

Leadership

Wie Sie Ihren Kreativitätsmotor ankicken

In der Hektik des Alltags ist es bisweilen schwierig, sich auf ein bestimmtes Thema zu konzentrieren und dabei noch schöpferisch zu sein. Mit ein paar Tricks lässt sich Kreativität aber auch in Stresszeiten abrufen.



Bild: Brian H. / iStockphoto.com

Unser Hirn wird konstant mit Informationen bombardiert. Irgendwann kommt es zum «Kreativ-Stau» und man produziert nur für den Papierkorb ...

VON CHRIS BRÜGGER UND JIRI SCHERER*

Einen klaren Gedanken zu fassen, kann in der heutigen Zeit ganz schön schwierig sein. Im Alltag werden wir auf Schritt und Tritt mit Informationen bombardiert. Konstant muss unser Hirn Bilder, Musik und Gerüche verarbeiten, welche uns animieren und informieren wollen. Die neuesten Nachrichten verfolgen uns vom Morgenradio, der Gratiszeitung im Bus über den Informationsscreen am Bahnhof bis zum eigenen Arbeitsplatz, wo eine Flut von E-Mails, Infowebsites und Neuheiten der Kollegen weiteren Input liefern. Wenn dann zum täglichen Business auch noch Termindruck, Abgabestress und unterschiedlichste parallele Projekte kommen, kann das auf Kosten der Kreativität gehen. Vor lauter Treten im Hamsterrad schrumpft der Horizont, und neue Ideen zu generieren, ist in einem solchen Moment kaum möglich.

Doch die Kreativität von Mitarbeitern ist in grossen Firmen heute gefragt denn je, was auch eine Studie

von IBM kürzlich eindrücklich belegte. Über 1500 Führungspersonlichkeiten in 60 Ländern gaben Kreativität als wichtigstes Attribut eines Mitarbeiters an. Doch nicht nur deshalb, sondern weil kreative Momente auch für einen selbst wichtig sind und das eigene Selbstwertgefühl stärken, sollte man sich ein paar Werkzeuge zurechtlegen, um auch in angespannten Momenten kreativ sein zu können.

Das weisse Blatt. Ob physisch, digital oder einfach nur im Kopf – nehmen Sie das sprichwörtliche weisse Blatt und fünf bis zehn Minuten Ihrer Zeit. Es ist wichtig, dass Sie diese Methode klar zeitlich begrenzen, sodass sie keinen zusätzlichen Stressfaktor darstellt. Konzentrieren Sie sich auf die Aufgabe, bei der Sie kreativ sein sollen und lassen Sie Ihren Gedanken freien Lauf. Kritzeln oder tippen Sie alles nieder, was Ihnen einfällt, schränken Sie Ihre Ideen nicht ein. Im Prinzip sind Sie nun beim Einmann-Brainstorming. Unterschiedliche Szenarien können jetzt eintreffen: Sie

kommen nach vielleicht anfänglicher Mühe in einen Gedankenfluss, und eine Idee jagt die andere. Skizzieren Sie sie in diesem Fall nur kurz an. Vielleicht kommen auch nur Bruchstücke verschiedener Ideen, dann schreiben Sie diese auf. In jedem Fall sollten Sie nach der von Ihnen bestimmten Zeit ein erstes Blatt mit Ideen haben, welche Sie zu einem späteren, ruhigeren Zeitpunkt weiterverfolgen und ausformulieren können. Sie werden auch feststellen, dass, ist erst einmal etwas zu Papier gebracht, der Druck der Aufgabe abnimmt und die Weiterarbeit daran leichter fällt.

Zur richtigen Zeit am richtigen Ort. Überlegen Sie sich einmal, wo Sie die besten Ideen, die aufregendsten Einfälle, sprich Ihre kreativsten Momente haben. Mit grösster Wahrscheinlichkeit ist das nicht hinter Ihrem Computer am



CHRIS BRÜGGER (L.) UND JIRI SCHERER (R.) sind Partner von Denkmotor GmbH. Sie leiten regelmässig Seminare bei BWI Management Weiterbildung der ETH Zürich.
Kontakt: Denkmotor GmbH, Militärstrasse 90, 8004 Zürich, Tel. 044 450 2828

Arbeitsplatz. Vielleicht denken Sie gerne im Zug, in Ihrem Lieblingscafé, im leeren Konferenzraum ... Gut möglich, dass bei Ihnen Ideen nicht in der Stille entstehen, sondern in belebten Räumen voller Menschen und Geräusche. Suchen Sie diese Situationen und Orte auf, um eine neue Idee zu entwickeln. Sind Sie am Morgen frisch und voller Tatendrang, oder fühlen Sie sich nach dem Feierabendbier inspiriert? Nach der Kaffeepause oder vielleicht spätabends? Finden Sie Ihre kreativsten Momente und nutzen Sie sie, denn zum richtigen Zeitpunkt können fünf Minuten effektiver sein als stundenlanges Brüten.

Kreativer Austausch. Ideen, Utopien und Konzepte lassen sich zu zweit weit interessanter spinnen als alleine. Selbst läuft man Gefahr, gerade unter Stress, in den immer gleichen Denkschlaufen zu verharren. Fragen Sie einen Arbeitskollegen, ob er sich mit Ihnen über ein Pro-

jekt unterhält, oder setzen Sie sich mit einem Bekannten, einer Freundin, Ihrem Partner zusammen und lassen Sie das Gespräch einfach laufen. Setzen Sie Ihrer Fantasie und derjenigen Ihres Gesprächspartners keine Grenzen. Sie werden sehen, dass auch ein kurzes Gespräch – gerade mit einer Person, die mit dem Projekt bislang nicht vertraut war – sehr rasch Früchte tragen kann. Unter Umständen gibt Ihnen Ihr Gegenüber den zündenden Gedanken, den Funken, der Ihren Kreativitätsapparat in Gang setzt, denn er oder sie wird wahrscheinlich in eine ganz andere Richtung denken als Sie.

Sich inspirieren lassen. Gerade an Inspiration fehlt es ja, wenn ich auf Kommando kreativ sein soll, werden Sie sagen. Aber Inspiration kann man sich holen, auch der multimedialen Gesellschaft sei Dank. Stecken Sie fest? Nehmen Sie Themenbücher und -zeitschrif-

SEMINARE

Nächste Termine für öffentliche Seminare in Zusammenarbeit mit BWI der ETH Zürich:

- > **13. und 14. April 2011:** Simplicity – Fünf Prinzipien der Einfachheit (Technopark Zürich)
- > **3. und 4. Mai 2011:** Strukturierte Kreativität und Innovation (Gottlieb Duttweiler Institut GDI)
- > **5. Mai 2011:** De Bonos «Six Thinking Hats» (Gottlieb Duttweiler Institut GDI)

ten zur Hand und schauen Sie, was andere Kreative erdacht haben. Surfen Sie durchs Internet oder nutzen Sie Ihre Mittagspause für einen Abstecher in die Buchhandlung. Hier geht es nicht ums Abkupfern, sondern darum, den eigenen Horizont zu erweitern, die Fühler auszustrecken und in anderen Bahnen zu denken.



ABACUS Version Internet – führend in Business Software

ABACUS Business Software bietet alles, für alle Branchen, jedes Business, jede Unternehmensgrösse:

- > Auftragsbearbeitung > Produktionsplanung und -steuerung > Service-/Vertragsmanagement > Leistungs-/Projektverwaltung > E-Commerce
- > E-Business > Adressmanagement > Workflow, Archivierung > Rechnungswesen/Controlling > Personalwesen > Electronic Banking > Informationsmanagement

www.abacus.ch