

IK HEB EEN IDEE



IK HEB EEN IDEE



| OWL PRESS |

Lisa Lefever
Jeroen Swinnen

LEGENDE

	Goed om te weten
	Tip
	Oefening
	Techniek
	Onthoud

INHOUD VAN JE BOEK

HACK #1: Brain boost: zoek je creatieve motivatie		15
1.1	Ja, ik ben creatief	20
1.1.1	<i>Tijd voor een ommekeer</i>	20
1.1.2	<i>Denk anders</i>	21
1.1.3	<i>Doe er iets mee</i>	26
1.2	Train je brein	31
1.2.1	<i>Neuroplasticiteit: boetseer je brein</i>	31
1.2.2	<i>Associatienetwerk</i>	33
1.2.3	<i>Ontspannen aandacht</i>	34
1.2.4	<i>Vertrouw het proces</i>	38
1.3	Werk aan een creatieve cultuur	40
1.3.1	<i>Maak meer tijd</i>	40
1.3.2	<i>Werk diep</i>	43
1.3.3	<i>Betrek iedereen</i>	44
1.3.4	<i>Beloon onvoorspelbaarheid</i>	46
1.3.5	<i>Leer creatief denken aan</i>	50
1.4	Stel je creatieve doelen	52
1.4.1	<i>De output van creativiteit</i>	52
1.4.2	<i>Het succes van creativiteit</i>	55
1.4.3	<i>De impact van creativiteit: hoe ver wil jij gaan?</i>	58
HACK #2: Brain care: start je creatieve incubatie		67
2.1	Deconnect: laat los	74
2.1.1	<i>De grote verdwijntruc</i>	74
2.1.2	<i>Don't give a sh*t</i>	76
2.1.3	<i>Zoek je authentieke ik op</i>	79
2.1.4	<i>Maak een don't-do-list</i>	84
2.1.5	<i>(Ver)bouw je comfort</i>	87
2.2	Ter plaatse, rust	90
2.2.1	<i>Take a break</i>	90
2.2.2	<i>Verhef je routine tot een ritueel</i>	92

2.2.3	<i>Wakker je creatieve energie aan</i>	95
2.2.4	<i>Multitasking wordt singletasking</i>	97
2.2.5	<i>Optimaliseer je concentratie</i>	99
2.2.6	<i>Eindig elke dag in schoonheid</i>	101
2.2.7	<i>Omarm je imperfectie</i>	103

2.3 Verwonder, bewonder 108

2.3.1	<i>Antenne #1: je zicht</i>	109
2.3.2	<i>Antenne #2: je gehoor</i>	111
2.3.3	<i>Antenne #3: je reuk</i>	113
2.3.4	<i>Antenne #4: je smaak</i>	115
2.3.5	<i>Antenne #5: je tast</i>	116
2.3.6	<i>En je zesde antenne?</i>	118
2.3.7	<i>Nog meer antennes?</i>	119

2.4 Connect: pak vast 121

2.4.1	<i>Een creatief team samenstellen</i>	122
2.4.2	<i>Een creatief team versterken</i>	124

HACK #3: Brain food: vind je creatieve inspiratie 131

3.1 Jij bent de origine 134

3.1.1	<i>Zet je passie in</i>	134
3.1.2	<i>Specialisme, generalisme</i>	139
3.1.3	<i>Begin gewoon ergens</i>	143

3.2 Niets is origineel 147

3.2.1	<i>Steel goed</i>	147
3.2.2	<i>Alles is een remix</i>	150

3.3 Kom uit je comfortkot 152

3.3.1	<i>Plaag je brein</i>	152
3.3.2	<i>Ga op avontuur</i>	154

3.4 Bewaar inspiratie in je tweede brein 168

3.5 Denk diep 172

3.5.1	<i>Van feiten naar inzichten</i>	172
3.5.2	<i>Nuanceer</i>	176

HACK #4: Brain storm: bedenk ideeën 181

4.1 Anders denken 184

4.1.1	<i>Denken in problemen: problem-solving</i>	185
4.1.2	<i>Denken in mogelijkheden: omdenken</i>	186
4.1.3	<i>Denken in kansen: kansdenken</i>	188
4.1.4	<i>Denken in connecties: associëren</i>	190

4.2 Solostormen 193

4.3 Brainstormen 202

4.4 Ideeën selecteren 221

HACK #5: Brain power: creëer concepten 229

5.1 Output is niet de eindhalte 232

5.1.1	<i>Volg je eigen weg</i>	232
5.1.2	<i>Hop on, hop off</i>	233
5.1.3	<i>Zorg voor jezelf</i>	234

5.2 Van ideeën tot concept 235

5.3 Symboliseer het concept 239

5.3.1	<i>Woord</i>	240
5.3.2	<i>Beeld</i>	241
5.3.3	<i>Woord en beeld</i>	243
5.3.4	<i>Geluid</i>	247

5.4 Je concept evalueren 249

5.4.1	<i>Wat laat je achter?</i>	249
5.4.2	<i>Stel je (niet te) kwetsbaar op</i>	252

5.5 Create the world 255

5.5.1	<i>Beklad de wereld</i>	255
5.5.2	<i>Spreek je creatieve netwerk aan</i>	256
5.5.3	<i>Presenteer je concept</i>	257

Dag en bedankt, hé! 261

Woordenlijst 262

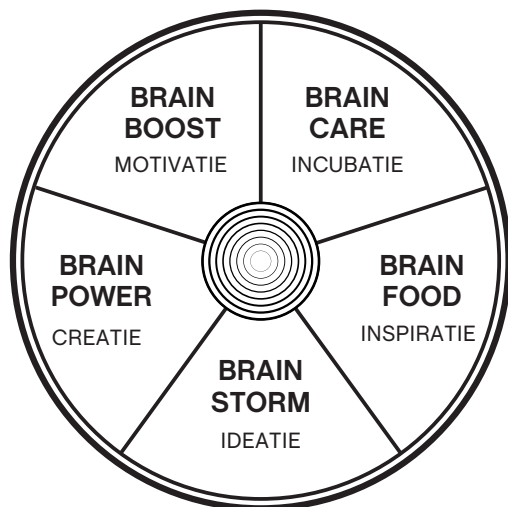
Bronnenlijst 264

Over de auteurs 271

INHOUD VAN JE BREIN

Het boek dat nu in je handen ligt, bevat vijf HACKS om creatiever te worden in je studie, je werk, je leven. Elk hoofdstuk behandelt een HACK. Je kan ze in volgorde lezen en uitvoeren, of de HACK openslaan waar jij nu vooral nood aan hebt. Wat jij nodig hebt? Wel, dat hangt af van je huidige stemming, van je energiepeil, van je doelen en van je beschikbare tijd.

HACKS VOOR JE CREATIEVE BREIN



Je wil creatieve doelen stellen?

Je hebt zin om je studie, werk, leven te verrijken met creativiteit, maar je weet niet waar te beginnen. Start bij het begin: HACK #1. We leggen je uit wat je moet weten en wat je mag vergeten over creativiteit. We bekijken vervolgens de mogelijke output van creativiteit, de maximale impact en de link met je brein – de basis van dit boek en deze vijf HACKS.

» Blader naar HACK #1: BRAIN BOOST.

Je zoekt tijd / ruimte voor creativiteit?

Niet alleen je agenda, maar ook je hoofd staat op springen. Je zou stiekem willen verdwijnen om even te ontsnappen aan de drukdrukdruchte van alledag. Komt goed uit: in HACK #2 stellen we verschillende ontsnappingsroutes voor, zodat je eerst jezelf en dan de anderen kan terugvinden. We hebben het over authenticiteit en kwetsbaarheid, verstillings en verwondering. Alleen en in team.

» Blader naar HACK #2: BRAIN CARE.

Je zoekt (extra) creatieve inspiratie?

Niets ontstaat uit het niets. Ideeën bedenken je op basis van wat je eerder in je brein stopte. In HACK #3 leren we je hoe je van je passies, je kennis of een briefing een inspiratiebron maakt. Je ontdekt hoe je die inspiratie bijhoudt en doorzoekbaar maakt. We bespreken hoe je brein plagen zorgt voor extra creatieve brandstof, hoe ver je daarin moet gaan en hoe je op avontuur gaat.

» Blader naar HACK #3: BRAIN FOOD.

Je wil meer / betere ideeën bedenken?

Iedereen weet wat brainstormen is, maar niet iedereen weet hoe jij je brains laat stormen. We leren je eerst om anders te denken en we reiken je vervolgens drie regels en twintig technieken aan om alleen of in team zo veel mogelijk ideeën te bedenken, en ze om te zetten in bruikbare concepten. Er is voor ieder wat wils: snelle technieken, verbale technieken, visuele technieken...

» Blader naar HACK #4: BRAIN STORM.

Je wil iets / meer doen met je beste concept?

Met goede ideeën alleen kom je er nog niet: je moet ze omvormen tot sterke concepten, die je deelt met de wereld. Hoe geef jij je ideeën extra pit en betekenis? Welke vorm en kanalen gebruik je? Hoe evalueer jij je concept en vraag je feedback? Op naar een creatieve cultuur, waarin maken en tonen deel worden van de creatieve workflow. Word serial creator!











» Blader naar HACK #5: BRAIN POWER.













WEG MET FASES

Het zogenaamde creatieve proces bestaat uit 3, 4 of 5 fases – afhankelijk van de auteur. Wij schudden die fases liever door elkaar. Er is geen volgorde. Het zou bijvoorbeeld kunnen dat je tijdens je ideatie nog extra motivatie of inspiratie nodig hebt. Het zou kunnen dat je creativiteit start met een nieuw idee... of een bestaande creatie. Aan jou de keuze. Zie de hacks als een keuzemenu of – als je niet weet waar te starten – als een rad waaraan je kan draaien om een willekeurig startpunt te bepalen. Hoe dan ook moet je aan elke hack evenveel tijd en aandacht besteden. Je kan de hacks dan zien als een klok of taartdiagram.

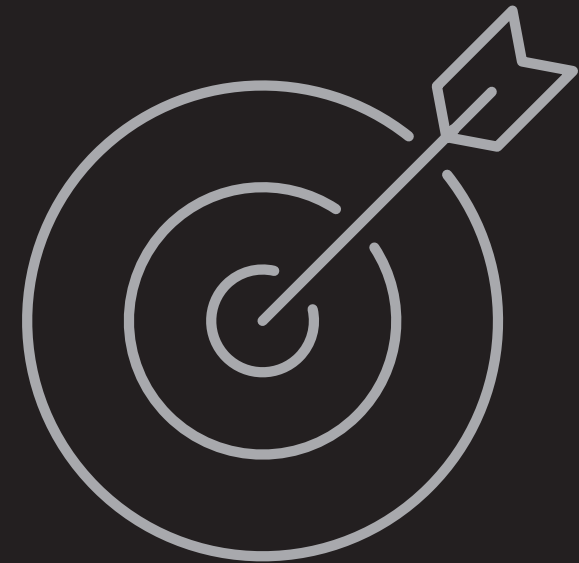
TECHNIEKEN IN DIT BOEK

HACK	Nr.	Techniek	Solo / team	Offline / online	Verbaal / visueel	Divergeren / convergeren	Moelijkheidsgraad	Tijd	Pagina-nummer
			 	 	 	 			
BRAIN BOOST	1	Test je creatieve basisvaardigheden	Solo	Offline	Visueel	Divergeren	makkelijk	15 min	22
BRAIN BOOST	2	Denk lateraal	Solo	Offline	Visueel	Divergeren	makkelijk	15 min	25
BRAIN BOOST	3	Vang bellen	Solo	Offline	Verbaal	Divergeren	makkelijk	5 min	37
BRAIN BOOST	4	Maak 'creativiteit'	Beide	Beide	Verbaal	Beide	gemiddeld	Variabel	42
BRAIN BOOST	5	Beloon onvoorspelbaarheid	Team	Beide	Beide	Beide	gemiddeld	Variabel	49
BRAIN BOOST	6	Daag de briefing uit	Beide	Beide	Verbaal	Beide	gemiddeld	60 min	56
BRAIN BOOST	7	Creative Output	Beide	Beide	Verbaal	Beide	gemiddeld	60 min	58
BRAIN BOOST	8	Creative Canvas	Beide	Offline	Verbaal	Beide	gemiddeld	60 min	62
BRAIN CARE	9	Klaar om los te laten?	Solo	Offline	Visueel	Divergeren	makkelijk	5 min	69
BRAIN CARE	10	Vertrek op missie	Beide	Offline	Visueel	Divergeren	gemiddeld	3 uur	75
BRAIN CARE	11	Creëer je eigen rituelen	Solo	Offline	Beide	Beide	gemiddeld	Variabel	93
BRAIN CARE	12	Benoem je energievampier	Team	Beide	Verbaal	Convergeren	gemiddeld	10 min	125
BRAIN CARE	13	Maak een rollercoaster-ritje	Team	Beide	Verbaal	Convergeren	makkelijk	10 min	127
BRAIN FOOD	14	Definieer je eindwaarden	Solo	Beide	Verbaal	Beide	moeilijk	Variabel	136
BRAIN FOOD	15	Bouw je kennispaleis	Solo	Beide	Beide	Divergeren	gemiddeld	2 uur	141
BRAIN FOOD	16	Random word	Solo	Online	Verbaal	Divergeren	makkelijk	30 min	145
BRAIN FOOD	17	Random image	Solo	Online	Visueel	Divergeren	makkelijk	30 min	145
BRAIN FOOD	18	Random walk	Solo	Offline	Visueel	Divergeren	makkelijk	Variabel	145
BRAIN FOOD	19	Prikkel je brein (elke dag)	Solo	Beide	Beide	Divergeren	makkelijk	Variabel	155
BRAIN FOOD	20	Rad van avontuur	Beide	Offline	Beide	Divergeren	gemiddeld	3 uur	164
BRAIN FOOD	21	Voed je tweede brein	Solo	Beide	Beide	Divergeren	gemiddeld	Variabel	168
BRAIN FOOD	22	Voed je eerste brein	Solo	Beide	Beide	Divergeren	gemiddeld	Variabel	171
BRAIN FOOD	23	Bedenk insights	Beide	Beide	Verbaal	Divergeren	moeilijk	30 min	174
BRAIN FOOD	24	Zoek synoniemen	Beide	Beide	Verbaal	Divergeren	makkelijk	15 min	179
BRAIN FOOD	25	Verken de etymologie	Beide	Beide	Verbaal	Divergeren	makkelijk	15 min	179
BRAIN STORM	26	Kinder Surprise	Solo	Offline	Visueel	Divergeren	makkelijk	15 min	192
BRAIN STORM	27	Freewriting	Solo	Beide	Verbaal	Divergeren	makkelijk	15 min	195
BRAIN STORM	28	Superheld	Solo	Beide	Beide	Divergeren	makkelijk	15 min	197

HACK	Nr.	Techniek	Solo / team	Offline / online	Verbaal / visueel	Divergeren / convergeren	Moeilijkheidsgraad	Tijd	Pagina-nummer
			 	 	 	 			
BRAIN STORM	29	Benjamin Franklin	Solo	Offline	Verbaal	Divergeren	gemiddeld	3 à 4 dagen	198
BRAIN STORM	30	Wat als...	Solo	Offline	Beide	Divergeren	makkelijk	30 min	199
BRAIN STORM	31	Flower power	Solo	Offline	Beide	Divergeren	makkelijk	30 min	200
BRAIN STORM	32	The Purge	Team	Beide	Verbaal	Divergeren	makkelijk	15 min	206
BRAIN STORM	33	Brainwriting	Team	Offline	Verbaal	Divergeren	makkelijk	15 min	207
BRAIN STORM	34	Bodystorming	Team	Offline	Visueel	Divergeren	gemiddeld	30 min	208
BRAIN STORM	35	Rolestorming	Team	Offline	Visueel	Divergeren	gemiddeld	60 min	209
BRAIN STORM	36	Tijdreiziger	Team	Offline	Beide	Divergeren	makkelijk	30 min	210
BRAIN STORM	37	Walt Disney	Team	Offline	Beide	Divergeren	gemiddeld	60 min	212
BRAIN STORM	38	1 + 1 = 3	Team	Beide	Beide	Divergeren	gemiddeld	45 min	214
BRAIN STORM	39	Lotusbloem	Team	Beide	Verbaal	Divergeren	gemiddeld	45 min	215
BRAIN STORM	40	In the mix	Team	Beide	Verbaal	Divergeren	gemiddeld	45 min	217
BRAIN STORM	41	Toevalstreffer	Team	Offline	Verbaal	Divergeren	makkelijk	Variabel	218
BRAIN STORM	42	Omgekeerde brainstorm	Team	Beide	Verbaal	Divergeren	gemiddeld	15 min	220
BRAIN STORM	43	It's a hit	Beide	Offline	Visueel	Divergeren	makkelijk	15 min	223
BRAIN STORM	44	COCD-box	Beide	Offline	Beide	Divergeren	gemiddeld	60 min	224
BRAIN POWER	45	Visualize value	Beide	Beide	Visueel	Convergeren	gemiddeld	30 min	242
BRAIN POWER	46	Moodboard	Beide	Beide	Visueel	Convergeren	makkelijk	30 min	243
BRAIN POWER	47	Concept board	Solo	Beide	Visueel	Convergeren	gemiddeld	60 min	246
BRAIN POWER	48	Je sterfbed	Solo	Offline	Verbaal	Convergeren	makkelijk	15 min	249
BRAIN POWER	49	So what?	Solo	Offline	Verbaal	Convergeren	makkelijk	5 min	251
BRAIN POWER	50	Snowflake	Beide	Beide	Beide	Convergeren	gemiddeld	60 min	258

HACK #1

BRAIN BOOST



Zoek je creatieve motivatie

“

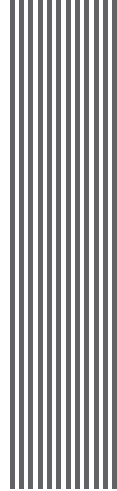
**... 'cause tramps like us,
baby, we were born to run**

Bruce Springsteen (1975)

Goesting is het vuur dat je nodig hebt om creatief te zijn. Weten wat je impact zal zijn geeft je het zelfvertrouwen om anders te durven denken. Tevredenheid start bij het stellen van realistische en ambitieuze doelen. Maar ook zonder vooraf bepaald doel kan je creatief aan de slag en persoonlijk groeien, dankzij het inzicht dat iederéén creatief kan zijn. We reiken je brain train-oefeningen aan, geven tips om een creatieve cultuur in je team of bedrijf te stimuleren en geven je zelfvertrouwen een boost.

Deze HACK helpt je:

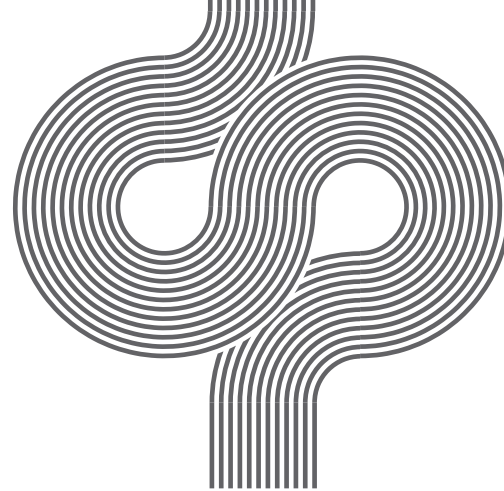
- in te zien dat ook jij creatief bent (1.1);
- je brein te trainen in creatief denken (1.2);
- bij te dragen aan een creatieve cultuur (1.3);
- je creatieve impact en doelen te bepalen (1.4).



IK BEN

WEL

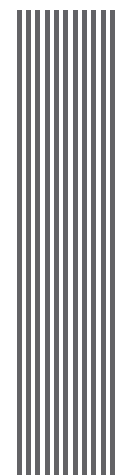
CREATIEF.



CREATIEF.

NIET

IK BEN



1.1 JA, IK BEN CREATIEF

Het is hoog tijd om creativiteit hoger op de agenda te zetten, want het creatieve kind in ons verstoppen we vaak zo ver mogelijk. Tijd om de moed te vinden om tegen jezelf te zeggen: **ik ben creatief**. Dat begint bij het verbreden van je idee over wat creativiteit is.

1.1.1 Tijd voor een ommekeer

Toen wij aan onze omgeving vertelden dat we dit boek aan het schrijven waren, antwoordden verschillende mensen meteen ‘**Oh, maar ik ben écht niet creatief, hoor**’, ook al bedenken ze elke dag nieuwe manieren om te studeren of net niet te studeren voor een examen, nieuwe manieren om de kinderen aan het slapen te krijgen of nieuwe manieren om de file te omzeilen.

In 2010 sloeg *Newsweek* alarm: Amerikaanse kinderen scoorden al twintig jaar **alsmaar slechter** op gestandaardiseerde creativiteitstests (Ness, 2012). Meer nog: uit een wereldwijd onderzoek van Adobe (2012) blijkt dat **zes op de tien mensen zichzelf niet creatief vindt**, en da's een probleem, want creativiteit heeft een positieve invloed op jou en alle mensen om je heen. Ze verhoogt niet alleen je persoonlijke werkplezier, maar is ook de motor van een maatschappij die vooruit wil.



OEFENING: PAPAPA-PAPERCLIP

Bedenk alles wat je kan doen met een paperclip.

Het aantal uiteenlopende antwoorden op de bovenstaande vraag zegt hoe creatief jij denkt. De meeste mensen kunnen tien tot vijftien ideeën bedenken. Maak je geen zorgen als jij zonet niet goed scoorde: dat kan alleen verbeteren dankzij dit boek. Echte divergente denkers komen met wel tweehonderd ideeën. De clou hier is: de scores gaan jaar na jaar achteruit. In *The Great Stagnation* schrijft Tyler Cowen (2010) over een **terugval in innovatie** in bijna elk wetenschappelijk en technisch domein, behalve IT.

‘Bedenk eens iets creatiefs’, zeggen we vaak aan onze studenten. Maar **we leren hen te weinig hoe ze dat kunnen doen**. Ze willen het wel: driekwart van de 126 door ons ondervraagde bachelorstudenten wil graag creatiever zijn. Driekwart zegt ook dat ze op school onvoldoende geleerd hebben hoe ze creatiever kunnen zijn. We hebben naar hen geluisterd en dit boek geschreven.

Wanneer we doorvragen, blijkt dat **veel mensen een verkeerd beeld van creativiteit** hebben. Om creatief te zijn moet je niet iets met je handen kunnen maken. Niet elk creatief idee moet een groot succes worden of hoeft een hele sector te disrupteren. Het lijkt ons nodig te starten met de juiste definitie van creativiteit. Hierna volgt onze kijk. Maar probeer het eerst zelf eens.



OEFENING: WAT IS CREATIVITEIT VOLGENS JOU?

Probeer dat eens te verwoorden of verbeelden. Aan welke eigenschappen voldoet een creatief persoon, product of proces? Vergelijk je antwoord(en) met die van je medestudenten / collega's.

1.1.2 Denk anders

Je hebt intussen je eigen definitie in woord of beeld gevat. Laten we die nu vergelijken met wat een aantal denkers en doeners schreven over creativiteit en wat daarbij komt kijken. We beginnen met de meest milde **definitie**:

‘Breaking out of established patterns in order to look at things in a different way.’

Edward de Bono, psycholoog en auteur

Je bent creatief wanneer je iets **op een andere manier bekijkt** dan de meeste mensen of dan je eerder deed, een ander perspectief hanteert of iets ziet dat de meeste andere mensen niet lijken te zien (voor zover jij weet). Dat kunnen we samenvatten als **anders of divergent denken**. Beschouw het woord ‘kijken’ hier niet te letterlijk: het gaat niet zozeer over waarnemen, maar wel over percipiëren.

Creatief zijn is een proces waarbij je bewust en actief met je **verbeelding** aan de slag gaat – bewuster en actiever dan wanneer je droomt of onbewust mijmert. Je probeert doelbewust nieuwe ideeën, concepten, oplossingen en bijdragen te bedenken of een bestaand patroon te veranderen.

Sta even stil bij dat **vermogen tot verbeelden** van jou. Je bent in staat om beelden, situaties, personen en heel abstracte ideeën te bedenken die nog nooit bestaan hebben. Die zijn zelfs tastbaar: we kunnen de activiteit in je hersenen meten met een PET-scan en letterlijk elektrische stroompjes zien waar jouw gedachten ontstaan en waar zich nieuwe cellulaire verbindingen in je brein vormen. Je brein is een van de grootste, meest verbijsterende mysteries in het gekende heelal. Het is een ideeënvulkaan die aan de slag gaat met nutriënten, zuurstof en wat stroom en daar hele werelden mee construeert, waarvan de meerderheid nooit je hoofd verlaat.

Iedereen heeft dit vermogen. Jouw hersenen zijn niet zo anders dan die van Marieke Lucas Rijneveld of Oprah. Alleen doet niet iedereen er iets mee. Omdat je niet weet hoe, omdat het je afgeleerd wordt en omdat we er elkaar bang voor maken.

Techniek #1: test je creatieve basisvaardigheden



Anders denken impliceert creatief waarnemen, je oordeel uitstellen en vervolgens je verbeeldingskracht ontwikkelen. Deze drie skills komen nog ruimschoots aan bod in de andere hacks. We illustreren ze hier met een korte oefening. Op pagina 24 staat een vierkant. Je kan dat vierkant én je denkvermogen uitdagen met behulp van de drie creatieve vaardigheden die je eigenlijk al op zak hebt, maar enkel nog moet trainen. Hoeveel vierkanten zie je? →

1. Creatief waarnemen

Alles begint met je bewust worden van je eigen perceptie, en die vervolgens aanpassen. Zoals in onze definitie gezegd, is creativiteit 'iets op een andere manier zien' en daar vervolgens iets mee doen. Zien bedoelen we breed: al je extrinsieke zintuigen (om de buitenwereld waar te nemen), maar ook je intrinsieke zintuigen (die informatie geven over je lichaam en gevoelswereld) en innerlijke perceptie (de vorm die je waarneming aanneemt in je hoofd) kan je daarbij gebruiken en gevoeliger maken. Kijk bijvoorbeeld eens met zo veel mogelijk 'andere ogen' en op zo veel mogelijk manieren naar het vierkant.

Wat zie je?

Je ziet een vierkant, bestaande uit 16 vierkanten. Of, wacht: sommigen tellen misschien 20, 21, 27, 28, 29, 30, 31 vierkanten? **Doorbreek de patronen in je waarneming.** Kijk op een andere manier.

2. Uitstel van oordeel

Een deel van je brein zal je bij bepaalde denkpistes vertellen dat ze niet goed zijn of niet kloppen. Die innerlijke 'ja of nee' (die wel heel nuttig is als jij je bedenkt of je moet stoppen voor een rood verkeerslicht) moet je leren af te zetten als je meer ideeën wil bedenken. We noemen dat 'uitstel van oordeel'. Het is niet alleen een creatieve basisvaardigheid, maar ook een onmisbare spelregel als je gaat brainstormen.

Wat zie je, zonder oordeel?

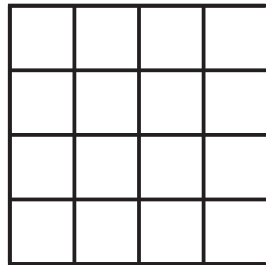
Terug naar je vierkant. Als je de definitie van een vierkant uitdaagt, zie je misschien nog meer vierkanten dan 31. Wat als een kruispunt van twee assen ook telt als een vierkant? Wat als je lijnen toevoegt? Wat als je driedimensionaal denkt? **Doorbreek de patronen in je redeneren.** Welke randvoorwaarden heb je jezelf opgelegd? Welke werden letterlijk vermeld? →

3. Verbeeldingskracht

Er zijn oneindig veel antwoorden als je leert waar te nemen zonder een oordeel te vellen, maar er zijn nog meer mogelijke antwoorden als je ook je verbeeldingskracht durft aan te spreken. Verbeelding is eigenlijk **innerlijke waarneming**. Niet iedereen verbeeldt hetzelfde, dus je zal soms voet bij stuk moeten houden... of anderen moeten wijzen op hun uitstel van oordeel.

Wat zie je, als je durft?

- Zoom in: misschien bestaat het vierkant uit pixels.
- Zoom uit: ha, zo lijkt dat vierkant op een raam met tralies. Of een muur met tegels. Of een hinkelspel zonder cijfers. Of misschien is het een kubus. Of zie je vierkanten om je heen, weg van deze pagina? Of zie je vierkanten in je hoofd? Of krijg je een vierkant hoofd van al dit anders denken? Of, of, of...



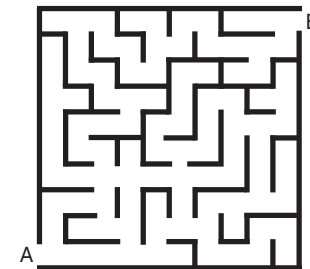
Doorbreek de patronen in je denken. Gebruik je verbeelding en daag je benadering van de opdracht uit. Lijkt het op **valsspelen**? Dan ben je waarschijnlijk creatief bezig. Zolang niemand letterlijk vermeldt wat niet mag, mag het. Net als een goede mop onuitgesproken sociale regels uitdaagt, bestaat creativiteit voornamelijk uit onuitgesproken patronen zien en ze verbuigen. Daag jezelf verder uit. De volgende techniek, **lateraal denken**, wordt vaak toegepast om anders te denken. In HACK #4 vind je er veel meer.

Techniek #2: denk lateraal



Bij lateraal denken sla je een onverwacht zijspoor in (lateraal betekent zijwaarts). We maken dit duidelijk met drie oefeningen.

1. Hoe kan je de onderstaande som doen kloppen, zonder iets toe te voegen of te schrappen?
 $8 + 8 = 91$
2. Wat is de snelst mogelijke weg van A naar B?



De bovenstaande oefeningen hebben één mogelijke oplossing, die lateraal denken vereist. De onderstaande heeft veel mogelijke oplossingen.

3. Teken dertig cirkels. Maak op één minuut tijd een voorwerp van zo veel mogelijk cirkels.

Heb je lateraal gedacht? Je maakt bijvoorbeeld eerst een reeks gezichten. Het is niet de bedoeling dat je dertig gezichten tekent, bedenk je jezelf al snel: dat is te makkelijk – al is ook dit een veronderstelling die je zou kunnen loslaten: niemand verbiedt je dat. Bedenk je eens na hoeveel variaties binnen een reeks je de herhaling wel wetletjes vond en het tijd vond een nieuw spoor te verkennen? In feite houdt ook dit een (onbewust) oordeel in.



Wanneer je deze oefening in groep doet, worden de reeksen omwille van de **sociale norm** (= de onuitgesproken groepsdwang die ieder lid van de groep veronderstelt) korter. Maar ook wanneer je alleen bent en dit soort oefeningen maakt, zal je rekening houden met de sociale norm.

In het geval dat je beslist hebt dat een **reeks** gezichten niet creatief genoeg is, maak je het jezelf vervolgens vanzelf moeilijker door een andere reeks te starten. Na enkele gezichten tekenen je bijvoorbeeld een zon, een maan en een planeet. Je start dan de reeks 'hemellichamen'. Vervolgens kan je een wiel tekenen en ga je aan andere 'gebruiksvoorwerpen' denken die rond zijn: een potje dagcrème, een doosje smeerkaas enzovoort.

Next level is het wanneer je je op een gegeven moment realiseert dat je verschillende cirkels met elkaar kan verbinden tot een fiets, een slang die pingpongballen heeft gegeten of een model van het zonnestelsel. Mag dat? Natuurlijk mag dat! Ook dat is een uitstel van oordeel.

Je had ook meteen enkele rechthoeken om de cirkels heen kunnen tekenen om een paar eierdozen te tekenen. Probleem opgelost. Ook dat is creatief. Of heb je je misschien bedacht dat je de cirkels kan uitknippen? Heb je in 3D gedacht? Heb je meerdere voorwerpen in één cirkel getekend? **De mogelijkheden zijn eindeloos, zodra je lateraal denkt.**

1.1.3 Doe er iets mee

Andere auteurs voegen een belangrijk aspect toe aan de definitie van creativiteit: iets doen met je verbeelding. Anders *denken* alleen vinden wij niet voldoende om creatief te zijn.

'The courage to act on your idea.'

Tom Kelley, auteur van o.a. Creative Confidence (2015)

'Creativity is imagination with responsibility.'

Sae Ra Kung (2009)

Wanneer je creatief bent doe je iets met je verbeelding dat **nuttig of inzetbaar** is, en dat betekent niet alleen economisch waardevol, praktisch of functioneel: het kan ook betekenen dat je het leven of een gebeurtenis meer de moeite waard maakt, iets mooier maakt, iets emotioneler maakt, een herinnering creëert, iemand aan het denken zet...

Sae Ra Kung (over wie we verder, vreemd genoeg, niets weten) voegt verantwoordelijkheid toe aan de definitie van creativiteit. Dat impliceert een **morele keuze**; de keuze om iets met je verbeelding te (durven) doen. De keuze om een impact te hebben. Je verbeelding inzetten *zonder* verantwoordelijkheid is niet echt creatief.

Stel je voor dat je je ideeën meer met anderen zou gaan delen. Dat je je verbeelding meer actief en bewust zou gaan inzetten om allerlei dromen te bereiken en de wereld te veranderen. Stel je voor dat iedereen dat zou doen. Dat noemen we **creatieve verantwoordelijkheid**.

Laten we een quote in de mix gooien van de bekende schrijver Haruki Murakami, of beter, van een van diens personages:

'It's all a question of imagination. Our responsibility begins with the power to imagine. Turn this on its head and you could say that where there's no power to imagine, no responsibility can arise.'

uit Kafka on the shore van Haruki Murakami (2002)

Uit verbeelding *kan* verantwoordelijkheid komen, zegt Murakami's personage. Maar dan keert hij de zaak om. **Je kan niet verantwoordelijk zijn zonder verbeelding.** Om de quote te begrijpen moet je weten dat het gaat over Adolf Eichmann, een nazi. Die zei dat hij zich 'geen andere oplossing had kunnen inbeelden' dan de holocaust. Murakami bedoelt dus dat Eichmanns gebrek aan verbeelding leidde tot een gebrek aan verantwoordelijkheid.

Verbeelding hebben alleen is niet genoeg. Je moet je idee of concept ook omzetten in een creatie (in HACK #5 meer over dat begrip). Zelfs het simpele **delen van je idee** met iemand anders is al genoeg om écht creatief te zijn.

- Stradivarius-violen, het beroemde perpetuum-mobile van Johann Bessler, het nooit uitgevoerde wereldwijde draadloze energienetwerk van Nikola Tesla, het idee voor een hiteresistent plastic genaamd 'Starlight' en talloze andere uitvindingen kunnen niet meer gemaakt worden, want al deze bedenkers stierven zonder enige notitie achter te laten.
- De Amerikaanse overheid houdt naar schatting 5000 tot 6000 patenten geheim. Sommige zijn doorheen de jaren toch naar buiten gekomen of uitgevoerd. Misschien zijn ideeën als 'vliegtuigpassagiers op elkaar stapelen' niet erg wenselijk, maar we vragen ons af waarom de overheid ideeën als 'een heel sterk net' of 'een roomijsbar met chocolade jasje' geheim wilde houden.
- De Chinese overheid verbiedt het gebruik van Amerikaanse technologie om de ontwikkeling van Chinese tegenhangers te stimuleren, wat internationale samenwerking tegenhoudt.
- Uit een onderzoek blijkt dat maar 13,6 procent van de werknemers van Microsoft af en toe ideeën deelt met hun manager als die niet rechtstreeks met hun eigen taken te maken hebben. Over belangrijke onderwerpen durft bijna negen op de tien werknemers nooit een mening te uiten: denk aan hun eigen jobinhoud, de teamcultuur, de manier waarop werknemers door de organisatie behandeld worden, de bedrijfsstrategie of de work-lifebalans.



OEFENING: 'BEWARE ABROPREATION'

Zoek eens op: 'inventors who changed the world/our lives/...'. Zoek ook eens op 'female inventors' of 'discoveries by women'. En nu je toch bezig bent: 'inventions created by women who were credited to men' – abropreation, noemen we dat. Trouwens: vind je ook Afrikaanse of Zuid-Amerikaanse uitvinders? En ook uitvindingen door de oorspronkelijke bewoners van die continenten? Wist je dat vele niet-witte en niet-westerse ideeën achteraf werden toegeschreven aan witte westerlingen? Dat noemen we dan weer whitewashing. We herschrijven continu de geschiedenis. Je ideeën delen én ideeën toeschrijven aan de juiste mensen is best belangrijk.

Je hebt het zelf vast ook al meegemaakt: in een groepsbrainstorm durfde je niet alle ideeën die in je opkwamen te zeggen. Je filterde je ideeën op één eigenschap: **wat zouden de anderen ervan denken?**



OEFENING: 'AFRAID TO SHARE MY IDEA'

Google eens de woorden 'Afraid to share my idea' en kijk hoeveel resultaten die zoekopdracht genereert. Sta er even bij stil dat je niet alleen bent. Waarom denk je dat we allemaal zo bang zijn om ons idee te delen, wetende dat iedereen die angst deelt? Wat houdt ons tegen? Bespreek met je medestudenten / collega's en ga na hoe je die angst kan omzetten in iets waarvan jullie iets kunnen leren. Tip: in HACK #2 vertellen we je meer over je comfortzone en je veilig voelen in een team.

En hoe zit het met jou? Ben jij bereid om wat meer creatieve verantwoordelijkheid op te nemen? Ben je vragende partij dat het bedrijf waar je werkt, jouw onderwijsinstelling of organisatie een **creatieve cultuur** creëert waarin dit makkelijker wordt? *Speak up!* In 1.3 geven we je tips voor het werken aan een creatieve cultuur. In HACK #5 vertellen we hoe je je ideeën kan delen.



ONTHOUD

Creatief denken is aanpassen wat bestaat. Wanneer je creatief bent gebruik je je verbeelding om verder te bouwen.



ARTISTIEKE VERSUS IDEE-CREATIVITEIT

Edward de Bono (2009) – nee, niet die van U2 – maakt nog een onderscheid tussen *artistieke creativiteit* en *idee-creativiteit*. Artistieke creativiteit (zoals tekenen, zingen en dansen) vergt meer talent, terwijl idee-creativiteit even formeel kan onderwezen worden als wiskunde. We hebben het in dit boek vooral over **idee-creativiteit**, bestaande uit een set van vaardigheden die iedereen kan ontwikkelen, al moet je het onderscheid niet te zwart-wit maken. Om creatieve reclame te maken heb je bijvoorbeeld beide nodig: vaardigheden om ideeën te bedenken en vaardigheden om ze vorm te geven.

1.2 TRAIN JE BREIN

Laten we nu kijken hoe je je brein creatiever kan maken. Dan hebben we het vooral over anders *denken*. Je kan je daarin trainen en je eigen hersenen ‘boetseren’. Hoe cool is dat?



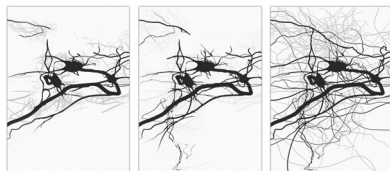
WIJ ZIJN CREATIEVE DENKERS, GEEN NEUROLOGEN

We doen in dit hoofdstuk een beroep op verschillende hersenonderzoekers en theorieën om uit te leggen hoe jij je hersenen kan inzetten voor creativiteit. Maar het onderzoek over de hersenen staat ook nog steeds in de kinderschoenen. En wij zijn zelf geen hersenwetenschappers. Dat stelt ons uitstekend in staat om een aantal zaken bevattelijk uit te leggen. Af en toe zullen we wellicht een detail over het hoofd zien of een chemisch proces vereenvoudigen. Maak je geen zorgen, dat is helemaal de bedoeling. We willen graag dat iedereen het begrijpt.

1.2.1 Neuroplasticiteit: boetseer je brein

Je kan je hersenen leren creatiever te denken, net als je kan leren fietsen. Kort door de bocht kunnen we zeggen dat je, telkens wanneer je een idee bedenkt, een **nieuwe verbinding aanlegt in je hersenen**. Je herprogrammeert in feite je brein tot het creëren van een ‘fietsnetwerk’ in je hersenen dat voortaan actief wordt elke keer je een fiets bestijgt, of zelfs nog maar aan fietsen denkt.

Net zoals wanneer je spieren kweekt door te trainen, train jij je hersenen door herhaling. Dat heet **neuroplasticiteit**. De verbindingen in het getrainde gebied worden dichter, zodat het informatiesnelwegen worden in plaats van voetpadjes.



FIGUUR 1: Een neurale netwerk voor training (links), na twee weken stimulatie (midden) en na twee maanden stimulatie (rechts). (cognifit.com)

Telkens je iets denkt, voelt of doet – aan je ouders denkt, een indruk opdoet, naar de lucht kijkt, iemand ziet, een gesprek voert, een boek leest, je hond aait... – activeert dat een specifiek gebied in je hersenen. Bij het oplossen van een eenvoudige rekensom zijn bijvoorbeeld minstens vijf hersengebieden actief. Wanneer je dit herhaalt, activeer je dezelfde gebieden. Daarmee maak je die gebieden steeds sterker. Zo komt het dat je steeds sneller kan rekenen, dat je je, wanneer je iemand heel vaak ziet, diens gezicht uiteindelijk makkelijk voor de geest kan halen of dat je een gedicht vanbuiten kan leren. Dat lukt de meeste mensen allemaal niet in één keer, maar wel met **herhaling**.

Daarom moet je nieuwe gewoontes kweken als je creatiever wil worden. Naarmate je creativiteit meer oefent, maak je het netwerk in je brein dat voor creatief denken instaat steeds potenter en sneller. **Creatief probëren te denken maakt je creatiever.**

We noemen dat ook leren, of **nurture**. Uit tweelingenonderzoek blijkt stevast dat eenzijdige tweelingen – met hetzelfde DNA – zich toch heel anders kunnen ontwikkelen (Swaab, 2016). Onze sociale en culturele omgeving en wat we in ons leven doen en aanleren bepaalt zeker niet helemaal, maar wel voor een deel hoe onze hersenen zich ontwikkelen.

Einstein benaderde ‘leren’ op een uitermate productieve manier, met een **op persoonlijke groei gerichte mindset**. Hij zei dat hij ‘geen speciaal talent’ had, maar ‘gewoon nieuwsgierig’ was. Hij gedroeg zich daar bewust naar. Ook nieuwsgierigheid is trouwens iets dat je kan stimuleren bij jezelf. Je leest er alles over in **HACK #3, BRAIN FOOD**.

Lang werd gedacht dat je twee hersenhelften los van elkaar instonden voor compleet verschillende activiteiten. De linkerhelft – de ‘logische’ – was waar

reken- en categorisatiewerk gebeurde, waar redeneringen, regels, taal en analyses ontstonden en waarmee je symbolisch en abstract kon denken. De rechterhelft was de plek waar intuïtie, emotie en nonverbale communicatie huisden en waar verbeelding ontstond. De rechterhelft werd vaak de ‘creatieve helft’ genoemd. Dat is min of meer onzin gebleken. Het klopt dat beide hersenhelften elk een deel van elke cognitieve taak op zich nemen. Maar **voor elke hersenactiviteit gebruik je beide helften**, die continu met elkaar ‘overleggen’.

Neem nu taalvaardigheid: je linkerhersenhelft categoriseert woorden – die helft slaat in allerlei laagjes de letterlijke betekenisstructuur van woorden op, de denotatie – maar je rechterhelft heb je nodig om die woorden een *betekenisvolle* betekenis te geven, de connotatie, oftewel een interpretatie waar je iets mee kan. Beide heb je nodig om een woord te kunnen gebruiken. Kortom: bij haast elke activiteit, elke gedachte, elk hersenproces zijn beide hersenhelften actief. Het feit en het verband, het detail in het geheel, de taal en het beeld, de actie en het oordeel: altijd gaan ze hand in hand, altijd heb je het ene nodig om het andere te begrijpen. Je kan ook niet zomaar een hersenhelft uitschakelen. En we denken dan wel vaak dat de ene helft van de mensheid bestaat uit ‘linkerbreinn mensen’ en de andere uit ‘rechterbreinn mensen’, maar eigenlijk ben je **altijd allebei**.

1.2.2 Associatienetwerk

Waar zit die verbeelding van jou dan? Onderzoeker Nancy Andreasen (Johnson, 2016) heeft PET-scans uitgevoerd bij mensen in rust: ze moesten ‘gewoon rusten en laten opkomen wat in hen opkwam’. Zo heeft ze de ‘**associatiecortex**’ in ons brein ontdekt. De associatiecortex is een ‘werkgeheugen’-netwerk in je brein, dat instaat voor minstens de *helft* van al je denken. Ze verbruikt, hoewel ook in rust actief, zo veel energie – de meeste energie in je hoofd gaat hierheen – dat Andreasen gewag maakt van de ‘donkere materie’ van je brein.

De associatiecortex staat in voor het leggen van **verbanden en associaties**. Ze haalt ervaringen en percepties naar boven uit, vooral, ons episodisch geheugen – onze herinneringen aan gebeurtenissen, die vaak persoonlijk zijn en een emotionele betekenis hebben. Gedachten waar je vaak moeilijk aan kunt, worden er uit je onderbewustzijn naar boven gehaald en vervolgens met elkaar in verband gebracht en omgevormd tot ‘nieuwe’ gedachten en beelden: dromen, fantasie en religieuze ervaringen, bijvoorbeeld.