Imaginatie

Wat is het?

Beeld en symbool spelen vaak een belangrijke rol. Je wordt voortdurend beïnvloed door je eigen beelden en door beelden uit de omgeving en cultuur. Imaginatie is de kunst van het hanteren van beelden. Door te denken in beelden kunnen we het rationele denken loslaten. Als we rationeel denken, komen oplossingen voort uit de gedachte die het eerst opkomt in de volgorde van het denken. Imaginatie stelt ons in staat om met een klein beetje informatie iets nieuws te creëren, om in totaalbeelden, ontwerpen, abstracties of nieuwe perspectieven te denken en om in de toekomst en het verleden te kijken. Het biedt ons dus de mogelijkheid om creatief te denken.

Wanneer kun je het gebruiken en hoe werkt het?

Benodigdheden

- Tijd en ruimte;
- Een bekwame facilitator;
- Een groep mensen die bereid en gemotiveerd is.

Werkwijze

Er zijn vele manieren waarop imaginatie kan worden toegepast. Enkele mogelijkheden zijn:

- *Terloopse imaginatie*. Imaginatie kan terloops worden toegepast. Mensen gebruiken voortdurend beelden om een situatie te beschrijven. Tijdens een gesprek kan op een beeld worden ingegaan door vragen te stellen, door te tekenen, of door naar metaforen te zoeken.
- *Ansichtkaarten en foto's*. Laagdrempelig is het aanbieden van ansichtkaarten en foto's. Uit een grote verzameling kan de persoon een kaart kiezen die past bij het thema van de oefening.
- *Ogen dicht en open*. Door imaginatie met de ogen dicht kan het contact met de spontane beeldenwereld gestimuleerd worden. De begeleider kan nu vragen stellen die ervoor zorgen dat de beelden worden opgeroepen. Als het beeld duidelijk en concreet is, kan hierover worden gesproken.
- *Ontspanningsoefening*. 'Gaat u eens goed op uw stoel zitten. Zet uw benen naast elkaar en laat uw armen los. Wordt u bewust van ....' Deze oefening is een goede inleiding voor verdere imaginatie.
- *Individuele begeleiding*. Het meest indringend werkt imaginatie in een één-op-één relatie. De begeleider kan dan rechtstreeks communiceren met de persoon, terwijl die 'in de beelden' is.
- *In een groep*. Imaginatie in een groep geeft de deelnemers de gelegenheid om op een non-verbale, creatieve manier te communiceren. Aan brainstormsessies geeft imaginatie een extra verdieping. Groepsimaginatie is ook heel geschikt bij teambuilding.

Wat levert het op?

De opbrengst van imaginatie is sterk afhankelijk van het waarom van imaginatie. Zoals al bleek kan imaginatie op zeer veel verschillende manieren gebruikt worden. Imaginatie kan dienen als ontspanningsoefening, als onderdeel van teambuilding, of als middel om je eigen functioneren te verbeteren.

Waar vind ik meer informatie?

- Smit, C. en Taal, J. (1997). Opleiders in Organisaties, Capita selecta, afl. 32 'Imaginatie'. Een themanummer over imaginatie.
- Caleidoscopio Cards: http://www.kessels-smit.com/nl/books/caleidoscopio-cards