

De losse verbinding

Creatieve denktechniek die emotionele reacties losmaakt en originele oplossingen geeft

Sandra Minnee

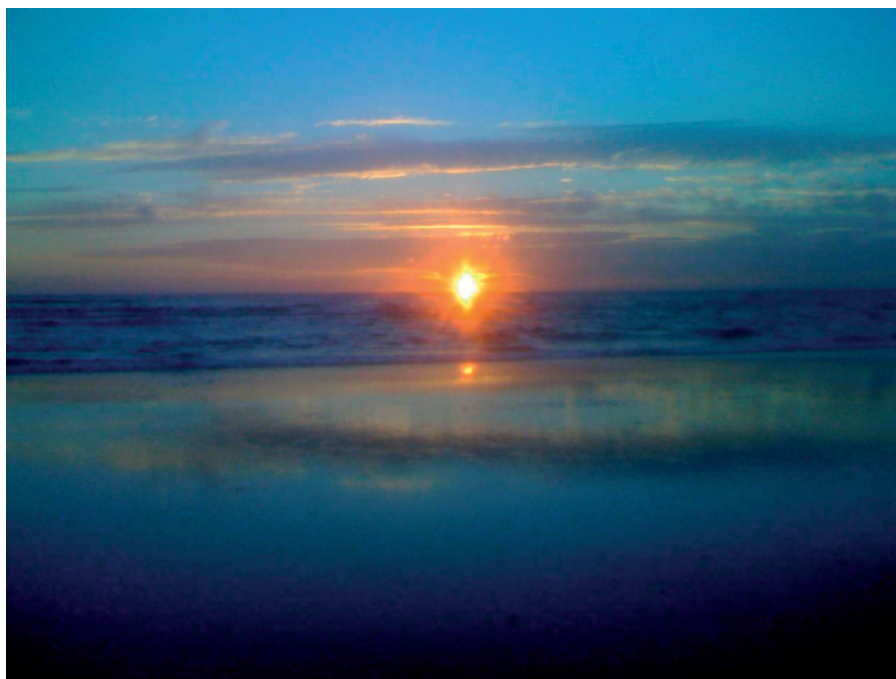


Foto: Philip Melkman.

INTRODUCTIE

De losse verbinding wordt ingezet in de divergerende fase (<) van een creatief denkproces. Dit is de fase waarin een groot aantal oplossingen wordt verzameld, zonder deze te beoordelen. In de convergerende fase (>) wordt vervolgens de beste oplossing gekozen. Divergeren gebeurt met behulp van vrije associatie: een stroom van gedachten, gevoelens of ideeën die snel en lukraak op elkaar volgen, waarbij het ene woord (of beeld) het andere uitlokt. Creatieve denktechnieken geven een impuls aan deze stroom. De losse verbinding is zo'n techniek.

BESCHRIJVING

De losse verbinding is een creatieve denktechniek waarbij twee voorwerpen of onderwerpen worden gekozen die niets met elkaar te maken hebben en waartussen een relatie wordt gelegd. Deze onverwachte, 'gedwongen' verbinding levert nieuwe inzichten, gevoelens en oplossingen op. De techniek behoort tot de groep *forced connections* en berust op het fenomeen van 'bisociatie' (Koestler).

De theoretische achtergrond van de techniek is te vinden in het feit dat het brein patronen vormt bij het opslaan van informatie. Hoe vaker bepaalde gegevens samen voorkomen, hoe vaster de combinatie wordt verankerd: hersencellen die steeds gelijktijdig gestimuleerd worden, versterken hun onderlinge verbindingen (Sitskoorn). Zo ontstaan patronen in waarneming, denken en gedrag. Zo ontstaan ook gewoonten die de coachee misschien wil veranderen.

Patronen zijn hardnekkig. Het maken van een nieuwe neurologische verbinding kost namelijk meer energie dan het versterken van een oude. Dit is waar creatieve denktechnieken te hulp schieten. Zij maken het mensen gemakkelijker om *out of the box* te denken: de 'box' is dan het zelf gebouwde (beperkende) gedachtepatroon waar automatisch in teruggevallen wordt als er geen extra moeite wordt gedaan.

Makkelijker dan het verbreken van een bestaand patroon is het creëren van een nieuw. De losse verbinding maakt hier gebruik van. Tussen twee ongerelateerde, losse onderwerpen (bijvoorbeeld: 'zee' en 'burn-out') is nog geen verbinding, we hebben ze niet eerder in samenhang met elkaar gezien. Als we ze 'gedwongen' gaan verbinden, kan het brein geen patroon in werking stellen en komt het met originele informatie (bijvoorbeeld: 'te weinig eb en vloed gehad', 'altijd hoog water', 'steeds in beweging geweest').

De losse verbinding kan, omdat de informatie zo onverwacht is en vaak treffend raak, sterke emoties losmaken bij de coachee. De antwoorden worden daarnaast gebruikt om het vraagstuk te exploreren en op een andere manier te gaan zien of beleven. Ook kunnen de antwoorden op zichzelf originele oplossingen zijn voor een probleem.

TOEPASSING

De losse verbinding kan gedaan worden met afbeeldingen, voorwerpen, woorden, stoffen, geuren of onderwerpen. Hier wordt de techniek met foto's beschreven.

Stel een set samen van tien tot vijftig (natuur)foto's of Ansichtkaarten die visueel prikkelend en intrigerend zijn, en behoorlijk verschillend van elkaar. Gebruik kan op twee manieren:

1. Foto's op tafel uitspreiden, laat de coachee gericht kiezen.
2. Vraag de coachee een willekeurige afbeelding te trekken uit een stapel.

Afhankelijk van de BreinStijl@Work van de coachee (zie techniek 4) kan de techniek meer of minder beroep doen op de verbeeldingskracht van de coachee:

1 Verbeeldingskracht van de coachee aanspreken

'Kies of trek een foto uit deze stapel. Laat hem even op je inwerken. Welke nieuwe invalshoeken geeft deze foto jou voor jouw vraagstuk?' of 'Welke ideeën geeft deze foto jou voor oplossingen van dit probleem?'

Deze toepassing is heel geschikt voor coachees met een imagatieve, intuïtieve of emotionele denkstijl (zie techniek 4).

2 Juist in de realiteit blijven

'Kies of trek een foto uit deze stapel. Maak een lijst van vijf tot acht kenmerken van de afbeelding (zie foto), bijvoorbeeld oranje, blauw, wolken, weerspiegeling.' Vraag de coachee een kenmerk uit de lijst te kiezen. Hij kiest bijvoorbeeld weerspiegeling. Verbind dan dit kenmerk aan het vraagstuk: 'Welke nieuwe ideeën geeft weerspiegeling jou voor jouw vraagstuk? Welke nog meer?' Herhaal voor alle kenmerken op de lijst.

Deze toepassing is geschikt voor coachees met een rationele denkstijl (zie techniek 4).

De reacties worden vervolgens geëxploreerd met de hoe- of de wat-vraag. (Let op! Niet met de abstraherende waarom-vraag.) Zie hiervoor het praktijkvoorbeeld. De losse verbinding is een divergerende techniek en dus minder geschikt voor het maken van praktische keuzen of het opstellen van een actieplan.

PRAKTIJK (VOORBEELDEN)

In teamcoaching verrast deze techniek nog meer. De deelnemers coachen elkaar in triades en de roulerende 'coaches' hebben zelf ook een 'bisociërende' rol. Hierdoor worden in korte tijd veel oplossingen verzameld.

Laat een team drietallen vormen en rollen verdelen: A (coach), B (coachee) en C (notulist). Daarna tweemaal wisselen van rol, zodat ieder aan de beurt komt. In onderstaand voorbeeld is A de coach en B de coachee. A spreidt de foto's voor B op de tafel uit en laat hem de foto kiezen die hem op dat moment het meest aantrekt. B trekt een foto van een fel-oranje zon, reflecterend in een blauwe zee. Op de vraag: 'Welk vraagstuk heb je?' antwoordt B: 'Hoe kunnen wij meer energie krijgen uit het werkoverleg?' A vraagt B om naar de foto te kijken, te noemen wat het eerst in zijn hoofd opkomt, daarna verder te gaan met associëren en die informatie op geen enkele manier te beoordelen. Vervolgens vraagt A: 'Welke ideeën of oplossingen geeft de foto jou voor jouw vraagstuk?' B: 'Rustig worden, focus aanbrengen, een brandpunt hebben, reflecteren, de ruimte opzoeken, anderen ruimte geven, stilte.'

A vraagt of er meer ideeën zijn, waarop B antwoordt: 'Met beelden werken, een zonnetje in de vergadering brengen, meer lachen, kleurrijker, een kleurrijker gezelschap, af en toe een gast uitnodigen.'

A gaat nu zelf 'bisociëren': 'Mag ik de foto even zien? Ik ga jou nu vertellen *dat ik deze foto heb gekozen omdat ...* hij zo weids is, met een spiegelglad oppervlak, alles verloopt volgens plan ... *en de ideeën die ik krijg om meer energie te krijgen uit het werkoverleg zijn ...* een rondetafel discussie, geen ego's, open alles delen, meer bespiegelen.' A geeft de foto aan C en ook C 'bisocieert' als boven en geeft ideeën.

Nu wordt de informatie, verkregen met de losse verbinding, geëxploreerd. A:

1. 'Welk gevoel heb je nu? Hoe voel je je over meer energie krijgen van het werkoverleg?'
2. 'Welke woorden of associaties raken jou? Wat maakt dat ze je raken?' (Exploreren.)
3. 'Als je deze lijst met ideeën bekijkt, welke drie lijken jou dan de meest effectieve?' Nu convergeren en het meest kansrijke idee verfijnen om tot een praktische oplossing te komen (Minnee 2009).

COACH

Sandra Minnee (www.profss.nl) is oprichter van Professional Strategies, een adviesbureau dat mensen en organisaties nieuwe richtingen helpt vinden. Wij zetten creatief denken in bij strategische planvorming, teamontwikkeling en executive coaching. Sandra schept een klimaat van warmte en vertrouwen, en met haar helderheid en intuïtie komt ze snel tot de kern. Sandra ontwikkelde het online instrument BreinStijl@Work, dat de denkvoorkeuren van mensen meet en succesvol ingezet wordt in (team)coaching.

VERDER LEZEN

- Koestler, A. (1995). *The Act of Creation* (Arkana). Londen: Penguin.
- Michalko, M. (1991). *Thinkertoys*. Berkeley, CA: Ten Speed Press.
- Minnee, S. & Verberg, E. (2012). *BreinStijl@Work: Hoe je beter samenwerkt, communiceert en innoveert*. Amsterdam: Uitgeverij Boom Nelissen.
- Minnee, S. (2009). *Coachen met Creative Problem Solving*. Amsterdam: Uitgeverij Boom Nelissen.
- Sitskoorn, M. (2006). *Het maakbare brein*. Amsterdam: Bert Bakker.