



Oefensheet 1 – De juiste vraag kennen

Wat doet een vraag met het gesprek?

Korte uitleg

Goede vragen kennen is een eerste stap. Belangrijker is begrijpen wat een vraag teweegbrengt. Elke vraag opent iets en sluit iets anders (nog) af. In deze module maak je kennis met de kernvragen van de Aanspreekcirkel en leer je hun functie per fase herkennen.

Je ontdekt dat vragen geen neutraal instrument zijn. Ze vertragen, verdiepen, richten of concretiseren het gesprek. Door zicht te krijgen op deze werking voorkom je dat vragen onbedoeld sturen of het gesprek versnellen.

De kern: niet elke goede vraag is op elk moment een passende vraag.

Praktijkvoorbeeld

Je vraag te vroeg: *“Wat heb je nodig?”* (vraag 8, zie methodiek voor 12 vragen)

Terwijl de ander graag wil aangeven wat er echt speelt en of als die vraag wel gesteld is nog bezig is met dit uit te leggen.

Het gevolg: de ander voelt zich niet gehoord en haakt mogelijk af.

Gerichte oefening

Kies een recent gesprek.

- Welke vraag stelde je? Ga voor jezelf na of het open vraag was of een gesloten vraag
- In welke fase van de Aanspreekcirkel zat het gesprek?
- Welke vraag had beter gepast of paste deze?

Schrijf beide vragen op.

Reflectie op eigen handelen

- Welke vragen stel jij van nature snel?
- Welke vragen vermijd je?
- Wat zegt dit over jouw gesprekstijl?

Schrijf beide vragen op.

Borging in de praktijk

Kies deze week één vraag uit de aanspreekcirkel die je bewust vaker inzet en één vraag die je bewust uitstelt. Reflecteer hierop (kort) met een collega/partner/leidinggevende en doe dit met enige regelmaat



BIJLAGE

Schematisch overzicht: de 12 vragen (matrix)

Fase	Doel van de fase	Kernvragen
Uitspreken	Begrijpen wat er speelt en wat bedoeld wordt	1. Wat speelt er nu? 2. Wat bedoel je precies? 3. Hoe is dit voor jou?
Bespreken	Delen wat je vindt en wat je wilt	4. Wat vind jij hiervan? 5. Wat wil je graag? 6. Hoe zit je erin?
Afspreken	Komen tot keuzes en afspraken	7. Wat spreken we af? 8. Wat heb je nodig? 9. Hoe ga je het doen?
Aanspreken	Reflecteren, leren en bijstellen	10. <i>Hoe is het gegaan?</i> /Wat ben je tegengekomen? 11. Wat zegt dit over jou? 12. Hoe voelt dit nu voor je?