

# 50 Ideen für neue Ideen



**IDEA LOADING**



Für alle, die kreativ werden wollen  
- im Job, im Alltag und für  
eine bessere Zukunft



Dennis Eighteen

**50 Ideen für neue Ideen**

Für alle, die kreativ werden wollen –  
im Job, im Alltag und für eine bessere Zukunft



# 50 Ideen für neue Ideen



**IDEA LOADING**



Für alle, die kreativ werden wollen  
- im Job, im Alltag und für  
eine bessere Zukunft

### **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

### **Für Fragen und Anregungen**

[info@redline-verlag.de](mailto:info@redline-verlag.de)

Originalausgabe

1. Auflage 2022

© 2022 by Redline Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Redaktion: Marijke Leege-Topp

Umschlaggestaltung: Karina Barun

Umschlagabbildung: Mark Rademaker/ Shutterstock

Layout: Tobias Prießner

Satz: Tobias Prießner

Druck: CPI

Printed in the EU

ISBN Print 978-3-86881-897-0

ISBN E-Book (PDF) 978-3-96267-442-7

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-96267-441-0



Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

**[www.redline-verlag.de](http://www.redline-verlag.de)**

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

# INHALT

<b>Hinweis zur gendergerechten Sprache</b> .....	8
<b>Über dieses Buch</b> .....	9
<b>Weil es höflich ist ...</b> .....	11
<b>Kapitel 1: Von der Kreativität</b> .....	15
<b>Kapitel 2: Das sagen Kreativprofis</b> .....	63
<b>Kapitel 3: Klassische Kreativmethoden, die jede*r kennen sollte</b> .....	73
<b>Kapitel 4: Kreative Werkzeuge für neue Ideen</b> .....	89
<b>Kapitel 5: Werkzeuge für mehr Achtsamkeit und neue kreative Energie</b> .....	151
<b>Kapitel 6: Präsentationsmethoden für die Ergebnisse deiner kreativen Arbeit</b> ..	171
<b>Kapitel 7: 15 Quicktips und #kreativtweets für mehr Kreativität – so boosterst du deine Kreativität schnell und effektiv</b> .....	185
<b>Kapitel 8: Digitale Tools für die kreative Zusammenarbeit im Team</b> .....	199
<b>Kapitel 9: Wenn ich mir etwas wünschen dürfte</b> .....	209
<b>Danksagung</b> .....	214
<b>Zum Autor</b> .....	216
<b>Anmerkungen</b> .....	218



⋮

*Für Jule, Henry, Hanne, Ray und Nici*

⋮

# HINWEIS ZUR GENDERGERECHTEN SPRACHE

Die Welt ist voller wunderbarer Menschen. Die einen sind Frauen, die anderen Männer. Und wieder andere fühlen sich keiner dieser beiden Kategorien zugehörig. Wieder andere sind auf der Suche nach ihrem Geschlecht oder wollen beziehungsweise können sich nicht verorten. **Wir alle sind kohlenstoffbasierte Lebewesen mit einem Herz, einer Seele, einem Hirn und einem Körper. Und wir alle sind gleich viel wert.**

Mir ist es wichtig, niemanden auszuschließen. Um dieser Haltung Ausdruck zu verleihen, habe ich mich um eine gendergerechte Sprache bemüht. In diesem Buch verwende ich daher das Gender-Sternchen bei Personenbezeichnungen. Mir ist bewusst, dass dieses Sternchen nicht der Weisheit letzter Schluss ist. Aber es ist ein Zeichen, das ich als Signal meines festen Willens verstanden wissen will, dass es mir um jeden Erdling geht, welche\*r sich vom Thema Kreativität begeistern lässt.

Bei englischen Begriffen (zum Beispiel Podcaster, YouTuber et cetera) gibt es keine eindeutige Geschlechtszuweisung und wir benötigen daher keine weitere Kennzeichnung.

# ÜBER DIESES BUCH

Wir leben in Zeiten des Wandels. Alles verändert sich rasend schnell. Was eben noch galt, ist heute schon überholt. Wer dauerhaft erfolgreich sein will, muss sich ständig verändern und mit immer neuen Ideen aufwarten. Dies gilt für uns alle: vom Entrepreneur, Firmenboss und Angestellten bis zum Weltkonzern und unserer Gesellschaft als Ganzes. **Ohne Kreativität geht es nicht. Wer stehen bleibt, blickt dem rasenden Zug in Richtung Zukunft nur traurig hinterher.** Diese Tatsache verängstigt viele Menschen und bedroht die Existenz von ganzen Unternehmen. »Was ist, wenn mir/uns nicht Neues einfällt?«

Jede\*r kennt das Gefühl, in einer Sackgasse zu stecken. Die einen sitzen seit Jahren im falschen Büro, sind ratlos, wie sie ihr Leben verändern können. Die anderen sind mit einem wichtigen Projekt betraut und suchen verzweifelt nach dem rettenden Geistesblitz, um ein Problem zu lösen. Seien es persönliche Lebenskrisen oder berufliche Herausforderungen: Manchmal steht man vor einem Berg und weiß einfach nicht weiter. Die Sorgen sind berechtigt und Ängste sind real! Aber es gibt 1000 Gründe, optimistisch zu sein, sich auf die Zukunft zu freuen und diese aktiv mitzugestalten. Der Schlüssel hierzu heißt Kreativität!

Kreativität ist eine unendliche Ressource, die sich vermehrt, je mehr wir sie gebrauchen. Und sie ist der wohl demokratischste aller Rohstoffe, denn sie steht allen zur Verfügung. **Es gibt keine un kreativen Menschen! Wir alle sind mit der Magie gesegnet, die uns befähigt, neue Aufgaben zu meistern.** Auch wenn es der einen leichter fällt als dem anderen. Es gibt immer eine Lösung und eine neue Idee. Aber wir sollten auch keine Kreativitätsromantiker\*innen sein. Es gibt viele Menschen, die nicht in vollem Umfang auf diese »Superkraft« zugreifen können. Schwierige Lebensumstände, Bildungsdefizite, mangelndes Selbstbewusstsein oder eine Gesellschaft, die Kreativität in die Schublade »für Künstler\*innen und Spinner\*innen« packt, anstatt sie in den Mittelpunkt aller Zukunftspläne zu stellen, bremsen die Chancen ganzer Generationen aus.

Es gibt zwei Wege, mit den genannten Hürden umzugehen: jammern oder anpacken. Dieses Buch beschäftigt sich mit dem zweiten Weg. Es soll befähigen und motivieren, die eigene Kreativität zu aktivieren und sich ganz persönlich kri-

senfest und zukunftssicher zu machen. Die Leser\*innen werden so zu kreativen Selbstversorger\*innen. Und sie können anderen helfen, ihre Kreativität zu entfesseln. Als Teamleiter\*in, Kolleg\*in oder im Freundeskreis: Kreativität sollte mit anderen geteilt werden, um so gemeinsam einen großen Schritt voranzukommen.

**Menschen, die ihre eigenen kreativen Fähigkeiten zu nutzen wissen, sind glücklicher, mutiger und produktiver als diejenigen, die keinen Zugang zur Kreativität finden. Das Streben nach Glück ist ein Menschenrecht, Mut gehört uns allen und gegen eine gesteigerte Produktivität kann nun wirklich niemand etwas haben.**

In diesem Buch werden erprobte Strategien und Werkzeuge sowie unkonventionelle Impulse vorgestellt, die die Leser\*innen befähigen, ihre eigene Kreativität zu entfalten. Kleine und große Übungen, praxisnahe Projekte und Erfahrungsberichte von erfolgreichen Kreativitätspraktiker\*innen geben einen ordentlichen Schubs in die richtige Richtung. Das Buch bietet einen *kreativen Werkzeugkoffer*, unterteilt in die Kapitel »Klassische Kreativmethoden, die jede\*r kennen sollte«, »Kreative Werkzeuge für neue Ideen«, »Werkzeuge für mehr Achtsamkeit und neue kreative Energie«, »Präsentationsmethoden für die Ergebnisse deiner kreativen Arbeit« und »15 Quicktips und #kreativtweets für mehr Kreativität«. Dieser beinhaltet 50 kreative Ideen, wie der Ideenmotor angekurbelt werden kann. Von der Kopfstandmethode über 100-Tage-Projekte bis zu täglichen Ritualen gibt es viel zu entdecken. Aufgeteilt sind die Methoden in vier Bereiche: klassische Kreativtechniken, innovative Ideen für mehr Kreativität, Achtsamkeitsübungen für mehr kreative Energie sowie digitale Tools zur kreativen Zusammenarbeit. Das Buch kann von vorne nach hinten gelesen werden oder kapitelweise. Es können Teile übersprungen und es kann gezielt nach passenden Strategien geblättert werden. Es lohnt sich, zu schmökern und zu entdecken.

# WEIL ES HÖFLICH IST ...

... möchte ich mich an dieser Stelle kurz vorstellen und Ihnen das Du anbieten. Das Du hat zwar einen Buchstaben weniger als das Sie, aber es bringt dafür unzählige andere Dinge mit, von denen wir in diesem Kontext profitieren können. Oben auf der Liste stehen Nähe und Vertrauen. Diese beiden Aspekte sind elementar.

Dieses Buch soll in Lebenslagen helfen, in denen man feststeckt und sich gerade nicht so fühlt, als könnte man Bäume ausreißen. Da sucht man entweder Abstand von allem und flüchtet in die Unsichtbarkeit. Der Grund: Man versucht den Eindruck der Unfehlbarkeit zu schützen und möchte vermeiden, in Momenten der (vermeintlichen) Schwäche entdeckt zu werden. Nachvollziehbar! Oder aber man sucht die Nähe zu Menschen, die es gut mit einem meinen, offenbart die erlebten Grenzen und Sorgen und bittet um Unterstützung. Empfehlenswert! Doch das gelingt nur, wenn man Nähe zu anderen sucht und zulässt.

Die Basis dafür ist Vertrauen. Dieses Buch vereint unzählige Erfahrungen aus unterschiedlichen beruflichen Kontexten wie zum Beispiel aus meiner Arbeit als Trainer in der Erwachsenenbildung oder als Berater. Zu den oft ungesagten Wahrheiten gehört, dass gute Seminarleiter\*innen, Coaches und Berater\*innen ebenso viel von ihren Klient\*innen und Kund\*innen lernen wie diese von ihnen. So erlebe ich es jedenfalls. Mein Ziel in jeder Beratungssituation ist es, dafür zu sorgen, dass ein Gespräch auf Augenhöhe entsteht. Dies klappt nicht, wenn man nur Wissen vermitteln will. Es geht vornehmlich ums Zuhören, Fragen und Diskutieren. Über die Jahre entstand so ein großer Fundus an Geschichten über Sackgassen und Hürden – aber auch ein unermesslich wertvoller Schatz aus Lösungsansätzen, erfolgreichen Experimenten und Erfolgsrezepten. All jenen, die dazu beigetragen haben, dass der diesem Buch zugrunde liegende *creative Werkzeugkasten*, entstehen konnte, möchte ich herzlich für Vertrauen und Nähe danken.

Die Begriffe »Nähe« und »Vertrauen« beziehen sich aber nicht nur auf das Gegenüber. Auch im Austausch mit sich selbst – der inneren Reflexion – ist beides unerlässlich. Wenn ich mir selbst nicht zuhöre, kann ich auch keine Muster erkennen, denen ich mich widmen kann. Wenn ich mir selbst nicht vertraue, werde ich nicht ehrlich sein und kann so nicht zu den passenden Werkzeugen greifen. Es

ist sehr schwierig, in einem Gedankenwirrwarr die eigene Stimme zu verstehen. Und es ist verdammt schwer, sich selbst Grenzen und Schwächen zuzugestehen. Beides ist aber notwendig, um erfolgreich vorwärtszukommen. Dies geht nur mit Commitment, Fleiß und strategischem Vorgehen. Ich möchte sehr dafür werben, dass du dich darauf einlässt. Denn es lohnt sich, präzise in sich hineinzuhorchen und zu erforschen, wo der Schuh wirklich drückt – und noch wichtiger: warum er drückt. Gelingt dies, ist die Suche nach einer passenden Methode oder Herangehensweise sehr viel erfolgversprechender. Im nächsten Schritt gilt es darum, den Umgang mit den ausgewählten Werkzeugen zu üben, um sie Stück für Stück zielgenau und routiniert einsetzen zu können. Dies geht nur mit Beharrlichkeit.

**All das klingt sehr nach Disziplin und harter Arbeit. Das ist sicherlich nicht ganz falsch. Aber es geht nicht um verbissene Mühsal. Im Gegenteil! Leichtigkeit, Offenheit und Spaß sind zentrale Voraussetzungen bei der Überwindung von Hürden, beim Entdecken neuer Wege und bei der Entwicklung neuer Perspektiven und Ideen.** Dieses Buch soll helfen und Freude machen. Reflexion, Strategieentwicklung und Abenteuerlust greifen hierbei nahtlos ineinander.

Die vorgestellten Methoden basieren auf Erfahrungen in der Arbeit mit anderen, haben sich aber ebenso in manch einem Selbstversuch bewährt. Denn auch der Autor dieses Buches hat sich schon sehr oft die Nase an vielen Mauern blutig gestoßen oder steckte verzweifelt in einer Lebenslage fest wie ein Containerschiff im Sueskanal.

Ich startete dynamisch ins falsche Studium, saß über Jahre unglücklich im falschen Büro, biss mir an so manch unlösbarer Aufgabe die Zähne aus, starrte ratlos auf leere Seiten, verirrte mich in unglückliche Beziehungen und spürte den Frust, wenn ich mit Schwung in eine Sackgasse gelaufen war. Wenn ich einmal wieder an diesem Punkt angelangt war, startete ich so manchen vergeblichen Versuch, meine Situation zu verbessern. Erfolgreich waren meine Bemühungen nur dann, wenn ich mich selbst daran erinnerte, was ich sowieso schon immer wusste: Der Schlüssel zum Neuanfang, zur frischen Idee, zum Erfolg liegt in der Kreativität. Sie hilft gerne, sie tut nichts lieber. Und das Tolle dabei: Sie ist eine echte erneuerbare Energie. Sie wächst nicht nur nach, sondern sie vermehrt sich, wann immer du sie nutzt. Sie verbraucht sich nicht. Je mehr du deine Kreativität nutzt,

desto größer wird sie. Je mehr du über deine individuellen kreativen Fähigkeiten lernst, desto präziser kannst du sie einsetzen. Je mehr gute Erfahrungen du mit ihr machst, desto öfter wirst du deine Kreativität aktivieren. Und je mehr du sie einsetzt ... Endlich mal eine Spirale, die aufwärts führt!

Wir werden in den folgenden Kapiteln Methoden betrachten, mit denen du persönlich arbeiten kannst, aber wir widmen uns auch Werkzeugen, mit denen du dein Team zu neuen Ideen, mehr Zusammenhalt und innovativen Produkten führen kannst. Es geht keineswegs nur um persönliche Lebenskrisen.

Auch im beruflichen Alltag sind viele der Methoden anwendbar. Entweder in Adaption oder direkt. Ich habe mich bemüht, möglichst vielseitig anwendbare Methoden auszuwählen. Schließlich soll dieses Buch nicht nur für eine aktuelle Problemstellung dienlich sein, sondern immer und immer wieder zur Hand genommen werden. Im Idealfall findet es einen festen Platz in deinem Büro oder in deiner Lieblingslesecke. Es soll wie ein\*e Freund\*in bei Bedarf auf Abruf bereitstehen. Jetzt, morgen oder irgendwann.

Ich danke dir für dein Vertrauen! Los geht's!



## KAPITEL 1

# VON DER KREATIVITÄT

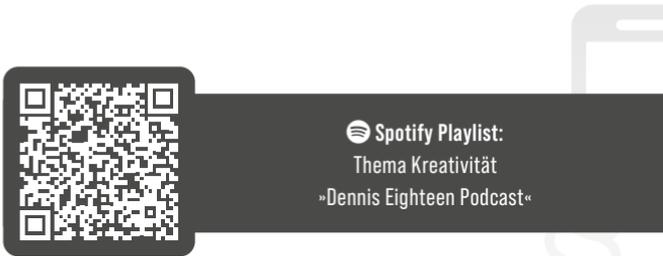
**E**s gibt niemanden, der weiß, welchen Aufgaben wir uns in Zukunft werden stellen müssen. Der Blick in die Glaskugel verrät uns nur eins: Alles wird anders oder zumindest vieles! Darauf sollten wir uns vorbereiten. Wie aber tun wir das? Wie lernen wir fürs Leben? Die Antwort: Indem wir uns einen Werkzeugkasten mit Kreativmethoden bereitstellen und den Umgang mit den Tools trainieren. Vor allem aber geht es um das richtige Mindset. Nur, wenn uns klar ist, dass wir ohne ausgeprägte Kreativkompetenz den Aufgaben der Zukunft nicht gewachsen sind, werden wir uns effektiv auf das vorbereiten können, was kommt.

**Seien wir Kreativ-Prepper\*innen und sorgen für unsere persönliche Zukunftsfestigkeit. Aber lasst uns auch ebenso Kreativ-Kompliz\*innen sein und dafür sorgen, dass alle Menschen in unserem Land den Schlüssel zu ihrem Glück selbst in der Hand haben. Dies ist eine Gemeinschaftsaufgabe. Individuen, Unternehmen, Verbände, die Politik und Institutionen müssen sich der Aufgabe gemeinsam verschreiben.**

Wir haben drei Ansatzpunkte für die Gestaltung einer Zukunft voller kreativer Lösungen und neuer Ideen: Mindset, Methodenkompetenz und Strategien für den Abbau von Kreativitätshürden. Methoden kann man üben. Das ist so wie bei jedem Handwerk. Die Überwindung von Hürden bedarf eines geschärften Blickes für deren Ursachen, emotionale Intelligenz bei der Einschätzung der Auswirkungen der Gründe hinter den Hürden und eine erhöhte Resilienz, um mit ihnen gelassen umgehen zu können. All dies bedarf ebenso Übung. Die sprichwörtlichen

10 000 Stunden, die man in seine handwerklichen Fähigkeiten investieren soll, um den Meistergrad zu erreichen, gelten selbstverständlich auch für die Kernkompetenz der Zukunft: die Kreativität.

In meinem Podcast habe ich über die Jahre zahllose Folgen zum Thema Kreativität produziert. Ich habe zur Begleitung dieses Buchprojekts eine Spotify-Playlist erstellt. Geh auf Entdeckungsreise und spitze die kreativen Ohren.



## KREATIVITÄT: DIE UNENDLICHE RESSOURCE

**Jeder Mensch ist kreativ. Niemandem wurde diese Gabe bei der Geburt verwehrt. Ob vom lieben Gott geschenkt oder von der Natur angelegt: Kein Erdling geht durchs Leben ohne diese magische Kraft, die uns in die Lage versetzt, Probleme zu lösen, komplizierte Aufgaben zu meistern, Neues zu schaffen oder uns und andere zu verzaubern. Anders gesagt: Es gibt keine Kreativ-Muggel.**

Leider ist diese Tatsache vielen nicht bewusst. Wie oft hören wir den Satz »Ich bin nicht kreativ«! Manchmal schwingt eine gewisse Traurigkeit in diesen Worten mit. Manchmal werden sie mit einer Mischung aus Stolz und Arroganz formuliert. Die Botschaft dahinter: Kreativität ist etwas für Künstler\*innen und Träumer\*innen. Also für Leute, die irgendwie anders sind. Die Traurigen würden sehr gerne zu diesen anderen gehören. Sie träumen davon, interessanter, bunter, verrückter, klüger, gar wilder zu sein, als ihr normales Leben es ihnen erlaubt. Die Hochnäsigen auf der anderen Seite grenzen sich bewusst von diesen »Spinnern«, »Verrückten« und »Realitätsverweigerern« ab. Sie blicken auf sie herab, weil sie der Meinung sind, dass Menschen, die sich als nicht-kreativ verstehen, vernünfti-

ger, seriöser, erfolgreicher, erwachsener sind. Beide Gruppen haben beim Schlagwort Kreativität dieselbe Assoziation: brotlose Kunst. In diesem Wortpaar stecken zwei Missverständnisse. Erstens: Es geht nicht um Kunst allein. Kreativität ist ein Werkzeug, das sicherlich von Künstler\*innen aktiv verwendet wird, ihnen aber keineswegs exklusiv gehört. Zweitens: die Armutsunterstellung. Dahinter versteckt sich das Bild des »Erfolgreichen« beziehungsweise »Normalen« versus des/der »Hungernden«. Also von jenen, die von den Sirenen der Kreativität auf ökonomische Riffe gelockt wurden. Das ist, mit Verlaub, Quatsch.

Erstens: Kreativität gehört allen. Zweitens: Kreativität macht reich, nicht arm. Ja, es gibt arme Künstler\*innen, aber diese sind nicht wegen ihrer kreativen Ader arm, sondern trotz derer.

In diesem Buch geht es um uns alle. Um jeden Menschen, der das eigene Leben gestalten will beziehungsweise muss. Ob Unternehmer\*in, Politiker\*in, Bäckermeister\*in, YouTuber, Podcaster, Lehrer\*in oder Busfahrer\*in. Und ja, auch um Künstler\*innen.

Die Welt, in der wir leben, fordert uns stark. Zum einen sind da die Herausforderungen, denen sich jede Generation stellen muss: Vereinbarkeit von Familie und Beruf, (Fort-)Entwicklung der eigenen Karriere, Kindererziehung, Beziehungspflege, Gesundheit, Nestbau und so weiter. Zum anderen sind da die spezifischen Prüfungen der Zeit, in der wir leben. Globalisierung, Klimawandel, Digitalisierung, Fragmentierung der Gesellschaft, Aufweichung der Grenzen zwischen Beruf und Freizeit, Beschleunigung der Wissensgenerierung und immer kürzere Produktzyklen. Schon beim Schreiben dieser unvollständigen Liste beschleunigt sich die Atmung und die Stirn legt sich in Falten. Die Fragen, die sich viele stellen: Wie soll ich das bloß schaffen? Wie kriege ich alles unter einen Hut? Wie halte ich mit? Und oft auch: Wie halte ich durch? Die Antwort? Du ahnst es: Kreativität! Dieses Buch soll zeigen, dass der Schlüssel zu einem erfolgreichen Leben im Zugang zur Kreativität liegt. Der Schlüsselbegriff: Zugang! Denn auch, wenn jeder Mensch kreativ geboren ist, heißt es nicht, dass diese Magie von jeder und jedem unmittelbar genutzt werden kann.

Es gibt viele Hürden zu überwinden. Am Anfang steht die Akzeptanz der Tatsache, dass die oben so bezeichnete Magie kein Tüddelkram für schräge Vögel ist, sondern ein hocheffektives Alltagswerkzeug, mit dem wir unsere Aufgaben lösen,

erfolgreicher werden, für anderen Menschen interessanter sein und glücklicher durchs Leben gehen können. Im nächsten Schritt gilt es die Beschaffenheit der Hürden zu erkennen und Strategien zu entwickeln, um sie beiseitezuräumen. Danach folgt das Erlernen des Umgangs mit der (neben der Liebe) wohl mächtigsten Kraft des Menschen.

Dieses Buch soll motivieren, anleiten und auf diesem Weg begleiten. Wie in einem Coaching sollen Ziele definiert, Grenzen untersucht, Fähigkeiten erlernt und Hürden überwunden werden. Und das alles mit dem Ziel, selbstbestimmt, glücklich und erfolgreich das eigene Leben gestalten zu können. In den seltensten Fällen reicht ein Aha-Moment, ein Geistesblitz oder der Kuss der Muse aus, um auf den richtigen Weg zu kommen. Dieser Fall ist eher unwahrscheinlich. Zur Ehrlichkeit gehört, dass es keine einfachen Wege zur Überwindung von Grenzen gibt. An Problemen muss gearbeitet und der Umgang mit Werkzeugen muss geübt werden. Das ist auch bei der Kreativität so. Ohne Mühe und Fleiß geht es nicht. Aber wer sagt, dass es mühsam oder freudlos sein muss, zu arbeiten und zu lernen? Im Gegenteil. Nur mit Optimismus, Freude und Abenteuerlust kann es gelingen.

Dieses Buch habe ich für alle geschrieben, die in Sackgassen gelaufen sind, die vor scheinbar unüberwindbaren Bergen stehen oder auf hoher See mit einem Sturm kämpfen. Es ist für all jene, die besorgt den Ladestand des eigenen (körperlichen/seelischen) Akkus betrachten und nicht wissen, wie es weitergehen soll. Ich möchte Muster aufzeigen, die dabei helfen, Herausforderungen zu meistern. Dieses Buch soll Mut zusprechen und zeigen, wie es gelingen kann, mittels Kreativität neue (Aus-) Wege zu finden. Diese sind manchmal kurz und geradeaus. Oft bedarf es aber auch eines Zickzackkurses. Das ist okay. **Denn wenn der Wind von vorne kommt, muss man nun mal kreuzen. Trotzdem geht es voran.** Wer sich beruflich oder privat im Nebel verlaufen hat, kann einen Kompass und eine Landkarte ebenso gut gebrauchen wie einen Energieriegel, einen Talisman und Notizen mit motivierenden Worten wohlmeinender Expert\*innen, die beim Navigieren helfen. All dies findet sich auf den folgenden Seiten. Betrachte dieses Buch als Notfallkoffer. In ihm findest du Übungen, Erklärungen, Ratschläge und Ermunterung.

Ich habe die kreativen Survivaltools in diesem Notfallkoffer zwar für dieses Buch zusammengetragen und aufgearbeitet, bin aber keineswegs die allwissende Quelle aller Weisheit. Im Gegenteil! Ich bin, wie du, stets auf der Suche nach neuen We-

gen und Impulsen. Ich bin Ideenjäger, -sammler und Forscher. Vor allem aber bin ich ein lebenslanger Schüler jener Menschen, die bereit sind, ihre Erfahrungen mit mir zu teilen. Für dieses Buch habe ich mit einer Reihe von Kreativitätsprofis aus Wirtschaft, Wissenschaft, Politik und Kultur gesprochen.

An vielen Stellen im Buch finden sich QR-Codes, hinter denen sich Links zu Praxisgesprächen mit diesen Expert\*innen und andere kostenlos nutzbare Vertiefungsmedien (zum Beispiel Tutorials oder Podcastfolgen) verbergen. Einfach die Kamera-App des Smartphones draufhalten und tief in die Themen eintauchen.

»Kreativität ist der Zwischenraum von Idee und der bemalten Leinwand. Ein Schöpfungsprozess pur, in dem man sich immer wieder neu begegnet und erfindet.«

Deborah Ruggieri, Businesscoach und Künstlerin,  
[www.deborah-ruggieri.com](http://www.deborah-ruggieri.com)

## DAS KREATIVE KLEEBLATT

Die Superkraft Kreativität hat ein Logo verdient. Es sollte so bekannt sein wie der Nike-Swoosh, der Apple-Apfel oder der Mercedes-Stern. Jedes Kind sollte es erkennen und es müsste weltweit so allgegenwärtig sein wie die Golden Arches oder der Schriftzug von Coca-Cola. Wie aber könnte dieses Kreativitätslogo aussehen? Ich hätte einen Vorschlag. Wie wäre es mit einem Kleeblatt in einem Kreis? Ich höre schon das Stöhnen aller Designer\*innen der Welt. Ja, ich kenne den Satz: Wenn der Grafiker nichts weiß, malt er einen Kreis. Und ein Kleeblatt? Wirklich? Wie viele Logos mit einem Kleeblatt gibt es schon? Einige! Google hat nicht nur selbst ein schickes Logo, sondern bietet auch alle Antworten. Also fragen wir die Supersuchmaschine aus Mountain View, California. Die Suchanfrage »Kleeblatt Logo« spuckt circa 2 050 000 Ergebnisse aus. Scheinbar ist die Kleeblattidee nur semi-innovativ. Die Spielvereinigung Greuther Fürth, Alfa Romeo und jede zweite irische Firma waren schneller. Aber sei's drum. Die Idee ist super, also Augen zu und durch!

Warum also das vierblättrige Gewächs und der Kreis? Der Kreis steht für Ganzheitlichkeit. Er umschließt alle Aspekte des Lebens und jeden Menschen. Wir sehen einen Kreis und assoziieren unseren Planeten Erde, der unser Zuhause ist und für dessen Zukunft wir gemeinsam verantwortlich sind. Für die Natur ebenso wie für die Menschheit. Um Krisen zu überwinden und Katastrophen zu verhindern, bedarf es neben einem gemeinsamen Willen auch Können. Teil dessen, was wir unter Können verstehen, ist die Kreativität. Die Fähigkeit, Neues zu schaffen und scheinbar Unmögliches möglich zu machen. Das Kleeblatt symbolisiert mit seinen vier Blättern die vier Aspekte, auf die die Kreativität Anwendung findet.



---

*Das Kleeblatt der Kreativität*

## **Innovation/Fortschritt**

**Dank der Kreativität entstehen neue Produkte und Philosophien. Wir suchen nach neuen Wegen, streben zu neuen Horizonten und erreichen bis dato unerreicherbar scheinende Ziele. Wir kommen voran. Als Individuum, Unternehmen, Gesellschaft, Menschheit. Ohne diese Superkraft gäbe es keine Demokratie, keinen Optimismus, keine Smartphones und keine Klimarettung.**