wordt, dat ik je leer kennen, dat je me ziet, dat je me geruststelt...of.. of... zie bovenstaande waslijst).

Het is daarom dat in de oefengroep de helper zegt bij een vraag: “*wat zit er achter je vraag?*” Kan klinken als achterdocht maar dat is het dus niet. Let als helper op welwillendheid in toon en houding...: “*vertel iets over jezelf, van waar komt je vraag?*”

Het gebeurt ook wel dat de helper ten onrechte deze vraag stelt, omdat je voordat je de vraag stelde al veel achterliggende gedachtes of je intentie hebt verteld.

### **Doel van het oefenen is onder meer:**

- De communicatie **verhelderen**.
- Om je **bewust te worden** van de onderliggende gedachte, van je intentie.
- **Aanwezigheid bij jezelf te bevorderen**, van dichtbij zien wat je aan het doen bent. Dit innerlijke proces wat meer zichtbaar maken. En ook: niet voornamelijk de ander het werk laten doen in toenadering, **ook iets van jezelf prijs geven**. Met een enkele vraag is dat te schraal, te karig. Het is een mooi begin, maar kan als start wat meer worden van jou uit.

- In een oefening laten we het niet alleen van de ander afhangen hoe het contact verder zal gaan. **Zelf verantwoordelijkheid nemen** en dat kun je doen door direct jezelf in te steken. Zoveel als je gepast vindt.
- Om **te zeggen wat je werkelijk wilt zeggen**.

**Je weet soms niets te zeggen, maar je hebt vaak wel iets te vertellen.**

Kom niet op het idee dat een vraag stellen in het algemeen, of een vraag stellen in de oefengroep niet goed zou zijn, niet zou mogen.

Maar de helper zal iets doen, in actie komen als heel de rest achterwege blijft.

En in je dagelijks leven kun je ervoor gaan kiezen bewuster om te gaan met het stellen van vragen.

En als je een vraag krijgt kun je bedenken: het zou kunnen dat die ander me iets te zeggen heeft, of dat ze contact met me wil, of wat dan ook. Met je beantwoording kun je daarmee rekening houden en waarschijnlijk beter kiezen hoe je wilt reageren.