

Framing - Oefening

Versie 3apr25



Je hebt het artikel over framing gelezen, hoe kan je dat praktisch gebruiken om de besluitvorming van jezelf of anderen te verbeteren? Bewuster en effectiever framing toepassen vereist dat je actief je eigen denkpatronen onderzoekt, kritisch naar je perspectieven kijkt en leert om flexibel te denken. Wat concrete stappen om dit te doen hieronder.

Stap 1. Neem een besluit dat je moet gaan nemen. Liefst een besluit dat wat ingewikkeld is. Of neem een besluit dat iemand anders nam en waar jij last van hebt of niet eens mee bent.

Stap 2. Neem wat flexibiliteit in je denken door onderstaande acties uit te voeren. Wees bewust van je huidige frame. Vraag jezelf af 'Hoe kijk ik nu naar deze situatie? Welke aannames maak ik?' Herken signalen, bijvoorbeeld als je vastloopt of maar één oplossing ziet, kan dat een teken zijn dat je onbewust in een beperkt frame denkt.

Wat dan helpt is even pauze te nemen, je geest even een reset te geven.



Voorbeeld: Als een project vertraging oploopt, vraag jezelf af of jij dit alleen ziet als een probleem of anderen ook.

s

Actie: Experimenteer met alternatieve frames

Reframe de situatie door actief naar een probleem te kijken vanuit meerdere invalshoeken. Stel vragen zoals: Wat gebeurt er als ik dit probleem positief of opportunistisch bekijk? Wat als dit geen probleem is, maar een symptoom van iets groters?

Actie: Denk aan anderen: Hoe zou iemand met een ander perspectief dit bekijken? Een klant, een kind, een expert uit een ander vakgebied?

Bijvoorbeeld bij een conflict op de werkvloer kun je de situatie reframen van 'twee collega's die niet overeenkomen' naar 'ze hebben verschillende werkstijlen die elkaar kunnen aanvullen.'

Actie: Stel wat als-vragen

Stel hypothetische scenario's om je denken te verruimen:

- Wat als er geen beperkingen waren? Hoe zou ik dit aanpakken?
- Wat als ik dit vanuit de toekomst bekijk? Hoe zou ik dan handelen?
- Wat als ik dit probleem uit een totaal ander vakgebied zou benaderen?

Bijvoorbeeld bij productontwikkeling kun je vragen: 'Wat als klanten geen eigenaar willen zijn, maar enkel gebruik willen maken?' En zo ontdek je streaming diensten. Of 'wat als ik geen salaris verhoging krijg?'.

Actie: Zoom in én uit

Inzoomen: Kijk naar de details en kleine factoren die het probleem beïnvloeden.

Uitzoomen: Bekijk het grotere geheel en zoek patronen of verbanden die je eerst niet zag.

Voorbeeld: Als je bijvoorbeeld een marketingcampagne bedenkt, zoom in op hoe een klant een advertentie ervaart, en zoom uit om de hele klantreis te bekijken.

Actie: Gebruik analogieën en metaforen

Denk aan vergelijkbare situaties uit een ander domein of een ander vakgebied.

Voorbeeld: Bij stadsplanning zou je kunnen denken aan hoe een bijenkorf georganiseerd is om te leren over efficiënte systemen.

Actie: Werk met diverse perspectieven

Betrek anderen bij je denkproces, vooral mensen met andere achtergronden of expertises.

Voorbeeld: Vraag in een teamvergadering hoe mensen met verschillende rollen (bijv. marketing, logistiek, klantenservice) een probleem zien.

Actie: Herken je denkfouten en vooroordelen

Beperkingen: Framing kan worden beïnvloed door cognitieve biases, zoals het vasthouden aan het bekende (status quo bias) of enkel kijken naar negatieve uitkomsten (verliesaversie).

Oefening: Daag je eigen aannames uit door vragen te stellen als:

Waarom denk ik dat dit de enige oplossing is?

Welke informatie negeer ik misschien?



Suggestie: Hoe past
in je studie?

Dat gedaan? Gaaf. Neem over in je portfolio en neem voortaan nog betere besluiten!

Next steps

Maak framing een gewoonte. En hoe dat te doen? Simpel, reflecteer regelmatig. Neem tijd om na te denken over hoe je een probleem benadert en wat je framing beïnvloedt. Of heel praktisch hou een journaal bij waarin je noteert hoe je bepaalde problemen hebt gereframed.

Ontwikkel een groeimindset. Zie framing als een hulpmiddel om altijd te blijven leren en groeien. Hierin helpt steeds te denken dat je een afwijzing niet hoeft te zien als falen, frame het als feedback en een kans om je te verbeteren.
(zie Carol Dweck en be-good and getting-better)

Visualiseer je frames. Maak mindmaps of schema's om je perspectieven te structureren en alternatieven te zien. Teken een probleem en verbind het met verschillende mogelijke benaderingen, zoals "praktisch", "creatief", of "strategisch".

Nog wat zaken om over te piekeren.

Als je besluiten nemen op basis van een algoritme, neem je niet meer een risico. Daarmee rem je een mogelijke groei.

Digitalisering heeft wat eerst gescheiden was, bijeen gebracht. Muziek, beeld, bellen, foto maken in een apparaat. Daarmee zijn er steeds minder scheidingslijnen. Dat roept andere acties op, die bijvoorbeeld van mensen met oordopjes in in de tram. Of benauwd zijn over je privacy. Jouw huis en voordeur is de scheidingslijn tussen jij en de buitenwereld. Hoe is dat je online digitale wereld en de scheidingslijn? Die is er niet.

Technologie is niet als een sigaret waar je lichaam aan verslaafd raakt. Technologie maakt je wel verslaafd aan erkenning. Het past in de twee tegenstrijdige basis emoties van de mens: ergens bij willen horen en ergens bovenuit willen stijgen (blz 41 van het boek)

Flow theorie: je moet drempels overwinnen om gelukkig te zijn. Artifi Intel neemt veel drempels weg. Is dat dan wel plezierig?

Bron: Boek 'Nieuwe vervreemding – Hoe technologie onze wereld betovert' van Roland van der Vorst uit 2023. Roland van der Vorst is hoofd Innovatie bij de Rabobank en CEO van Rabo Carbon Bank en voormalig hoogleraar en schrijver van het FD.