

Een goede vraag

C O L U M N



NICOLE VAN WETTEN
COMMUNICATIEADVISEUR

Huisartsen stellen goede vragen aan hun patiënten. Dat is wat ik denk, want hoe komen zij anders dichterbij de waarheid?

Vorig jaar kreeg ik als boekentip *Socrates op sneakers*.¹ In de zomermaanden las ik als ontspanning af en toe een hoofdstuk. Socrates fascineerde mij. De filosoof leefde in de vijfde eeuw voor Christus in het oude Griekenland. Hij verstond de kunst van het vragen stellen. In tweespraak met de ander wilde hij samen komen tot ware kennis.

Maar wat is een goede vraag? Een uitnodiging om met de ander in verbinding te komen? En wat doet een goede vraag?

In Houten neem ik deel aan een gespreks-groep. Wij gaan met elkaar in gesprek over alledaagse onderwerpen, met als gemeenschappelijke basis ons geloof. Hoewel die basis dezelfde is, blijft het heel interessant om elkaars perspectieven en opvattingen te beluisteren en elkaar daarop te bevragen. Op een avond werd het idee geboren om onszelf te trainen in het voeren van een verdiepend gesprek. Hoe leuk zou het zijn om het vragen stellen zelf onder de loep te nemen? Zo gezegd, zo gedaan. Wij namen ons voor het boek over Socrates als leidraad te gebruiken en met hem mee te lopen. Elke bijeenkomst een hoofdstuk bespreken en trainen!

Twee deelnemers hadden het eerste hoofdstuk extra voorbereid en legden ons uit wat het stellen van goede vragen moeilijk maakt. Bijvoorbeeld dat wij zelf denken dat het veel tijd vraagt. Of omdat over jezelf praten fysiek prettiger voelt dan te informeren naar de ander. Of omdat – met name in gezelschap – een mening ventileren beter ‘scoort’ dan een vraag stellen. Omdat praten over wat anders is dan doen, oefenen wij: ‘Aan welke situatie heb jij je de afgelopen week geërgerd en schrijf die eens op. Geef je aantekening aan degene naast je. Lees de aantekening die jij hebt ontvangen aandachtig door, geef je verwonderde, nieuwsgierige ik voorrang en bedenk een goede vraag.’ Zo wordt oefenen ervaren. Dan merk je hoe lastig het kan zijn een vraag te stellen zonder oordeel, zonder een impliciet antwoord. De keer daarop schetste een van ons een situatie waarmee zij behoorlijk in haar maag zat. Aan ons de uitdaging om op socratische wijze vragen te stellen, om te reflecteren, kritisch te denken en te komen tot diepere inzichten. Socrates leert ons ook empathie te parkeren. Ons hielp het om inleving even ruimte te geven en daarna te verplaatsen naar de achtergrond en dan pas een vraag te stellen. Ik zie het beeld van een huisarts die na een werkdag de praktijk uitkomt. Hoe houdt hij of zij de situaties van die dag op veilige afstand? Die verwondering is mijn bewondering en sterkt mijn aanname dat medewerkers in de huisartsenzorg vragen kunnen stellen zoals Socrates dat deed. ■

¹ Wiss E. *Socrates op sneakers*. Filosofische gids voor het stellen van goede vragen. Amsterdam: Uitgeverij Ambo/Anthos, 2023.



AFBEELDING VAN ESZALAI VIA PEXABAY

FOTOGRAFIE DORRIN HEIN | WWW.TOTAK.COM