

Torsten Huith



Kreativ leben

Impulse für außergewöhnliches Handeln

DE



www.impulshefte.de

Torsten Huith: Kreativ leben – Impulse für außergewöhnliches Handeln
Impulsheft Nr. 33
© 2009 Down to Earth · Laubacher Str. 16 II · 14197 Berlin
In Kooperation mit www.xpand.eu · Torsten Huith: www.acht-ideen.de

Gestaltung: www.michaelzimmermann.com

Fotos: photocase.com - gansales (1), Lise_Noergel (2), YariK (5), froodmat (7, 21, 25),
cw-design (9), kallejipp (11), ***jojo (13), daniel.schoenen (15), Gerti G. (17),
Juttaschnecke (19), Bastografie (23), zettberlin (27), Design (29)

Lektorat: Kerstin Hack, MatMil Berlin

Druck: flyeralarm GmbH, Printed in Germany
ISBN 978-3-935992-65-7

Zitate stammen unter anderem aus der Zitate-Sammlung »Gut gesagt. 5000 Zitate
und Aphorismen auf CD-ROM«, Down to Earth Verlag.

Bestell-Adresse

Down to Earth bei Chrismedia
Robert-Bosch-Str. 10
35460 Staufenberg

Tel: 06406 - 8346 0
Fax: 06406 - 8346 125
bestellung@chrismedia24.de

Mehr Inspiration und weitere Impulshefte gibt es unter
www.down-to-earth.de und www.impulshefte.de

Kreativ leben – Impulse für außergewöhnliches Handeln

*Ich habe keine besondere Begabung,
sondern bin nur leidenschaftlich neugierig.* —Albert Einstein

Dir ist sofort klar: »Ich bin nicht kreativ!« Weder das Dekorieren deiner Wohnung noch das Schreiben eines persönlichen Briefes fällt dir ausgesprochen leicht. Auch die sprühenden Ideen beim Aussuchen eines passenden Geschenks bleiben meist aus.

Oder vielleicht weißt du sofort: »Ich bin ein kreativer Mensch.« Schon in der Kindheit waren Wachsmalkreiden für dich ein beliebtes Spielutensil und deine Vorliebe für ausgefallene Musik und Tänze ist das Selbstverständlichste der Welt.

Doch was ist gemeint mit kreativem Handeln, vielleicht sogar mit einer kreativen Lebensgestaltung?

Kreativität ist mehr



Malen, Tanzen, Gestalten, Basteln, Dekorieren, Dichten, Musizieren und Schauspielen. Oft ist bei Kreativität nur die Rede von der »künstlerischen Kreativität«, einer speziellen Begabung im künstlerischen Bereich. Diese Fähigkeiten sind bei manchen Menschen stärker ausgeprägt als bei anderen. Täglich können wir uns im Kulturprogramm an herausragenden SchauspielerInnen und MusikerInnen erfreuen. Möglicherweise sind sogar in deiner Familie oder deinem Freundeskreis großartige Talente vorhanden und einige als kreativer Kopf bekannt.

Kreativ leben geht weit über das rein Künstlerische hinaus. Es kann in vielen Bereichen zum Ausdruck kommen. Kreativ leben kann jeder. Mit diesem Impulsheft ermutige ich dich, deine Kreativität zu entdecken und die Vielfalt des außergewöhnlichen Handelns kennen zu lernen.

—Torsten Huith



■ Neuland – Mut andere Wege zu gehen

Jeder Mensch hat seine ganz eigene Art der Lebensgestaltung. Kreativität beginnt mit der Offenheit das eigene Leben zu reflektieren und Neuland zu beschreiten. Etwas zu tun, was du bisher noch nie ausprobiert hast.

■ Eingefahrene, feste Gleise verlassen

Es ist nicht so leicht andere, kreative, Wege zu gehen. Feste Gleise geben uns Sicherheit und Stabilität, bringen uns manchmal aber nicht weiter. Ein anschauliches Beispiel ist für mich der Gleisbau der Bahn. Ein Zug kann nur zu den Orten und Bahnhöfen fahren, die mit Gleisen erschlossen worden sind. Neue Bahnhöfe benötigen neue Gleise, die aber erst gebaut werden müssen. Ohne die Entdeckungsreise und das Erkunden verschiedener Gebiete und Wegstrecken ist kein Neubau möglich. Mach dich auf die Reise!

Perspektivwechsel

■ Neue Lösungsansätze ausprobieren

Die großen Errungenschaften der Wissenschaft sind selten zufällig entdeckt worden. Immer und immer wieder wurden neue Lösungsansätze für die gleiche Problemstellung gesucht. Die Methode dazu heißt »Trial and Error«. Ausprobieren und Fehler zulassen. Nicht selten waren tausende Fehlversuche nötig, um zu einer bahnbrechenden Lösung zu kommen.

■ Eine andere Perspektive einnehmen

Google Earth macht es uns vor. Per Knopfdruck kannst du im Internet (fast) jeden Ort aus der Vogelperspektive betrachten. Für das eigene Leben gibt es das nicht im Internet. Hilfreich wäre es trotzdem. Denn für kreatives Handeln ist es immer wieder nötig, etwas Abstand zu gewinnen, sich selbst aus der Vogelperspektive zu betrachten und die richtigen Fragen zu stellen.



Kreativität ist lern- und trainierbar

Jeder Mensch wird mit der Fähigkeit zur Kreativität geboren. Das Ausschöpfen der Möglichkeiten ist lernbar. Durch Ausprobieren lässt sich ein kreativer Lebensstil trainieren. Einiges lässt sich sogar sehr schnell entdecken. Andere Veränderungen hingegen dauern viele Jahre.

Mut zum Risiko – lohnt es sich kreativ zu sein?

Jeden Winter gibt es ein paar mutige Menschen, die das Risiko eingehen, sich völlig dem Nichts auszusetzen. Mit 90 km/h Anlaufgeschwindigkeit stürzen sie sich in die Tiefe und landen erst wieder bei 130 m. Ein Risiko, das viele niemals eingehen würden. Für manche scheint es mit der Kreativität genauso. Das Wagnis ist zu groß. Deshalb empfehle ich dir, kleine Schritte zu wagen und dabei den Reichtum des Lebens kennen zu lernen. Auch Skispringer haben irgendwann auf einer kleinen Schanze angefangen ...

Kreativ denken

5

Nichts ist gefährlicher als eine Idee, wenn es die einzige Idee ist, die Sie haben. —Emile Chartier (Philosoph)

Kreativ Denken hat mit Querdenken zu tun. Es bedeutet, nach alternativen Möglichkeiten und Lösungen zu suchen. Nur selten fällt die »zündenden Idee« vom Himmel. Meist ist sie Ergebnis von Denkprozessen und harter Kopfarbeit. Der kreative Denkprozess besteht aus den Schritten Sammeln -> Austragen -> Bewerten -> Entscheiden

■ Informationen sammeln

Zu Beginn werden Ideen zur Fragestellung gesammelt, Recherchen getätigt und unterschiedlichste Möglichkeiten in Erwägung gezogen. Das funktioniert auch gut im Team.

Tip: Schreibe beim Brainstorming alles auf ein leeres Blatt. Dabei ist wichtig, die Zeit auf 10 bis 15 Minuten zu begrenzen.



Austragen

Nach dem Sammeln solltest du die Ideen liegen lassen. Es beginnt der unbewusste Prozess des Austragens und Festsetzens. Durch den Abstand zum Thema ergeben sich oftmals ganz neue Aspekte oder Kombinationen aus verschiedenen Denkansätzen. Tipp für diese Phase: Etwas ganz anderes machen, entspannen, auf die Toilette gehen.

Ideen bewerten

Erst an dritter Stelle (nicht früher!) folgt das kritische Hinterfragen der Ideen. Was wird langfristig funktionieren? Ist ein Vorschlag machbar? Begeistert mich eine Lösung?

Entscheidungen treffen

Sei mutig und entscheide dich für die Umsetzung einer Idee. Zu viele Ideen ohne Umsetzung lähmen. Erstaunlich: Durch kreatives Denken lassen sich eine Menge Probleme lösen.

Ganz praktisch



Das will ich mir merken:

In folgenden Bereichen möchte ich Neues wagen:



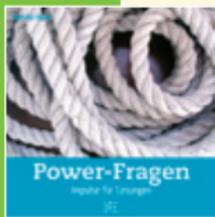
Kerstin Hack

Spring

Hinein ins volle Leben, 160 Seiten

Eine Einladung, lebenshemmende Denk- und Verhaltensmuster abzulegen und sich auf das Leben einzulassen – voll und ganz.

..... 12,80 €



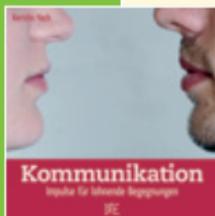
Kerstin Hack

Power-Fragen

Impulse für Lösungen, 32 Seiten

Power-Fragen enthält inspirierende, freche, ungewöhnliche Fragen die helfen, Lösungen zu entdecken, wo man bisher nur Mauern gesehen hat.

..... 2,00 €



Kerstin Hack

Kommunikation

Impulse für lohnende Begegnungen, 32 Seiten

Kommunikation ist eine Kunst, die alle brauchen, aber nur wenige beherrschen. Ideal für alle, die möchten, dass ihre Worte besser ankommen.

..... 2,00 €

Kreativ leben

Ein kreativer Moment ist weniger eine zündende Idee als das Ergebnis der konsequenten Neugier eines Menschen. —Torsten Huith

Wir sind alle kreativ – nur manchmal sehen wir es nicht. Dieses Impulsheft hilft dabei, Kreativität neu zu entdecken und zu entfalten. Es gibt Impulse, wie man kreativ denken, arbeiten, fühlen und gestalten kann. Es lädt dazu ein, ausgetretene Pfade zu verlassen und Neues zu wagen.

Ideal für alle, die sich Inspiration für die kreative Gestaltung ihres Alltags wünschen.

DE

Training. Motivation. Vision.

xpand

ISBN 978-3-935992-65-7



9 783935 992657