

Wat is een socratisch gesprek?

Je kunt met iemand een gesprek voeren op je werk of in de kroeg op de manier van : 'goh, hoe gaat? Nou goed, en met jou? Ja, ook goed, en hoe zit 't hiermee of daarmee? Of je vraagt hoe laat de trein gaat. Enzovoort.' Een socratisch gesprek is ook een gesprek, maar heeft een ander doel.

Aan de hand van een vraag – meestal op het leven betrekking hebbend - wordt een echte situatie of gebeurtenis onderzocht en bevraagd. Wat gebeurde er? Hoe ging dat dan? Wat speelde er toch nog meer mee? Waarom deed je dat dan? En zo meer. En wellicht komen er andere/meerdere inzichten, onderliggende gedachten, denkbeelden en opvattingen op tafel.

Hoe gaat 't in z'n werk?

Iedereen kan een vraag inbrengen. We bespreken en kiezen gezamenlijk die avond een vraag en een gebeurtenis. Lukt dat niet dan nemen we de vraag uit de mail. Er zijn wel wat spelregels. De situatie moet zich in het verleden hebben afgespeeld en afgerond zijn. Het moet een eigen ervaring zijn. Het is ook geen hulp- of adviesvraag. Je moet je realiseren, dat als jouw voorbeeld wordt gekozen, je wel het hemd van je gat wordt gevraagd. We beoordelen gezamenlijk of het voorbeeld geschikt is.

Het is niet de bedoeling om iemand in het nauw te brengen of zich ongemakkelijke te laten voelen. We doen recht aan ieders inbreng. Je moet dus soms zelfs abstract over de gekozen situatie, die in het verleden plaatsvond, willen praten en denken, want we gaan specifiek op zoek naar onderliggende waarden, gedachten, denkbeelden, en opvattingen. Je leert wel nadenken...

Ervaring leert, dat wanneer je met je mond vol tanden zit of stilvalt, je allemaal bij diepere lagen van denken terecht bent gekomen. Vragen, opmerkingen of uitvluchten zoals 'in een ander geval zou ik...' of 'als het anders was geweest zou ik...' of 'ik las laatst...' zijn niet aan de orde. Kennis uit boeken en hypothesen doen niet ter zake. Het gaat om dat ene voorbeeld, dat was zoals het was.

En wij onderzoeken wat wij er nu van vinden en waarom. Dat is beslist de moeite waard. Wij bevragen heilige huisjes, houden normen tegen het licht en leggen het ridicule onder een vergrootglas. We zoeken naar helderheid, zuiverheid en inzicht. Je zult ervaren dat het een oefening is in langzaam denken, goed luisteren, samenvatten, vragen stellen, invallen volgen en precies formuleren. Zal het ons lukken om in drie uur tijd een antwoord te formuleren op onze vraag? We kijken gewoon hoever we komen. Het is mijn taak als gesprekleider om het proces en tijd in de gaten te houden. En vooral om het leuk te houden! Af en toe een time out. Bedenk, dat je zelf de regie hebt over de gang van zaken. Wil je niet verder? Dan stoppen we. Blijkt een situatie toch niet geschikt om te bevragen, dat stoppen we ook. Je kunt op ieder moment aangeven wat je wel of niet wilt bespreken.

Wat schrijven we op?

Opschrijven op de flap heeft als doel dat we niet wegdwalen van ons uitgangspunt. We zullen zeker meerdere keren vastlopen in ons denken en in het gesprek. Dan helpt het dat e.e.a. vanaf het begin is genoteerd. Dit schrijven we in ieder geval op:

- allereerst de filosofische uitgangsvraag; Waar komt geluk vandaan?
- een heldere beschrijving van de gekozen situatie/gebeurtenis;
- specifieke beschrijving van de vraag: toen en toen zag ik waar geluk vandaan kwam
- inzichten waarover we het eens/oneens zijn; en vooral zijn er nieuwe inzichten?
- Tot slot schrijven we een zo concreet mogelijk antwoord op de vraag op.

P.s. Ik volgde mijn opleiding bij Hans Bolten, Kristof van Rossem en Dries van Boele. Op de website van Hans kun je meer lezen over een socratisch gesprek. Het is niet nodig voor ons gesprek, maar wanneer je het leuk vindt om er meer van te weten: <http://www.boltraining.nl/socratisch-gesprek/wat-is-socratisch-gesprek/>