

Titel: Het Creatieve Proces
Auteur: Ruben Bentvelzen
Uitgave: van Inzicht naar Actie
ISBN: 9789403885902
Druk: Eerste editie, 2026
Website: www.vaninzichtnaaractie.nl

© 2026 Ruben Bentvelzen. Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Introductie

Brainstormen – het proces van ideeën genereren – is een geweldige manier om creativiteit los te maken en tot onverwachte inzichten te komen. Toch blijft het voor velen een uitdaging om de volledige potentie van een brainstormsessie te benutten.

Of het nu gaat om je eigen creativiteit of het stimuleren van een team om tot nieuwe ideeën te komen, dit werkboek neemt je stap voor stap mee door het complete brainstormproces: van de eerste basisprincipes tot het faciliteren van vruchtbare sessies.

Veel lees- en ontwikkelplezier!

Inhoudsopgave

Wat is brainstormen?	7
Waarom werkt brainstormen?	10
Hoe boost je je creativiteit?	14
Divergeren: hoe bedenk je zoveel mogelijk ideeën?	18
Convergeren: hoe selecteer je samen de beste ideeën?	20
Hoe faciliteer je een goede brainstormsessie voor teams?	22
Doorpakken: het actieplan na een brainstormsessie.	27
Brainstormen als continue innovatiecultuur binnen organisaties.	29
Brainstorm-technieken voor specifieke doeleinden.	31
Brainstormen met behulp van AI.	59
Digitale platforms voor brainstormen op afstand.	68
Voordoelen, samen doen, zelf doen	75

Wat is brainstormen?

Oefening

Pak een pen en papier en schrijf een korte definitie van wat jij denkt dat brainstormen inhoudt.

Beschrijf in je eigen woorden wat brainstormen volgens jou uniek maakt als denkproces.

Noteer vervolgens vijf situaties waarin brainstormen nuttig kan zijn.

A large, empty rectangular box with a dashed border, intended for the student to write their answers to the exercise questions.

De wortels van brainstormen liggen diep in de menselijke geschiedenis. In zijn boek *Sapiens: A Brief History of Humankind*, beschrijft Yuval Noah Harari hoe onze voorouders duizenden jaren geleden al gebruikmaakten van samenwerking en collectieve creativiteit om te overleven. Harari legt uit dat de cognitieve revolutie, zo'n 70.000 jaar geleden, de mensheid een uniek vermogen gaf: het kunnen delen van ideeën en het gezamenlijk vormen van strategieën.

Dit bleek cruciaal voor overleving, want dankzij hun vermogen om te overleggen en plannen, konden onze voorouders jagen op veel grotere en krachtigere dieren, zoals mammoeten.

Deze cognitieve sprong, waarbij verschillende mensen ideeën uitwisselden en nieuwe oplossingen voor problemen bedachten, vormt de basis van een nieuw fenomeen. Dit fenomeen is in 1938 door Alex Osborn gedefinieerd met het woord "brainstormen" en is sinds 1953 wereldwijd verspreid dankzij zijn boek *Applied Imagination: Principles and Procedures of Creative Thinking*, maar het gezamenlijk denkproces waarmee mensen proberen om complexe vraagstukken op te lossen of nieuwe concepten te ontwikkelen, is tijdloos en universeel.

Door deze collectieve ideeënitwisseling ontstonden niet alleen praktische strategieën, maar ook samenwerkingen en innovaties die onze beschaving vorm hebben gegeven.

Stel je een stam van jagers-verzamelaars voor, zittend rond een knetterend vuur, diep in gesprek over hoe ze een mammoet zouden kunnen vangen. Ze weten dat een frontale aanval met speren te riskant is, dus beginnen ze gezamenlijk te overwegen hoe ze het dier naar een klif kunnen lokken.

Ieder lid van de stam draagt bij met een idee: sommigen stellen voor het beest te omsingelen, anderen denken na over hoe ze de wind in hun voordeel kunnen gebruiken. Door samen creatief te denken en strategieën te bespreken, ontwikkelen de jagers een plan dat hen uiteindelijk in staat stelt om met succes de grote mammoet te vangen. Dit vroegste soort brainstormen draaide om het delen van tactische inzichten en stelde de stam in staat om als groep tot een oplossing te komen.