MODULEBESCHRIJVING

Informatieoverdaad: beter beslissen met minder

Adaptieve module | ~20 min

Informatie verwerken en schiften kost een leidinggevende meer dan een derde van de werktijd, en de studie van BCG × Harvard Business Review laat zien dat cognitieve overbelasting door AI tot meer fouten en beslismoeheid leidt. Deze module pakt dat aan met het informatiedieet van Caroline Sauvajol-Rialland, teruggebracht tot drie filtervragen, en zet daarna AI aan het werk: filteren, samenvatten, prioriteren. Ze wijst ook op een nuttig aandachtspunt: een lawine aan voorstellen die u moet goedkeuren, blijft een lawine.

LEERDOELEN

01 Begrijpen waarom extra informatie boven een bepaalde hoeveelheid de beslissing vertroebelt in plaats van haar te verhelderen.

02 De twee behoeften herkennen die tot verzamelen aanzetten, en beslissen met voldoende in plaats van volledige informatie.

03 Bronnen schiften met drie vragen: wat de informatie verandert, welk effect ze heeft, waar ze vandaan komt.

04 Filteren, samenvatten en prioriteren aan AI overlaten, zonder dat de voorstellen van AI een nieuwe overbelasting worden.

DOELGROEP

Iedereen die wil beslissen met de juiste informatie en AI wil inzetten als filter in plaats van als extra bron.

- **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

Kacper, cameraman, moet uiterlijk dinsdag een van twee cameramodellen aanbevelen voor zijn team, dat vooral binnen filmt. Hij heeft beide getest: de ene geeft een scherp beeld zonder iets in te stellen, de andere niet. Over twee weken verschijnt een test over buitenopnames. Wat moet Kacper 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

- Caroline Sauvajol-Rialland, Infobésité (Vuibert, 2013) – de “informatiedïetetiek”.
- 3 filtervragen van het informatiedieet – Afthonios-methode.
- Artificiële intelligentie (AI) als extern brein: filteren, samenvatten, prioriteren – Afthonios-kader.
- Onderzoek van BCG × Harvard Business Review naar cognitieve overbelasting door AI.

BRONNEN & REFERENTIES

- Boston Consulting Group & Harvard Business Review – onderzoek “AI brain fry” (maart 2026, 1.488 Amerikaanse werknemers): cognitieve overbelasting door AI leidt tot meer fouten, meer beslissingsmoeheid en vaker de intentie om ontslag te nemen
- Caroline Sauvajol-Rialland – “Infobésité, comprendre et maîtriser la déferlante d’informations” (2013), “informatiedïetetiek”
- OpenText, internationaal onderzoek uitgevoerd door 3Gem (2022, 12 landen, waaronder Frankrijk): 80% van de respondenten zegt last te hebben van informatieoverdaad, die hun dagelijkse stress vergroot
- Martin J. Eppler en Jeanne Mengis, “The Concept of Information Overload”, The Information Society (2004): de kwaliteit van beslissingen neemt toe met de hoeveelheid informatie tot een bepaalde drempel en gaat daarna snel achteruit (omgekeerde U-curve, Schroder, Driver en Streufert, 1967)

Een module van Afthonios.com.

Inhoud gecontroleerd op 31 oktober 2026