



De kunst van 't babbelen

Heerlijk zo'n cruise: baden in luxe en comfort. Maar je ontbijt, luncht en dineert aan een tafel vol onbekenden. Hoe begin je een leuk en luchtig gesprekje met een groep vreemde medereizigers?

door Eva van Lenteren illustratie Kees van de Nes

Ik ben geen kei in 'smalltalk'. Elke keer is het weer een uitdaging om mijn plek in een grote groep te vinden. Al mijn voorgenomen gespreksonderwerpen vind ik opeens suf en ik prijs me gelukkig dat anderen wel een gesprek met mij durven aangaan.

Op een cruise is die uitdaging dagelijkse kost. Bij een buffet kom je nog onder ongemakkelijke stiltes uit omdat iedereen toch steeds van tafel opstaat. Maar hoe doe je dat tijdens een uitgebreid 4-gangendiner als het gesprek met de andere tafelgenoten maar niet op gang komt?

Coach Marjolijn van Burik, auteur van het boek *Een praatje maken*, zegt dat een gesprekje aanknopen voor velen een drempel is. „De grootste angst die mensen hebben, is afwijzing. Logisch. Als jij een gesprek met iemand begint en diegene kapt het gelijk af, dan is dat heel akelig.”

Zelfverzekerd

Als je ergens wilt aanschuiven, is het belangrijk eerst oogcontact met de groep te maken, tipt Van Burik. „Kom je bij een volle tafel aanlopen, kijk iedereen dan eerst even aan en schuif dan bewust en zelfverzekerd je stoel aan. Ben je te bescheiden, dan cijfer je jezelf direct al weg.”

Volgens de coach kan het fijn zijn om eerst op één persoon te focussen. „Zit je aan een ronde tafel, schreeuw dan niet naar de overkant, maar probeer contact te leggen met een persoon naast je. Als dat gesprek een goede

sfeer heeft, kan zich dat als een olievlek verspreiden en haken andere mensen vanzelf aan.”

Assertiviteitscoach Max Ohlenschlager adviseert dat je het jezelf niet te moeilijk moet maken. „Gespreksonderwerpen liggen vaak voor de hand en het is belangrijk om het dicht bij jezelf te houden. Geef bijvoorbeeld je mening over de locatie: 'Leuke sfeer hier, hè?' Of iets anders dat op dat moment zichtbaar is voor jou en je gesprekspartner. Ook complimentjes werken vaak goed. Het gaat bij smalltalk niet zozeer om de inhoud, maar om het eerste contact. Je moet ergens beginnen.”

Observeren

Op een cruise doe je veel gezamenlijke dingen zoals dineren of een excursie. Van Burik legt uit hoe je contact legt met de groep. „Dat begint altijd met observeren. Je ziet hoe de dynamiek en sfeer zijn. Ook is het handig om te weten wie de 'leiding' heeft, want deze bepaalt meestal de onderwerpen. Neem de tijd om te kijken hoe diegene dat doet en welke onderwerpen er voorbijkomen. Je kunt jezelf ondertussen afvragen wat jij van die thema's afweet.”

Vaak denken mensen dat ze meteen moeten beginnen te praten om zo aan het groepsge-sprek deel te nemen. Dat is volgens Van Burik helemaal niet nodig: „Je kunt ook beginnen met in te stemmen. Je luistert naar degene die aan het woord is en zegt af en toe: 'Ja, daar ben ik het mee eens!' Je hoeft niet per se mee te praten, maar het is belangrijk dat je je stem laat horen.”

„Vooral voor introver-

**'Houd
gespreks-
onderwerpen
dicht bij
jezelf'**

**Meteen ergens over
meepraten is
nergens voor
nodig**

te mensen is dat een valkuil: als je langere tijd niets zegt, wordt het steeds moeilijker om het moment te kiezen waarop je wél wat zegt. Die drempel wordt steeds hoger. Met kleine stappen kom je al een heel eind. Vraag bijvoorbeeld of iemand even het zout kan doorgeven. Zo word je in ieder geval gezien.”

Sommige mensen houden er niet van om over koetjes en kalfjes te praten, zij willen niet meedoen aan een oppervlakkig gesprek. Maar je kunt nu eenmaal niet direct met een wildvreemde de diepte in, legt Ohlenschlager uit. „Je moet het langzaam opbouwen. Net als bij een autorit: als ik ergens heen wil, ga ik eerst door het dorp, dan naar de provinciale weg en pas op de snelweg maak ik vaart. Je scheurt niet door een woonwijk.”

Koffer

Je kunt het beste open vragen stellen; suggereer niet te snel iets. Stel dat je bij een bushalte iemand met een koffer ziet. Ohlenschlager: „Door te vragen of diegene op vakantie gaat, lijkt het alsof je een gesprek op gang helpt. Maar je stuurt het in een richting waar de ander misschien helemaal niet heen wil. Misschien gaat het om een zakenreis of heeft de aangesprokene er totaal geen zin in.”

De coach tipt: „Zoek een gemene deler, een gemeenschappelijke interesse. Vraag naar welke series de ander graag kijkt of van welke sport

Leg telefoon weg

Hoewel contact maken via de telefoon je waarschijnlijk makkelijker afgaat, is het niet done om in gezelschap op je telefoon te kijken. Hierdoor sluit je je af voor een mogelijke opening tot gesprek. Je zou de indruk kunnen wekken dat je geen zin hebt in een praatje. Aan de andere kant: laat je niet afschrikken door iemand die op zijn of haar telefoon zit. Diegene probeert zich misschien alleen een houding te geven.

hij of zij houdt. Als je al een paar dagen op zee bent, kun je er vragen in gooien die met 'ste' eindigen: 'Wat vond je tot nu toe het lekkerste gerecht?' Of 'Wat vond je het leukste aan de excursie?' Dan wordt het gesprek een stuk leuker omdat het persoonlijker wordt.”

Beide experts benadrukken dat het gaat om het gevoel dat je bij iemand achterlaat en niet zozeer om het gesprek. Neem je een open en vriendelijke houding aan, dan kan er van jouw kant eigenlijk niets misgaan. ♦

