

‘Socrates op sneakers is een vrolijk, brutaal, onconventioneel boek over vragen stellen. Elke kan theorie, praktijk, eigen onzekerheden en spitsvondige taal zo met elkaar combineren dat je het idee hebt dat je met een vriendin praat, terwijl je haar boek leest.’

– Ariane van Heijningen, praktisch filosoof bij DENKPLAATS

‘Een helder en praktisch boek voor dappere denkers, die willen weten hoe je diepgaande gesprekken voert.’

– Sigrid van Iersel, verhalenmaker en interviewer

‘Met veel voorbeelden uit het echte leven word je geconfronteerd met de hyperpersoonlijke luie stoel vanwaaruit we meestal vragen stellen. Door de directe schrijfstijl voel je meteen wat het effect is van een socratische houding, hoe je ruimte kan creëren voor een ander en hoe je door te luisteren de juiste vragen kan stellen.’

– Annemiek Laarhoven, stemacteur, koördirigent en muziekdocent

‘Elke geeft mooie inzichten, en intelligente tips om verdieping aan te brengen in gesprekken. Daarbij rekent ze af met sommige communicatieclichés en schrijft ze los, levendig en ontwapenend.’

– Iris Posthouwer, trainer, coach en auteur van *Smalltalk survival*

‘We willen het allemaal: een goed gesprek voeren met diepgang maar toch lukt het niet altijd. Dit boek verbindt alle lijntjes die je nodig hebt om een goed gesprek te voeren.’

– Nynke Brugman, jeugdzorgwerker

‘Meer nog dan de praktische kant van de vraag, prikkelt de gedachte dat als mensen minder voelden dat ze alles moesten weten, en onwetendheid een kunde zou zijn, er meer respectvolle dialoog en wederzijds begrip zou ontstaan in ons nationaal debat.’

– Lars van Kessel, GZ-psycholoog, gezins- en relatietherapeut

‘Ik heb het bijna in één ruk uitgelezen. Het heeft me aan het denken gezet over mezelf, maar het heeft me ook concrete handvatten gegeven om mee aan de slag te gaan.’

– Stella Amesz, verpleegkundig specialist wondzorg

Meld je aan voor onze nieuwsbrief om op de hoogte te blijven van  
de nieuwste boeken van Ambo|Anthos uitgevers via  
[www.amboanthos.nl/nieuwsbrief](http://www.amboanthos.nl/nieuwsbrief).

Elke Wiss

# Socrates op sneakers

Filosofische gids voor het stellen  
van goede vragen

Ambo|Anthos  
Amsterdam



ISBN 978 90 263 4689 7

© 2020 Elke Wiss

Deze uitgave kwam tot stand door bemiddeling van  
Sebes & Bisseling Literary Agency te Amsterdam

Omslagontwerp en -illustratie Bas van Vuurde

Foto auteur © Ruud Pos

Trouwfoto p. 238 © Michel Klooster Photography

Verspreiding voor België:

Veen Bosch & Keuning uitgevers nv, Antwerpen

# Inhoud

INLEIDING	9
Praktische filosofie: kun je dat eten?	17
Waarom Socrates?	19
Waarom zou je je willen trainen?	21
I WAAROM ZIJN WE ZO SLECHT IN HET STELLEN VAN GOEDE VRAGEN?	27
Biologie	35
Vraagvrees	43
Beloning	49
Objectiviteit	55
Tijd	62
Competentie	66
2 KERN: DE SOCRATISCHE HOUDING	74
Verwondering	85
Nieuwsgierigheid, écht willen weten	89
Moed	94
Oordelen, en dat oordeel totaal niet serieus nemen	97

	Het niet-weten leren verdragen (en zelfs omarmen)	109
	Empathie, doen we even nie	116
	Verdraag irritatie, dat hoort erbij	132
	De structuur van een socratisch gesprek	133
3	VRAAGVOORWAARDEN	155
	Alles begint met goed luisteren	155
	Neem taal serieus	161
	Vraag toestemming	168
	Vertraag	174
	Verdraag frustratie	176
4	VRAAGVAARDIGHEDEN: TECHNIEK, TIPS EN VALKUILEN	179
	Een houvast: socratisch vragen stellen – vragen naar boven en vragen naar beneden	180
	Doorvragen naar het hittepunt	189
	Recept voor goede vragen stellen: bestaat dat?	195
	Vraagvalkuilen	204
5	VAN VRAAG NAAR GESPREK	213
	Dominosteentjes	213
	Doorvragen: hoe doe je dat?	221
	Confronteren met je vraag	231
	Doorvragen: een stel-datvraag om het denken een zwieper te geven	237
	Laat je bevragen	240
	NAWOORD	249
	BIBLIOGRAFIE	252

## ‘Ongestoorde ontwikkeling’

[...]

Men moet *geduld* hebben  
met *onopgeloste* zaken in het hart  
en *proberen de vragen zelf te koesteren*  
als *gesloten kamers*  
en als *boeken*  
die in een *zeer vreemde taal* geschreven zijn.  
Het komt erop aan *alles te leven*.  
Als je de *vragen leeft*,  
leef je misschien *langzaam maar zeker*,  
zonder het te merken,  
op een *goede dag*  
het *antwoord in*.

– Schrijver onbekend,  
materiaal naar Rainer Maria Rilke





# Inleiding

*Vorbij het idee over wat goed is en wat fout is, is een prachtige tuin. En daar zal ik je ontmoeten.*

– Rumi, Perzische soefidichter en mysticus

‘Doe maar, gewoon stellen die vraag.’ Socrates zat schuin achter me. Hij droeg felgekleurde sneakers en een batmancape.

‘Doe dan, je hebt er een goede reden voor.’

Ik knipperde met mijn ogen. ‘Socrates, ik weet dat jij van pakweg 2500 jaar geleden bent. Misschien heb je een en ander gemist, maar in de maatschappij van nu is dit niet een vraag die je zomaar even stelt.’

Het is heel wat jaren geleden. Ik volgde de cursus Praktische Filosofie. Mijn eerste kennismaking met dit concept. Ik zocht naar wat theorie, kennis en ervaring over het voeren van filosofische gesprekken en helder leren denken. Als theatermaker wilde ik graag wat handvatten om mijn

eigen denkproces helderder te krijgen tijdens het maken van voorstellingen, én ik wilde scherpere vragen kunnen stellen aan mijn acteurs. Dus daar ging ik: naar de cursus Praktische Filosofie.

Tijdens de lunchpauze van de eerste cursusdag belandde ik aan een tafeltje met vijf anderen: één man en vier vrouwen. Het topic ter tafel: kinderen. Er werd een rondje gemaakt: heb jij kinderen? Ja, één zoon. En jij? Ja, twee dochters, van acht en tien. Aan iedereen werden nog wat vervolgvragen gesteld: Hoe oud zijn ze? Gaan ze al naar school? O ja, heeft die van jou ook al een eigen iPad?

Ik kende dat soort gesprekken inmiddels. Ik was eind twintig en had al wat van dergelijke gesprekken achter de rug. Zodra iemand tijdens zo'n gesprek zegt: nee, ik heb geen kinderen, valt er vaak een pijnlijke stilte, of wordt er snel een vraag gesteld aan de volgende. Ik verwonderde me daarover: mensen met kinderen willen graag praten over het hebben van kinderen, maar de verhalen van kinderlozen laten we het liefst onverteld. Ik vond toen al: ook zij hebben een verhaal. Waarom bepalen wij, door ze géén vragen te stellen, dat er geen ruimte is om ze dat te laten vertellen?

Ik kwam aan de beurt en zei dat ik geen kinderen had. Ik haalde adem om er nog wat zinnen aan toe te voegen. Ik werkte in die tijd veel met kinderen in de theaterlessen die ik gaf op scholen en zat vol toffe kinderverhalen waar ik er graag een paar van had willen delen.

Ik was ook nieuwsgierig naar de redenen en ervaringen van de anderen, en wilde ook best vertellen over mijn twijfels over het wel of niet beginnen aan kinderen. Hoe weet je

nou of je wel of geen kind wilt, het is zo'n grote keuze, en tsja, ook zoiets als een tattoo op je voorhoofd, nogal definitief zeg maar, daar moet je goed over nadenken en hoe zijn jullie eigenlijk tot dat besluit gekomen?

Maar voordat ik verder kon spreken, werd de 'en jij-vraag' snel gesteld aan de volgende deelnemer. Iedereen keek geconcentreerd naar mijn buurvrouw, die inmiddels enthousiast vertelde over haar dochter van zeven. Mijn blik werd zorgvuldig gemeden: blijkbaar hoorde mijn verhaal niet in dit gesprek. Wat ik vreemd vond; we waren van min of meer dezelfde leeftijd, met in ieder geval dezelfde interesse gezien de cursus Praktische Filosofie waarvoor we ons allemaal hadden opgegeven. Een ideale context voor verdiepende gesprekken, in een omgeving waar je je niet hoeft te laten belemmeren door geldende normen en gespreksgewoontes.

Er borrelde een soort verontwaardiging in me op: Hoezo een gesprek over kinderen beginnen en dat gesprek enkel voeren met een select clubje? Hoezo stilzwijgend bepalen van wie de verhalen wel de ruimte krijgen om verteld te worden en van wie de verhalen worden gemeden? Hoezo degenen die het betreft niet zélf laten bepalen of ze iets wil delen of liever niet?

Nadat mijn buurvrouw was uitgesproken over haar dochtertje, werd de vraag gesteld aan de volgende. Een dame van begin veertig, met speelse bruine krulletjes. Ze zei: 'Nee, ik heb geen kinderen,' en de groep wilde eigenlijk alweer door naar de volgende.

En toen vertraagde de tijd even. 'Gewoon stellen, die vraag. Je hebt er een goede reden voor,' hoorde ik achter me. So-

crates lachte nog even ter bemoediging. En met leedvermaak, denk ik.

Ik keek hem aan en legde uit dat dat niet heel gebruikelijk is in deze tijd. ‘Dat kan ik toch niet maken?’ zei ik.

Socrates keek me aan. Trok zijn cape recht, poetste een vlekje van zijn sneakers. ‘Dat is nu precies het probleem met jullie. Jullie hebben een norm bedacht die voorschrijft dat er vragen zijn die spannend zijn en ongepast, en andere vragen zijn goed en geoorloofd. En dat alleen maar omdat jullie van mening zijn dat je de ander vooral moet sparen, dat vragen vriendelijk moeten zijn en je échte, misschien wel pijnlijke, maar daardoor ook juist belangrijke en verbindende onderwerpen, moet vermijden.’

‘Ja maar...’

‘De vraag die je wilt stellen is een vraag naar een feit. Toch?’

‘Eh... ja.’

‘Hoe kan een vraag naar een feit in zichzelf een foute vraag zijn?’

‘Dat eh... weet ik niet.’

‘Precies. De vraag “Heb je zelf gekozen voor geen kinderen?” valt niet per se in een andere categorie dan “Heb je zelf gekozen voor deze haarkleur, broek, woonplaats of baan?”. Dat jullie daar allerlei pijnlijke emoties aan toeschrijven, op eieren lopen en er een ongeschreven regel bijmaken, daar kan die vraag niets aan doen. Geen wonder dat zoveel van jullie behoefte hebben aan meer verdieping. Jullie maken van je gesprekken een mijnenveld: uit angst voor ontploffing houd je je gesprekken vooral lekker veilig. En daarmee oppervlakkig. En daarmee saai.’

Ik haalde adem om er iets tegenin te brengen. Socrates ging onverstoort door: ‘Daarnaast, áls jij dan vindt dat de verhalen van kinderlozen meer ruimte moeten krijgen, en je houdt tegelijkertijd je mond, maakt je dat een van hen. Dan doe je net zo goed mee aan het in stand houden van die ongeschreven regel.’

Ik knipperde nog even verdwaasd met mijn ogen. Wat nu?

‘Gewoon stellen, die vraag.’ Socrates knikte richting Speelse Krulletjes en leunde achterover.

Niet gehinderd door enige kennis van de kunst van het vragen stellen, maar mét een dosis goede bedoelingen en ontwikkeldrang, besloot ik, aangemoedigd door Socrates, een poging te wagen. Ik ga hier een revolutie starten en het opnemen voor kinderloze vrouwen in groepsgesprekken, én verdieping aanbrengen in dit gesprek, dacht ik. Ik verzamelde wat moed, haalde adem, keek Speelse Krulletjes recht aan en vroeg, dwars door de stilte van de groep heen: ‘Heb je daar zelfvoor gekozen?’

De stilte die viel was dik en stug. Ik voelde hoe de rest van de groep zijn adem een beetje leek in te houden. Speelse Krulletjes keek me aan, haar adem stokte, ze klemde haar kaken op elkaar en zei gepikeerd: ‘Nee. Daar heb ik niet zelf voor gekozen, nee.’

De rest maakte zich zo goed en zo kwaad als het ging onzichtbaar en dat is niet eenvoudig, aan een klein tafeltje met zes personen, maar ze deden goed hun best.

Ik voelde mijn eigen zenuwen behoorlijk toenemen. Ik siste Socrates toe: ‘En bedankt. Lekker advies, vriend.’ In

mijn hoofd gingen de alarmbellen af. Hoe in hemelsnaam ga ik dit gesprek nog redden, dacht ik.

De lunchpauze was inmiddels voorbij, en als groep liepen we terug naar het leslokaal. Ik zocht haar op en liep een stukje met haar op. Ik stamelde iets in de trant van ik wilde je niet kwetsen, maar in dit soort gesprekken worden mensen die ‘ik heb geen kinderen’ zeggen, vaak overgeslagen en dat vind ik niet zo terecht en ik ben dan altijd wel nieuwsgierig naar dat verhaal en ik ben benieuwd naar jouw ervaring en dus ik dacht ik stel gewoon een vraag want iedereen is het in dit gesprek waard om gehoord te worden en we zijn hier voor praktische filosofie en beter leren vragen stellen en...

Ik geloof dat ik geen zin duidelijk heb afgemaakt. Mijn relaas bleef lafjes en schaamtevol ergens in de lucht zweven. Ze knikte kort, als teken dat ik wel kon stoppen met praten. Ze voegde er nog aan toe, sissend: ‘Ik vind het heel vreemd dat mensen denken dat ze dat zomaar kunnen vragen,’ en ze versnelde haar pas richting het lokaal.

Dat moment daar aan die lunchtafel, dat gesprek en die vraag van mij is me zo helder bijgebleven, omdat de gevoelens die het opriep – bij mij en bij de ander – zo sterk waren.

Ik schaamde me, voelde me schuldig, terwijl ik eigenlijk niet wist waarover. Mijn intenties waren puur geweest: ik wilde verdiepen, verbinden. Verhalen uitwisselen. Voorbij het oppervlakkige koetjes-kalfjes, wat-doe-jij-voor-werk en waar-kom-je-vandaan en hoeveel-kinderen-heb-je. Ik wilde ruimte maken voor álle verhalen. Ik wilde een ongeschreven regel, waar ik me over verwonderde, bevragen. Ik wilde als een moderne Socrates op sneakers de wereld veroveren met

goede vragen, waardevolle antwoorden en betere gesprekken.

Ik wilde dat ik toen, jaren geleden tijdens die lunchpauze en het heb-jij-kinderenmoment, wist wat ik nu weet. Dat er een manier is om dergelijke vragen te stellen, zonder dat de ander verzuipt in een moeras van emoties. Dat je een context en voorwaarden kunt creëren waarin je samen op zoek gaat naar verdieping. Dat je vragen kunt stellen die leiden tot verbinding, vragen waardoor je kunt delen wat je werkelijk bezighoudt, ook als dat soms een beetje pijn doet. Dat je anders naar vragen kunt kijken, waardoor de ander minder snel op je tenen trapt. Dat goede vragen leiden tot sterke antwoorden, en dat je daar aandacht aan moet besteden. Dat er een manier is om een gelijkwaardig gesprek te voeren, waarbij essentiële ideeën en overtuigingen tegen het licht worden gehouden. Een manier om tot de kern te komen, zin van onzin te onderscheiden, waarbij ieder verantwoordelijkheid neemt voor zijn eigen emoties en gevoeligheden. Een manier om de vraag te laten zijn wat het is: een uitnodiging tot verdieping.

Een uitnodiging die je kunt aannemen, en evengoed kunt weigeren. Zonder pijnlijke stiltes, gekwetste zielen of pogingen tot verstoppertje spelen aan een kleine lunchtafel.

Als ik toen had geweten wat ik nu weet, had ik nog steeds de vraag gesteld. Maar anders. Ik had, net als Socrates deed, om toestemming gevraagd. Ik had gezegd: ik ben nieuwsgierig naar jouw verhaal. Vind je het oké als ik je er een vraag over stel?

Ik wist toen niet wat ik nu weet. Ik roeide met de riemen

die ik had. Dat resulteerde in een pijnlijke ervaring waar ik nog lang en vaak aan heb teruggedacht. En die later, in de jaren die volgden, een enorme bijdrage leverde aan mijn ontwikkeling, scholing en zelfs aan het schrijven van dit boek. Sinds die tijd leerde ik meer over de praktische filosofie, de kunst van het vragen stellen, het voeren van filosofische en socratische gesprekken. Ik volgde opleidingen en cursussen, in Nederland en daarbuiten. Ik richtte een bedrijf op, De Denksmederij, en ging trainingen en workshops geven in socratische gespreksvoering, kritisch denken en de kunst van het vragen stellen. En al die tijd, en nog steeds, leerde ik bij. Ik leerde wat wel werkt en wat niet. Waar een goede vraag aan voldoet. Wat je kunt doen om een gesprek te verdiepen en samen aan het denken, filosoferen te raken. En ik leerde over Socrates. Stiekem inmiddels een beetje mijn held. Op sneakers.

Ik zag en voelde tijdens trainingen, filosofische consulten en presentaties, wat een impact het kan hebben als je gesprekken met een andere intentie voert. Hoe anders gesprekken worden wanneer je je traint in een socratische houding en je je manier van vragen stellen ontwikkelt. Ik zag én voelde hoeveel inhoudelijker en waardevoller gesprekken worden wanneer je je bewust bent van alle menselijke luister- en conversatievalkuilen én hoe je ze kunt vermijden.

En ik heb het plezier ervaren van mensen meenemen in die kennis, inzichten en vaardigheden. Om me heen kijkend realiseerde ik me dat ik een boek wilde schrijven. Voor iedereen die snakt naar betere gesprekken maar niet zo goed weet hoe daartoe te komen.

In dit boek neem ik je mee, met Socrates als raadgever, in



de kunst van het vragen stellen. Zodat jij in iedere situatie, onder alle omstandigheden, weet hoe je een gesprek kunt verdiepen en hoe je goede vragen kunt stellen.

## **Praktische filosofie: kun je dat eten?**

Ik schrijf dit boek vanuit de inslag van de praktische filosofie. Dat is niet vaag en niet voorbehouden aan oude mannen met baarden in ivoren torens. Praktische filosofie koppelt grote concepten zoals rechtvaardigheid, vriendschap, inclusiviteit en moed, aan vragen over het praktische leven van alledag: Mag je liegen tegen vrienden? Moet je een inclusief aannamebeleid voeren? Wanneer kun je beter iets verzwijgen? Het is een filosofische manier van gesprekken voeren, van samen zoeken naar wijsheid, naar nieuwe inzichten en antwoorden op universele levensvragen. Iedereen vraagt zich weleens dingen af als: Wil ik van baan veranderen? Wil ik bij mijn huidige partner blijven of kiezen voor deze nieuwe liefde? Is wat ik denk, voel en doe wel in overeenstemming met elkaar? Mag ik ook aan mezelf denken? Dat zijn stuk voor stuk levensvragen waarvan het antwoord niet te vinden is op Google of Wikipedia en waar je je behoorlijk in vast kunt denken. Alleen door erover te praten en goede vragen te stellen, word je samen wijzer. Dit boek helpt je niet beter te worden in smalltalk. Dit boek helpt je die gesprekken te verdiepen. Een gesprek verdiept zich als je nieuwe mogelijkheden onderzoekt, als het denken wordt 'aangezet' en er ruimte is voor nieuwe ontdekkingen en verrassende inzichten. In dat denken wissel je van perspectief, stap je in het

denken van de ander, onderzoek je zonder te willen winnen of overtuigen.

Lammert Kamphuis omschrijft in zijn boek *Filosofie voor een weergaloos leven* precies wat praktisch filosoferen is: ‘De Spaanse filosoof José Ortega y Gasset zei ooit dat filosofie de wetenschap is van de oppervlakkigheid: wanneer je filosofeert haal je onbewuste ideeën, vooronderstellingen en aannames naar boven.’

Het is zinvol en verrijkend om je enerzijds bewust te worden van je eigen onbewuste mensbeelden, en anderzijds meer ruimte te maken voor die van anderen. Je traint je, door te filosoferen, als het ware in ‘perspectivistische lenigheid’. Perspectivistische lenigheid is het vermogen om buiten je eigen kader, opinies, opvattingen te denken. Het perspectief van de ander te verkennen en onderzoeken, zónder er direct wat van te vinden. Je eigen visie even los te laten, en helder, kalm, blanco, te onderzoeken. Je eigen opvattingen eens kritisch te bevragen en zo ontdekken dat er meer ruimte in je denken is dan je dacht.

Dit boek is daarom voor dappere denkers. Voor mensen die durven twijfelen, die willen onderzoeken in plaats van zeker weten. Die het niet-weten willen omarmen. Voor mensen die de moed hebben om niet meteen te roepen, maar eerst te zwijgen. Om van daaruit een verdiepende, onderzoekende vraag te stellen. Omdat je weet dat je daar een rijker, wijzer mens van wordt. Voor iedereen die geen genoegen neemt met ‘dat is nou eenmaal mijn waarheid’, maar op zoek wil naar gemeenschappelijke wijsheid. Albert Einstein zei al:

‘Als ik een uur had om een probleem op te lossen en mijn leven zou ervan afhangen, dan zou ik de eerste 55 minuten besteden aan het bepalen van de te stellen vraag.’

Dit boek helpt je vragen te stellen die ertoe doen. Vragen die van belang zijn. Vragen die uitnodigen, verkennen, ontrafelen, onthullen, confronteren, verdiepen, uitdagen, prikkelen, in beweging zetten. Dit boek traint je vermogen tot nadenken, analyseren en kritisch bevragen. Het reikt je praktische handvatten, randvoorwaarden, technieken, theoretische achtergronden, en luisterhoudingen aan en is een kompas dat je wijst naar meer onderzoek en filosofische verdieping in je gesprekken.

## **Waarom Socrates?**

Je krijgt geen simpele checklist met vragen die áltijd werken. Die zijn er namelijk niet: de vraag die in de ene situatie helemaal raak is, slaat in een andere context de plank volledig mis.

Dit boek is een praktische handleiding voor het ontwikkelen van een vragende houding en het stellen van goede vragen. Met de filosoof Socrates – op sneakers, pumps of cowboyboots; de man heeft een brede smaak – als leermeester. Socrates, de Atheense filosoof die circa 2500 jaar geleden leefde. Een van de meest praktische filosofen, die de pleinen en markten afliep om in het hier en nu met mensen over wettelijke zaken te filosoferen. Hij erkende zijn eigen onwetendheid, en met zijn nieuwsgierige houding wilde hij enkel

anderen bevragen op hun kennis en wijsheid. Socrates stelde vragen, veel vragen. Als geen ander verstond hij de kunst van het vragen stellen. Hij deed dat voornamelijk om twee redenen:

- 1 Hij wilde wijzer worden. Socrates zei 'ik weet dat ik niets weet' en was op zoek naar ware kennis. Hij realiseerde zich dat ware kennis in dialoog met de ander ontstaat en zag de ander vooral als slijpsteen van zijn eigen denken.
- 2 Hij wilde zijn gesprekspartner van drogredenen, denkfouten, en voor-de-gek-houderij (oftewel bullshit) ontdoen. Hij hielp zijn gesprekspartners ook naar die 'ware kennis': door hen kritisch te bevragen kwamen ze erachter dat wat ze dachten zeker te weten, helemaal geen werkelijke kennis was.

In de huidige tijd, waarin meningen de waarde van feiten krijgen, we 'wel weten hoe het zit' en we een gezonde portie onwetendheid, openheid en nieuwsgierigheid goed kunnen gebruiken, is Socrates en zijn praktische manier van filosoferen, denken en vragen, de perfecte richtingaanwijzer. Van hem leren we hoe we een nieuwsgierige, verwonderde houding kunnen ontwikkelen en hoe we elkaar en onszelf kritisch kunnen bevragen.

Dit boek bestaat uit vijf hoofdstukken: eerst onderzoek ik waarom we zo slecht zijn in het stellen van goede vragen. Wat maakt dat we het soms gewoon niet doen? Hoe komt het dat we vragen stellen moeilijk, spannend of ronduit eng vinden?

In hoofdstuk twee gaan we aan het werk. Je werkt aan de