

Spreek je vraagspier aan

Erst naar beneden	Open uitnodigen	Verbeelding benutten	Voed vooruit	Verruim de blik
Voorbeelden				
<p>Naar beneden = <i>'Bijvoorbeeld...?'</i> <i>'Hoe ging dat precies?'</i> <i>'Waar was je toen?'</i> <i>'Waar ben je op dat moment, met wie...'</i> <i>'Hoe vaak gebeurt dat?'</i></p> <p>Naar boven = <i>'Wat heeft dit te maken met...'</i> <i>'En toen....'</i> <i>'Wat maakt dit zo interessant?'</i></p>	<p>Vergelijk de vraag: <i>'Hebben jullie je kind al gevaccineerd?'</i> ...met de vraag: <i>'Hoe staan jullie over vaccineren?'</i> <i>'Wat is belangrijk bij dit besluit?'</i> <i>'Wat bepaalt jouw keuze?'</i> <i>'Wat zou je in je werk nooit willen kwijtraken?'</i> <i>'Waar gaat dit gesprek over?'</i></p>	<p><i>'Wat raakt je nou?'</i> <i>'Waar raakt je dat?'</i> <i>'Wat voelde je toen?'</i> <i>'Waar sta je dan?'</i> <i>'Waar kan dit vandaan komen?'</i> <i>'Wat hoor ik je zeggen?'</i> <i>'Wat gaat er door je heen?'</i> <i>'Hoe zien die beren (op je weg) eruit?'</i> <i>'Waar sta je op die golf (die over je heen komt)?'</i></p>	<p><i>'Wat zie je gebeuren?'</i> <i>'Waar brengt dit jou?'</i> <i>'Wie of wat gaat ons helpen?'</i> <i>'Wat heb je nodig?'</i> <i>'Welke mijlpalen zie je?'</i> <i>'Waar zou je aan willen werken?'</i> <i>'Als je één ding aan Sinterklaas mag vragen...?'</i> <i>'Hoe kunnen we...?'</i> <i>'Wat is de kop in de krant?'</i></p>	<p><i>'Wat gebeurt er als we dit niet doen?'</i> <i>'Is het niet precies omgekeerd?'</i> <i>'Hoe denken anderen in de groep erover?'</i> <i>'Wie hebben hier nog meer last van?'</i> <i>'Welk risico zouden we moeten nemen?'</i> <i>'Waar gaat het niet over?'</i> <i>'Wat wordt niet gezegd?'</i></p>
Werking				
<p>Wat je concreet voor ogen hebt, kun je toe-eigenen – en verder brengen. Help verbanden leggen, voordat je abstraheert.</p>	<p>We zijn ons niet altijd bewust van onze waarden (wat we voor het goede houden): onze eerste krachtige waarneming. Open vragen nodigen uit; Bij gesloten vragen voelt je je snel ter verantwoording geroepen. Stel ook de 'waarom' vraag zo lang mogelijk uit. En weet: we zoeken steeds afstemming.</p>	<p>We nemen bij spanningen onze toevlucht tot beeldtaal en 'lichamelijke' taal.: 'dit voelt niet goed', 'ik krijg hier jeuk van' of 'ik kan er met mijn hoofd niet bij'. Feiten en inhoud zijn 2^e orde informatie. Variant: parafaseren: 'dus daar sta je op die golf/voor die gesloten deur'</p>	<p>Vragen naar iets in het <i>verleden</i> lokt eerder schuld en oorzaak uit, vragen naar iets in het <i>nu</i> voeden een neiging om je te verantwoorden, vragen naar wat in de <i>toekomst</i> ligt zet de ideeënmachine aan.</p>	<p>Alles begint bij erkenning en autonomie (zelf-erkenning en zelf-respect). Vervolgens zijn we bereid om ons heen te kijken. Wie is nabij en vertrouwd, wie biedt sociale bevestiging (zie je me écht staan?). Je daagt dan uit to analyseren en evalueren. Ook wel 'hoog rendements-vragen' genoemd.</p>
<u>Stel je eigen inhoud uit</u>	<u>Begin niet met een werkwoord</u>	<u>Help woorden te geven</u>	<u>Spreek verlangen aan</u>	<u>Laat verder kijken</u>

Bronnen				
<p>Downchunken en upchunken (NLP)</p> <p>Socrates op sneakers (Wiss)</p> <p>Geweldloos communiceren (Rosenberg)</p> <p>Kralenspel (Kessels): neem mee naar het hittepunt</p> <p>Bescheiden vragen (Schein)</p> <p>Critical incident methode (Zwijzen)</p>	<p>Te Molder, VU (discursieve psychologie)</p> <p>5 x waarom vragen (intervisie)</p> <p>Waarderend communiceren (dewaardering.com)</p> <p>Beslisstijlen (Williams & Miller)</p> <p>Habermas (co-orientatie, afstemming)</p>	<p>Lichaamstaal Van Marwijk)</p> <p>Rake vragen (Bakker)</p> <p>‘In het gelaat van de ander ontmoet ik mijzelf’ (Levinas)</p> <p>Trage vragen (Kunneman)</p>	<p>Design thinking (HKW)</p> <p>Geanticipeerde spijt (neem mee, gevolgen huidig gedrag)</p> <p>Deep democracy (o.a. Wat er niet gezegd wordt, Beets)</p> <p>Thank you for arguing (Heinrichs)</p>	<p>Omdenken.nl</p> <p>Harvard methode (Mutual gains approach)</p> <p>Socratische methode (o.a. moreel beraad)</p> <p>Transactionele analyse, drama- & winnaarsdriehoek (Berne, Karpman en Choy)</p> <p>Erkenning (Honneth)</p>