MODULEBESCHRIJVING

Als AI een vertrouweling wordt: afstand houden op het werk

Adaptieve module | ~20 min

De voornaamste reden om generatieve AI te gebruiken is niet langer productiviteit, maar therapie en gezelschap (Harvard Business Review, 2025), en wat mensen AI toevertrouwen gaat vaak over het werk. Deze module houdt het evenwicht. Ze erkent wat dit luisterend oor oplevert, benoemt de drie blinde vlekken (meegaandheid, afhankelijkheid, vertrouwelijkheid) en beschrijft daarna de juiste houding: AI als oefenruimte, nooit als vervanging, en een leidinggevende die het signaal oppikt in plaats van te moraliseren.

LEERDOELEN

01 Begrijpen waarom AI aantrekkelijk is als vertrouweling (beschikbaar, zonder oordeel) en wat het werkelijk oplevert.

02 De drie blinde vlekken herkennen: de meegaandheid die u gelijk geeft, de afhankelijkheid die isoleert, de vertrouwelijkheid die het bedrijf in het geding brengt.

03 De juiste houding bewaren: AI als spiegel en als oefenruimte, nooit als vervanging van echte gesprekken.

04 Als leidinggevende het signaal oppikken dat er niet vrijuit wordt gepraat, psychologische veiligheid herstellen en aan de gebruiksregels herinneren.

DOELGROEP

Dagelijkse AI-gebruikers die er een goede spiegel van willen maken, en leidinggevenden met oog voor hoe er in hun team wordt gepraat.

- **Voorkennis:** geen

VERLOOP VAN DE MODULE

Zelfstandig, met oefeningen die zich aanpassen aan de deelnemer.

1. **Zelfscan**: op 9 dimensies, om de eigen werkwijze in kaart te brengen en gericht te oefenen.
2. **Video van een expert**: van 10 minuten, met 3 denkpauzes.
3. **Praktijksituaties**: 2 eerste situaties, gekozen op basis van de zelfscan, daarna 16 optionele situaties. Bij elk antwoord volgt feedback: het effect ervan en een tip om verder te komen.
4. **Voornemen met datum**: een actie om uit te proberen, door de deelnemer zelf geformuleerd of gekozen uit de voorstellen.
5. **Samenvattingskaart om te downloaden**: kernpunten, vragen, voornemen, persoonlijke notities en checklists.

EEN VOORBEELD UIT DE PRAKTIJKSITUATIES

Luigi, grafisch ontwerper, heeft buiten Izabela om een cataloguspagina gewijzigd die zij met haar leidinggevende had goedgekeurd. Izabela vertelt het de AI-assistent. Die vindt dat Luigi zijn bevoegdheid overschreed en stelt een stevig bericht aan het hele team voor. Vrijdag gaat de catalogus naar de drukker. Wat moet Izabela doen?

TOETSING EN AFRONDING

Drempel: 80%

De score houdt rekening met de antwoorden in de praktijksituaties, het geformuleerde voornemen en, waar van toepassing, aanvullende leeractiviteiten. Voor afronding zijn een voornemen en een score van minstens 80% nodig.

METHODEN & MODELLEN

- Psychologische veiligheid – Amy Edmondson (Harvard Business School)
- Synthetische intimiteit – term uit de analyse van Harvard Business Review (2025) over het gebruik van generatieve AI
- AVG en interne richtlijnen voor AI-gebruik in het bedrijf – wettelijk en organisatorisch kader

BRONNEN & REFERENTIES

- Harvard Business Review, “How People Are Really Using Gen AI in 2025” (2025) – therapie en gezelschap staan inmiddels op de eerste plaats bij het gebruik van generatieve AI, vóór productiviteit
- MIT Media Lab en OpenAI – studie uit 2025 naar bijna 40 miljoen gesprekken: de intensiefste gebruikers van ChatGPT melden meer eenzaamheid en afhankelijkheid
- Julian De Freitas (Harvard Business School), “AI Companions Reduce Loneliness”, Journal of Consumer Research (2025) – 15 minuten met een AI-companion verminderen eenzaamheid evenveel als een gesprek met een mens
- Amy Edmondson (Harvard Business School) – het begrip psychologische veiligheid

Een module van Afthonios.com.

Inhoud gecontroleerd op 18 oktober 2026