



krauthammer

Intuïtie: te vertrouwen of niet te vertrouwen....

Artikel door Carolien Oosterhoff, Consultant bij Krauthammer



Stelt u voor

Stelt u zich eens voor dat u in een vergadering bent met vier potentiële zakenpartners. U moet beslissen met wie u gaat samenwerken aan een belangrijk project. Alle vier hebben ze een uitstekend voorstel gepresenteerd, ze hebben uw onderneming uitgebreid bestudeerd en ze hebben zich zeer goed voorbereid op al uw vragen. Nu is de keuze aan u. En u heeft moeite te beslissen. U weet het gewoon niet omdat er, rationeel gezien, met geen van de vier iets mis is! Aan de andere kant heeft u het gevoel dat één van de partners meer te vertrouwen is dan de anderen, maar u heeft geen idee waarom. U gebruikt uw verstand en probeert aanwijzingen te vinden waarom u meer vertrouwen hecht aan die ene persoon, maar het enige wat in u opkomt is 'het intuïtieve gevoel' dat hij de juiste is. Tja, misschien moet u maar op dat gevoel vertrouwen? Of zegt u tegen uzelf dat het maken van een beslissing op basis van een gevoel professioneel niet verantwoordelijk is? Gaat u uw manager vertellen - en zou u hem moeten vertellen - dat u een keuze heeft gemaakt, gewoon omdat u er "een goed gevoel" bij had?

Laten we eens een voorbeeld nemen uit de privé-sfeer. Uw partner heeft de gewoonte om – nogal vaak - over zijn gezondheid te klagen. Dagelijks maakt hij opmerkingen als 'ik voel me niet goed', 'ik denk dat ik een ernstige ziekte heb' en 'ik weet zeker dat ik dood ga'. Na een bezoek aan de dokter, die u beiden geruststelt en laat weten dat er niets aan de hand is, besluit u om die gedachten in de toekomst links te laten liggen. Ondertussen gaat het klagen gewoon door. Op een dag zegt u partner – voor de zoveelste keer: "Oooh, ik voel me echt niet goed!". U werpt hem een geïrriteerde blik toe en dan, volkomen onverwacht, weet u eenvoudigweg dat het deze keer menens is. Deze keer twijfelt u geen seconde; u belt onmiddellijk de dokter. Later zegt deze dat u net op tijd was Hoe wist u dat? Wat gebeurde er? Welke tekenen zorgden ervoor dat u intuïtief aanvoelde dat het deze keer menens was en hielpen u het leven van uw partner te redden? Welke signalen werden door uw onbewuste opgevangen en...serieus genomen? Kwam u tot het besef door bewust de juiste vragen te stellen, door stil te staan bij de bedoelingen of door het psychologische profiel van de andere persoon in detail te doorgronden? Op welke manier werd u beïnvloed, en gebeurde dit bewust of onbewust? Of vertrouwde u op iets anders?



krauthammer

Intuïtie

Dat “iets anders” zou heel goed uw intuïtie geweest kunnen zijn. Maar wat is nu precies intuïtie? Het woord komt van het Latijnse ‘intueor’, dat betekent ‘aandachtig bekijken, staren naar, beschouwen’. Binnen de psychologie[1] wordt het beschouwd als een impliciete vorm van kennis en als een directe waarneming van de waarheid - zonder enige beredenering, rationele tussenkomst of observatie. We kunnen 'intuïtie' beschouwen als een originele en onafhankelijke bron van kennis. Een soort van kennis die door geen enkele andere bron wordt verstrekt.

Voordelen

Onderzoekers zijn het eens dat intuïtie haar ontstaan vindt in ons onbewuste. In het boek “Het Slimme Onbewuste”, uitgegeven in 2007, schrijft Ap Dijksterhuis, hoogleraar aan de afdeling Psychologie van de Universiteit van Amsterdam, dat we teveel waarde hechten aan de kracht van ons bewuste, en dat we het onterecht op een voetstuk plaatsen.

Volgens Dijksterhuis zouden we allemaal beter moeten leren luisteren naar onze intuïtie/ ons onbewuste, en zouden we er meer op moeten vertrouwen. Dijksterhuis schrijft ook:

- Ons onbewuste verwerkt informatie 200.000 keer sneller dan ons bewuste;
- Ons bewuste speelt maar een zeer kleine rol bij het nemen van beslissingen;
- We denken dat we keuzes maken met behulp van ons bewuste (door na te denken en te redeneren), maar in werkelijkheid wordt de daadwerkelijke keuze gemaakt door ons onbewuste; ons bewuste voegt er – pas achteraf (!) – de logica aan toe. (zie ook het werk van organisatiepsycholoog Karl Weick)
- Ons onbewuste is een uitstekende multi-tasker, terwijl ons bewuste slechts een of twee dingen tegelijkertijd kan doen.



Intuïtie ontwikkelen

Hoe kunnen we ons gevoel voor intuïtie verder ontwikkelen? Om te beginnen moeten we herkennen hoe onze intuïtie signalen aan ons doorgeeft. Volgens Carolina Bont, tevens een expert op het gebied van intuïtie, zouden we aandacht moeten schenken aan de volgende tekenen:

- Lichamelijk: misselijkheid, plotselinge hoofdpijn, of een onaangenaam gevoel in de maag;
- Emotioneel: gevoelens van angst, onzekerheid of rusteloosheid;
- Intellectueel: een plotselinge gedachte, een onverwachte associatie, herinnering of mentaal beeld; een onverwacht antwoord;
- Emotioneel: een gevoel van heelheid, verbondenheid;
- Met betrekking tot de omgeving: selectieve waarnemingen die aanwijzingen geven over waar we oplossingen kunnen vinden.

Hoe kan dit alles in uw voordeel werken?

Heeft u moeite met het nemen van beslissingen? Twijfelt u altijd aan uw kijk op mensen of op situaties? Weet u nooit goed wat u moet doen of wat u niet moet doen? Ondervindt u problemen bij het maken van keuzes in uw leven? Laat u uzelf te gemakkelijk 'overtuigen' door verschillende ideeën, waardoor u vervolgens voortdurend in de war wordt gebracht? Werkt u aan een project en weet u niet goed met welke partner u in zee zou moeten gaan? We kunnen leren onze intuïtie te vertrouwen en haar te gebruiken als onze innerlijke adviseur.

Wilt u meer weten? Lees dan wat uw collega's over dit onderwerp te zeggen hebben in de laatste editie van [Vision Research Briefing](#).

Albert Einstein:

"If the facts don't match my theory, too bad for the facts" (vrije vertaling: "als de feiten niet aansluiten bij mijn theorie, jammer dan voor de feiten").

[1] Links voor meer informatie:

<http://dijksterhuis.socialpsychology.org/>

<http://en.wikipedia.org/wiki/Intuition>

<http://www.onepine.info/pweick.htm>

<http://businessintuition.blogspot.com/>

<http://offlinehbpl.hbpl.co.uk/misc/SRP/Supplements-Documents/CEOSurvey3.pdf>