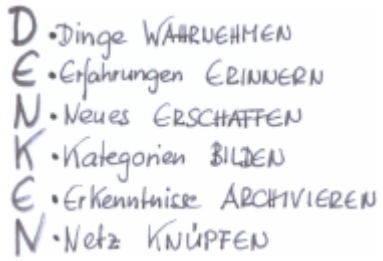
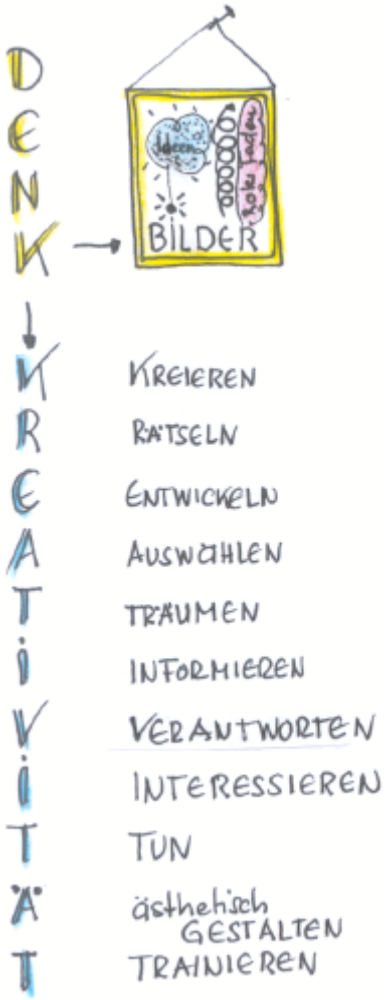
Denk- und Kreativitätstechniken von A bis Z TRAINIEREN





Die folgenden Denk-Techniken sind einfach und wirkungsvoll in der Anwendung und bereiten Spass und Freude! Tägliches Training erweitert lineares, spiralförmiges und assoziatives Denken. In kurzer Zeit könnten Sie Ihr Vorwissen effizienter bestimmen, Ihre Voraussetzungen erkennen, Lösungsvarianten schneller finden und Visionen entwickeln. Am besten trainieren Sie einzelne Techniken jeden Tag. Doch einmal ist keinmal. Ausgewählte Techniken sollten mindestens 15-mal zu einem Begriff, zu einer Frage, zu einer Idee gemacht werden, bis Vor- und Nachteile erkannt werden können. Danach können Sie vermutlich entscheiden, welche Denk- und Kreativitätsübungen Ihnen am besten entsprechen und welche Sie weiter üben wollen. Diese Techniken eigenen sich primär bei folgenden Denkbausteinen: ■Situation/Gegenstände (1), ■Thema/Titel (2), ■Thema (9), ■Begriffe (11), ■Roter Faden (20), ■Produktwahl (30), ■Marketingkonzept (43), und ■Projektpräsentation (44).

Vieles was Menschen lernen, lernen sie durch Beobachten, Zuhören und Nachmachen, z.B. Buchstaben schreiben, mathematische Beweise führen, Sprachen lernen, Feste feiern, Budget erstellen, Weitsprung trainieren. Damit Fortschritte sichtbar werden, begleiten oft Trainer/-innen die Lernprozesse. So werden Fussballer, Manager, Sängerinnen, Forscherinnen und Lehrpersonen von Coachs, von Experten, von Trainer/-innen eingeführt und begleitet.

Auch die folgenden Übungen erlernt man am besten und am schnellsten durch Beobachten und Nachmachen. Am effizientesten wäre also, Sie würden einen Trainingstag[1] zu Ihrem Projektthema einplanen oder selber organisieren. An einem solchen Tag könnten nachfolgende Übungen eingeführt, trainiert und Einsatzmöglichkeiten erkannt werden. Auf dieser Homepage werden die Techniken lediglich in etwas detaillierterer Form als im Buch, jedoch immer noch sehr knapp präsentiert.

Denk- und Kreativitätstechniken sind jedoch nicht einfach als reine Spielerei gedacht! Sie bereiten einerseits Lust und Freude und können andererseits Projekte und wissenschaftliche Arbeiten mit kreativen Ideen bereichern. Denn Beobachtungen zeigen, dass Projekte damit flexibler, kreativer, strukturierter und dynamischer werden[2]. Es werden originellere und umfassendere Lösungsideen entwickelt und das Projektniveau kann sich durch Ideenvielfalt erhöhen! Ein Training während der Entwicklung Ihres Projektes könnte sich deshalb auch für Sie lohnen!

Es gibt viele weiteren Denk- und Kreativitätstechniken, z.B. der morphologische Kasten, der Strukturbaum, das Analogierad[3]. Hier sollen einige in der Praxis der Projektarbeit erprobte vorgestellt werden:

---

[1] Anfragen bei www.ck-centrum.ch

[2] Diese Beobachtungen könnten in einer Untersuchung noch erhärtet werden. Vergleichen Sie dazu mögliche Forschungsfragen jeweils am Kapitelende.

[3] Siehe zu den letzten beiden Techniken z.B. Esselborn–Krumbiegel, 2002, S. 43 ff.

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich

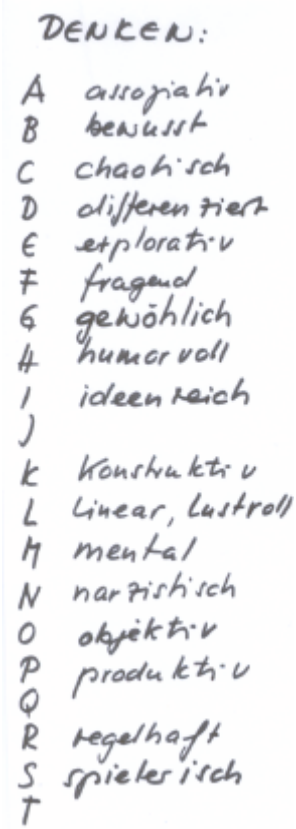
ABC-Liste[4] (Birkenbihl)

? Möchten Sie wissen, was zu einem Thema in Ihrem Wissensnetz bereits gespeichert ist, d.h. möchten Sie eine persönliche Themeninventur erstellen?

? Möchten Sie im Projektteam gefundene Infos zu einem Thema zusammentragen?

ABC-Listen können zu Inventur (Bestandesaufnahmen) vor und während Themenerarbeitungen, vor und während dem Lesen von Büchern, Internetauszügen und Skripts oder als zusammenfassende Übersicht erstellt werden. Wissen wird auf diese Weise auf kleinstem Raum alphabetisch geordnet. Noch bestehende Lücken im Alphabet regen oft zu weiterem Nachdenken. Dadurch entstehen oft neue Ideen.

- Nehmen Sie ein A4- Blatt oder einen A4-Streifen! Schreiben Sie von oben nach unten alle Buchstaben des ABC bis Z hin[5].
- Notieren Sie oben in den Rahmen den Begriff, das Thema oder eine Frage.
- Jetzt fügen Sie zu einzelnen Buchstaben ein Wort hinzu, das Ihnen aus dem zu lernenden Themengebiet einfällt. Sie können auch mehrere Worte schreiben. Wieviel Sie pro Zeile schreiben, bleibt Ihnen überlassen! Es spielt auch keine Rolle, ob Sie der Reihe nach von A bis Z gehen oder ob Sie einfach dort schreiben, wo Ihnen etwas einfällt. Hauptsache ist, diese Inventur- und Kreativitätsübung macht Ihnen Spass.
- Vergleichen Sie die Listen in Teams.
- Tauschen Sie die Listen aus und ergänzen Sie die Listen gegenseitig.
- Wenn Sie unvollständige Listen füllen möchten (dies muss aber nicht sein!), nehmen Sie das Wörterbuch oder ein Fachbuch zu Hilfe. Oder wenn Ihnen zu einem Buchstaben kein Wort einfällt oder wenn Sie zu «X» und «Y» keinen Begriff finden, dann dürfen Sie «kreativ Schummeln»[6] Fügen Sie z.B. Abkürzungen oder Begriffe aus anderen Sprachen hinzu.
- Alles braucht Übung! Wenn Sie mindestens 20 oder 30 Listen erstellt haben, wird es Ihnen eine Freude sein, solche Listen einzusetzen, z.B. wenn Sie sich an ein neues Thema herantasten, wenn Sie ein Gespräch vorbereiten, wenn Sie ein Kapitel oder einen Zeitungsartikel schreiben oder wenn Sie Ihre Projektbotschaft formulieren möchten.



ABC-Matrix[7] (Birkenbihl)

? Möchten Sie möglichst viele Daten Ihres Wissensnetzes übersichtlich und auf kleinem Raum darstellen, d.h., möchten Sie Ihre Wissensschätze überblicken?

ABC-Listen, die in Spalten parallel nebeneinander gesetzt werden, nennt Birkenbihl ABC-Matrix. Als Beispiel finden Sie die Strategieblätter «Themen und Talent- Inventur», in Kunz, 2004, S.124, 129.

- Wählen Sie zu Ihrem Thema die wichtigsten Unterthemen oder Schlüsselbegriffe und schreiben Sie jeden dieser Begriffe als Kategorie oben

[4] Birkenbihl, Inneres Archiv, 2002,: In diesem Buch finden Sie viele Beispiele von ABC-Listen.

[5] Sie können auch die Listen auf dieser Homepage ausdrucken oder bei www.birkenbihl.de ABC-Listen-Blöcke bestellen

[6] Birkenbihl, Inneres Archiv, 2002, 238ff.

[7] Birkenbihl, Inneres Archiv, 2002, 137 f.

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich

auf das Blatt. Füllen Sie nun die einzelnen Spalten mit Begriffen, Ideen, Gedanken, Assoziationen zu den einzelnen Buchstaben, so weit es Ihnen gelingt, aus.

«Die Übung verlangt vielmehr die selbstvergessene Hingabe an das zu übende Tun, den nicht nachlassenden Willen, das Tun so gut wie möglich und bei jeder Wiederholung besser als das vorige Mal zu machen. Die Übung erfordert die Anspannung des ganzen Menschen.»
Bollnow O.F., 1978, S. 55

ABC-kreativ[8] (Birkenbihl)

? Brauchen Sie eine originelle Idee?
? Möchten Sie auf kreative Weise eine Lösungsidee finden?
? Oder wollen Sie ein komplexes Problem lösen?

Wer mehrere ABC-Listen erstellt hat, kann damit kreativ spielen. Sie können z.B. unlöslich scheinende Probleme lösen, originelle Wege aus Sackgassen finden oder Meilensteine in Richtung einer Vision setzen. Vielleicht erscheint Ihnen der folgende Weg unmöglich. Fällen Sie ein Urteil, wenn Sie dies an möglichst kniffligen Situationen erprobt haben.

- 1. Situation ERFASSEN: Schreiben Sie eine Störung, Ihr Problem, Ihre Frage oder Ihren Wunsch mit ein paar Worten oder Sätzen auf. Sie können auch die Situation detailliert beschreiben.
- 2. Ideen FINDEN: Suchen Sie nun in Ihrem Text das Schlüsselwort, z.B. Forschungsweg usw.
- Markieren Sie den Anfangsbuchstaben.
- Gehen Sie nun zu Ihren ABC-Listen. Wählen Sie zwei (oder ev. mehr) beliebige Listen aus, z.B. Liste mit Bäumen, Autos, Werkzeugen, Filmen, Autor/-innen, Länder, chemischen Begriffen, Musikstücken, Produkten usw..
- Suchen Sie in Ihren gewählten Listen den Begriff mit dem Anfangsbuchstaben des Schlüsselwortes.
- Notieren Sie diese zwei Begriffe, z.B. zum Buchstaben «F», Fichte, Folie
- 3. Ideen NOTIEREN: Schreiben Sie nun zu jedem dieser Begriffe mindestens fünf, besser mehr Ideen, Assoziationen, Gedanken und innere Impulse auf.
  Fakultativ: Wählen Sie aus den aufgeschriebenen Wörtern nochmals zwei bis drei Wörter aus und notieren Sie nochmals möglichst viele Ideen dazu.
- 4. Daten INTERPRETIEREN: Gehen Sie nun als Adler in luftige Höhe: Überblicken Sie Ihre Assoziationen. Erkennen Sie Zusammenhänge zwischen den Assoziationen und der Ausgangsfrage?
- Sie können auch jede Assoziation einzeln durchgehen und sich überlegen, welche Botschaft im Zusammenhang mit der Ausgangsfrage versteckt ist.
- 5. Lösungen ABWARTEN: Geben Sie sich nun 90 Sekunden Zeit. Bitten Sie um eine Idee, um eine Lösung des Problems und seien Sie gewiss, eine Antwort in nur 90 (+) Sekunden zu erhalten.
- Gehen Sie auch beim nächsten Mal ganz spielerisch vor. Entwickeln Sie zusätzlich weitere Schritte oder kürzen Sie die Technik ab. Hier zeigt sich besonders: Übung bringt wahre Meisterschaft!

[8] Birkenbihl, ABC-kreativ, 2002: In diesem Buch finden Sie spannende Lösungsbeispiele mit dieser Technik und eine ausführliche Anleitung.

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich

Apfel-Übung[9] (Day)

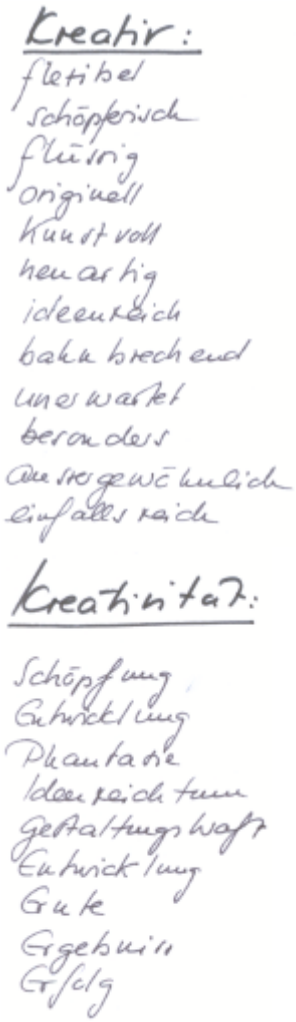
Die Apfel-Übung hat sich vor allem bei wichtigen Entscheidungen bewährt, immer dann, wenn es darum geht, den besten oder den besseren Weg zu finden. Die Äpfel stehen für die Varianten Ihrer Entscheidung, z.B. um Sicherheit bei der Wahl eines Themas zu haben, um den besten Weg aus einer Sackgasse zu erkennen, zur Auswahl von Experten/-innen, für die Bestimmung einer Methode usw. Lesen Sie nun die folgenden Schritte und stellen Sie sich anschliessend die Äpfel mit geschlossenen Augen vor!

- Formulieren Sie eine Frage zu einer Entscheidung, indem Sie die zwei Möglichkeiten klar bestimmen.
- Lesen Sie dann die weiteren Schritte durch und schliessen Sie dann die Augen:
- Lassen Sie dann in der linken Hand einen Apfel für die erste Möglichkeit erscheinen. Betrachten Sie diesen, seine Farbe und seine Grösse. Nehmen Sie dann seinen Duft wahr, die Beschaffenheit der Haut, den Reifegrad oder Besonderheiten.
- Lassen Sie dann in der rechten Hand einen Apfel für die zweite Möglichkeit erscheinen. Dieser Apfel steht für die zweite Variante. Betrachten Sie nun diesen Apfel wiederum ganz genau, seine Beschaffenheit, seine Grösse usw.
- Vergleichen Sie nun die Äpfel: Ist der zweite grösser, fruchtiger, farbiger als der erste? Oder ist es umgekehrt?
- Welche Gefühle tauchen Ihnen beim linken, welche beim rechten Apfel auf?
- Interpretieren Sie nun die Botschaft. Für welchen Weg könnten Sie sich intuitiv entscheiden. Warum? Ist der Entscheid mit der Apfelwahl richtig?
- Überprüfen Sie Ihre so erhaltenen Entscheidungen nach einigen Wochen wieder! Testen Sie so Ihre Intuition und die Wirkung dieser Übung.

Brainstorming

Zur schnellen Ideenfindung eignet sich die Ideenschleuder.

- Schreiben Sie ihre Stichworte zu einem Thema untereinander, nebeneinander, von unten nach oben, verstreut auf einem Blatt oder auf einzelne kleine Kärtchen.
- Schreiben Sie möglichst alles, was Ihnen zu einem Stichwort, zu einem Bild, oder zu einem Thema einfällt.
- Übermalen oder umfahren Sie neue Ideen.
- Ziehen Sie auch Verbindungslinien.



[9] Laura Day, 1998,113: Auf diese Übung erhielt ich in Seminaren sehr oft positive Feedbacks und viele haben die Übung weiter empfohlen. Im Buch von Laura Day (1998) finden Sie viele weitere Übungen zur intuitiven Entscheidungsfindung.

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich

Clustering[10] (Rico)

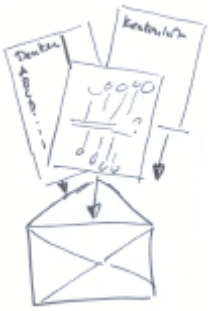
? Stehen Sie oft vor Schreibbeginn vor einem Blackout?

? Wünschen Sie sich in kurzer Zeit Ideenfülle zu einem Thema.

Das Clustering (aus engl. Cluster= Traube, Büschel) ist eine assoziative Verknüpfung von Ideen, ein Ideennetz, wie Rico ihre Formen nennt.

- Gehen Sie auch hier von einem Kern- oder Schlüsselwort aus, das Sie in die Mitte eines Blattes schreiben.
- Notieren Sie dann alle Ihre Ideen waagrecht in Ellipsen rund um dieses Kernwort.

Couvert-Technik[11] (Birkenbihl)



Die Bearbeitung vieler Themen bleibt an der Oberfläche! Wenn es Ihnen jedoch ein Anliegen ist, persönliche Thementiefe zu erreichen oder Wissensperlen zu finden, eignet sich die folgende Technik ausgezeichnet. Wenn Sie sich mehrere Tage lang immer wieder mit Schlüsselbegriffen zu Ihrem Thema, z.B. mit «Pantomime», «Wasserfall», «Imagestrategie» befassen, können Sie bereits vorhandenes Wissen erfassen. Sie schwimmen auf diese Weise in Ihrem gigantischen «Wissensmeer». Viele längst gespeicherte Daten können aus der Tiefe wieder an die Oberfläche gelangen. Wahrscheinlich entdecken Sie dann, dass sich über die Jahre viel Wissen angesammelt hat. Dieses holen Sie nun mit dieser Technik ins Bewusstsein.

- Erstellen Sie zu Ihrem Thema oder gleich zu einzelnen Schlüsselbegriffen täglich Wort-Bilder, ABC-Listen, Brainstormings usw.
- Legen Sie Ihre Notizen in ein Couvert. Tun Sie dies täglich ca. 10 bis 30 Tage lang.
- Nehmen Sie Ihre Wort-Bilder usw. erst wieder hervor und erstellen Sie eine Übersicht über die gefundenen Begriffe. Dies geht wunderbar mit dem PC!
- Analysieren Sie das Resultat: Welche Begriffe kommen immer wieder? Welche sind neu? Gibt es neue Zusammenhänge? Gibt es ähnliche Begriffe?
- Welche Schlüsse ziehen Sie daraus?

Kategorien-Torten zur grafischen Erfassung von Daten[12]

Eine Kategorie ist eine «Gruppe, eine Klasse, eine Gattung, in die jemand oder etwas eingeordnet wird»[13]. Mit Kategorien-Torten (oder mit Balkendiagrammen usw.) lassen sich Mengenangaben veranschaulichen.

- Zeichnen Sie einen Kreis.
- Zeichnen Sie zu Ihrem gewählten Thema z.B. die Tagestätigkeiten, Projektprioritäten, Fragepriorität usw. ein.

---

[10] Das Buch von Gabriele Rico (2002) ist zusätzlich ein Trainingsbuch zum Schreiben von kreativen Texten. Sie hat das Clustering im Zusammenhang mit der Schreibtechnik erfunden.

[11] Birkenbihl, Inneres Archiv, 2002, 79

[12] Birkenbihl, Das grosse ..., 2002,

[13] Duden, 1995

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich

Mentaltrainings-Übungen[14]

Um den Überblick während des Projektes zu haben oder um aus Sackgassen herauszufinden, ist es während mehrmonatigen Vorhaben sinnvoll, das ganze Projekt immer wieder aus der | Adlerperspektive zu überblicken und die Situation ganzheitlich und umfassend, aber auch intuitiv zu reflektieren. Oft sagen Symbole mehr als tausend Worte. Deshalb werden vor allem im Zusammenhang mit der Wissenserwerbs-Strategie «FINDEN»[15], aber auch beim Finden von Begriffen, bei der Formulierung von Schreibbotschaften usw. immer wieder Vorstellungsübungen empfohlen. Die auf diese Weise erhaltenen Symbole, Ideen, Gefühle, Eindrücke, Vorstellungsbilder, Klänge, Gerüche usw. können wahrgenommen, entschlüsselt und im Hinblick auf das Projekt interpretiert werden. Solche Symbole können sich von Situation zu Situation, von Person zu Person ändern. Oftmals bereichern Symbole Aussagen in Projekten auf ungeahnte Weise.

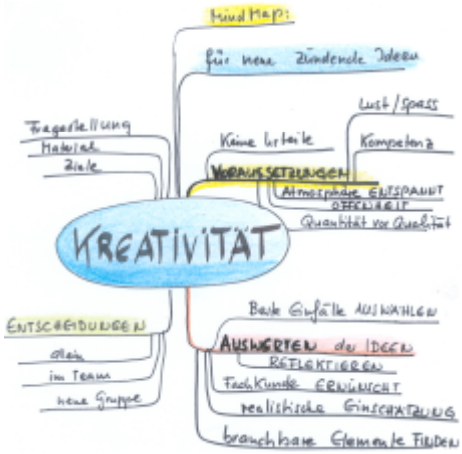
- Lesen Sie die Schritte einmal durch und schliessen Sie dann die Augen!
- Stellen Sie sich eine Frage: Mit welchem Bild z.B. könnte ich meine Botschaft prägnanter formulieren? Welches Bild passt zu meinem Schlüsselbegriff, auf das Titelblatt usw.? Welches Symbol zeigt mir, was im Moment am Projekt verbessert werden könnte? Was kann ich tun, damit ich aus der Sackgasse finde?
- Lassen Sie ein Bild, eine Situation usw. in der Vorstellung wachsen.
- Beachten Sie besonders den allerersten Input!
- Notieren Sie nun zu Ihrem Bild einige Gedanken, die Ihnen dazu einfallen.
- Interpretieren Sie: Was bedeutet dieses Bild im Zusammenhang mit meiner Botschaft, mit meinem Schlüsselbegriff, mit meiner Strategie und ziehen Sie dann die Schlüsse daraus.

Mind Map[16] (Buzan)

? Wollen Sie eine Methode trainieren, die weltweit angewendet wird?

? Wollen Sie allein oder im Team Ideen entwickeln?

- Notieren Sie Ihren Schlüsselbegriff in die Mitte eines Blattes.
- Notieren Sie auf Seitenästen die Ideen, die Ihnen zu einem Unterbegriff in den Sinn kommen.
- Entwickeln Sie weitere Gedankenäste!

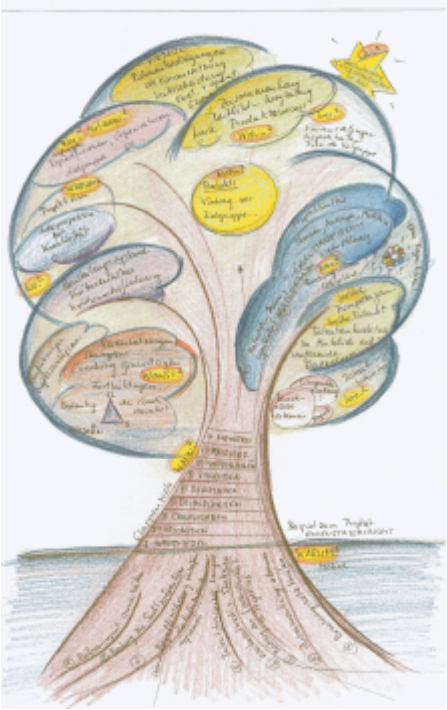


[14] Weitere empfehlenswerte Trainingsbücher zu intuitiven, ganzheitlichen Wahrnehmen sind: Day, 1998; Silva, 1992, 1993; Rosanoff, 1994.

[15] Siehe Kunz, 2004, S.125

[16] Buzan, 1993. Das Mindmap-Buch von Toni Buzan zeigt mit vielen Beispielen, wie ideenreich Mindmaps erstellt werden können.

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich



Motiv-Ziel-Visionsbaum[17] (Kunz)

? Tun Sie oft etwas, das Sie längere Zeit in Anspruch nimmt?

? Stellen Sie oft nachträglich fest, dass es einen sinnvolleren Weg zum Ziel gegeben hätte?

? Merken Sie in solchen Momenten oft auch, dass Ihnen ein präzises Ziel vor Augen gefehlt und wenig bis keine echte Motivation Ihr Tun begleitet hat?

Viele meiner Projekt-Schüler/-innen und meinen Seminarteilnehmer/-innen ertappen sich bei solcher Unschlüssigkeit und bei Ungereimtheiten zwischen Motiven und Zielen. Im Laufe der Zeit bildete sich das Baum-Symbol als wegweisendes Motiv-Ziel-Visions-Bild heraus. Es eignet sich vor allem für länger dauernde Arbeiten, z.B. bei der Planung einer Kunstreise, bei Seminar-Vorbereitungen, beim Erstellen von Facharbeiten oder Projekten, bei der Organisation einer Theateraufführung, eines Festes oder bei der Planung einer Prüfung oder einer Diplomarbeit.

Mit den Jahren hat sich dazu das Bild eines Baumes herauskristallisiert: und auch verfeinert: Je tiefer die Motivwurzeln verankert sind, je strukturierter die Baumäste (Ziele), je ‚klarer' die Früchte (Produkte) erkannt werden und je heller der Leitstern (Vision) leuchtet, desto standhafter steht der Projektbaum und desto eher hält er Forschungsstürmen stand. Ein persönlicher Motiv-Ziel-Visionsbaum kann somit ideale Grundlage für mehrmonatige Vorhaben sein.

- Zeichnen Sie als erstens einen Baum mit Wurzeln und einer Krone mit Früchten.
- Fügen Sie nun «unter dem Boden» bei den Wurzeln Ihre Projektmotive hinzu. Fragen Sie, wenn Sie Ihre Motive betrachten, ob Sie sich eher von äusseren Motiven (z.B. Ansehen, Gewinn) oder von inneren Motiven (Freude, Dienst an Menschen und Natur usw.) leiten lassen.
- Schreiben Sie dann zu einzelnen Früchten Ihre Projektziele. Wenn Sie Mühe haben, Motive und Ziele zu finden, bearbeiten Sie die ersten Denkbausteine. Schreiben Sie – wenn Sie wollen – in einem «Leitstern» über der «Krone» Ihre Vision, die Sie mit dem Vorhaben anstreben.
- Betrachten Sie nun den Baum aus der Adlersicht.

? Stimmen Motive und Ziele überein?

? Ergeben die Motive und die anvisierten Ziele einen Sinnhorizont? D.h. sind die Motive eher egozentrisch oder altruistisch orientiert? Dienen Ziele, (z.B. das Produkt) einer Zielgruppe oder können Sie zerstörerische Elemente erkennen?[18]

---

[17] Dies ist eine Übung, die sich im Laufe der vorliegenden Systementwicklung allmählich vervollständigt hat, Kunz, 2001 und 2004, S. 46.

[18] Bei der Zerstörung der Zwillingstürme in New York z.B. dominierten destruktive Kräfte, die keinen ethischen Massstäben gehorchten, obwohl das Projekt fachlich aussergewöhnliche Elemente enthielt.

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich

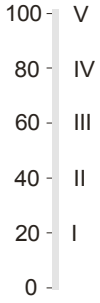
Motivationsbarometer[19] und Projektbarometer (Kunz)

Motivation ist Arbeitsenergie! Deshalb ist es wichtig, immer wieder das Niveau persönlicher Motivation intuitiv einzuschätzen. Permanente Selbsteinschätzung und Selbstkorrektur ist in eigenständig entwickelten Projekten zentral. Nur so ist die Gewähr gegeben, dass die anvisierten Ziele effizient erreicht werden können. Selbsteinschätzen heisst:

1. das bisher erreichte Niveau bestimmen
2. das gewünschte Niveau festlegen und
3. die dazu noch notwendigen Schritte notieren.

Auf jeder Projektstufe kann auf diese Weise das bisher erreichte Niveau intuitiv erfasst und mit dem gewünschten Niveau verglichen werden. Besteht dazwischen eine Diskrepanz, so kann durch Selbstkorrektur die notwendige Richtungsänderung vorgenommen werden.

- Zeichnen Sie dazu eine Senkrechte, die Sie ungefähr in 5 gleiche Stufen unterteilen: 20, 40, 60, 80, 100.
- Bestimmen Sie dann mit einem waagrechten Strich die ungefähre Höhe Ihrer augenblicklichen Motivation.
- Bestimmen Sie anschliessend das gewünschte Niveau Ihrer Arbeit.
- Vergleichen Sie die beiden Niveaus!
- Welche Konsequenzen ziehen Sie?



Sekunden-Brainstorming

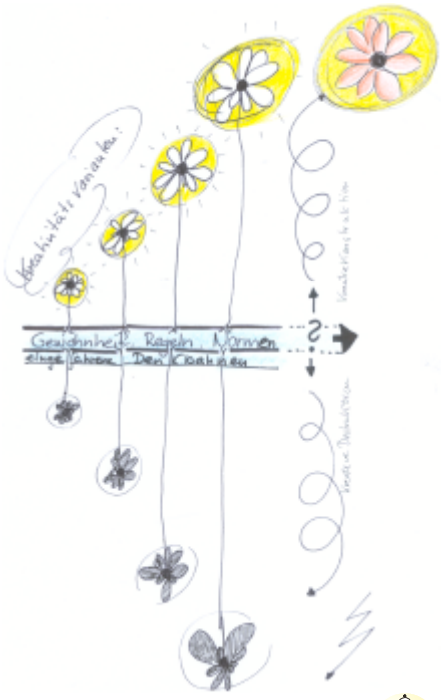
? Möchten Sie auf einfachste Weise und in kurzer Zeit möglichst viele Ideen sammeln, allein oder im Team?
Das Sekundenbrainstorming ist eine Ergänzung zum Brainstorming! Sie ergründen damit Ihren Wissensspeicher noch tiefer.

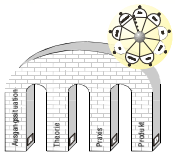
- Schreiben Sie 90 Sekunden ununterbrochen, ohne den Stift vom Blatt zu nehmen, alles auf, was Ihnen zu einem Begriff einfällt.
- Machen Sie nach 90 Sekunden einen waagrechten Strich unter das Geschriebene und schreiben Sie nochmals 90 Sekunden usw.
- Sie können damit beliebig lange fortfahren[20].

[19] Fehlende Motivation in Projekten konnte sehr oft beobachtet und in Gesprächen bestätigt werden.

[20] Diese Übung kann im Freundes- oder Familienkreis einen Abend füllen. Verschiedene Wörterbücher und Lexika bereichern den Ideenfluss.

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich





Skizzen[21]

? Möchten Sie Ihre Gedanken für sich oder im Gespräch mit anderen VERANSCHAULICHEN

? Gibt es im Gespräch oft Missverständnisse?

? Werden Ihre Aussagen falsch verstanden?

Bilder, Symbole, Comics sagen oft mehr als tausend Worte. In diesem Buch finden Sie viele Handzeichnungen, Bilder, Fotos zur Veranschaulichung und die Projektbrücken, die komplexe Zusammenhänge zeigen.[22]

Veranschaulichen Sie Ihre Worte, indem Sie beim Lesen oder in Gesprächen Zusammenhänge aufzeichnen. Sie können Skizzen, Zeichnungen, Symbolen, mit Strichmännchen und weiteren einfachen Formen, wie Kreise, Dreiecke, Vierecke usw. anfertigen. Zeichenkünste sind dazu nicht verlangt. Zentral ist nur, dass Sie das, was Sie wissen, hören oder zu anderen sprechen, auf einfache Art in einem Bild oder in einer Skizze darstellen. Tun Sie dies oft in Gesprächen auch in Teams und mit Coachs. Es könnte auch sein, dass sich aus Ihren ersten Skizzen Denkmodelle entwickeln! Die Projektbrücke und die Kompetenzenblume z.B. sind Früchte aus Coachinggesprächen.

Talent-Karten[23] (Kunz)

? Haben Sie oft Mühe mit dem Einhalten von Vorsätzen?

? Möchten Sie einige spezifische Talente trainieren, z.B. ein Instrument ÜBEN, Termine pünktlich EINHALTEN, Texte SCHREIBEN, Produkte PRÄSENTIEREN, usw.?

? Verschwinden solche Ziele jedoch zu oft im Alltagsrummel?

? Stellen Sie nach einem halben Jahr fest: «Das wollte ich doch tun!»

? Oder nehmen Sie sich oft zu viel vor, sodass die Umsetzung nicht gelingt?

Talent-Karten, die Sie selber entwickeln, könnten hier Abhilfe schaffen.

Notieren Sie jede Trainingsidee auf farbige kleine Kärtchen. Sie haben z.B. in einer Schulstunde, an einem Seminar, während eines Vortrages, während eine Meetings oder einfach während eines Tages eine brillante Idee, die Sie auch gleich umsetzen möchten. Notieren Sie diese Idee. Notieren Sie auch alle weiteren Ideen.
Formulieren Sie diese als Satz, als Leittalent (Was?) (Telefone sofort ABNEHMEN, Schuhe PUTZEN, Englisch HÖREN, Zitate SCHREIBEN usw.) als Meistertalent (Wie?) (liebevoll SPRECHEN, leserlich SCHREIBEN, respektvoll ARGUMENTIEREN).

---

[21] Eine kurze Einführung finden Sie bei Vera F. Birkenbihl, Das grosse .....2002, 145 f. oder Betty Edwards, 2002 zeigt in Ihrem neuesten Buch Schritt für Schritt Wege zum «Zeichnen».

[22] In Kunz, «Geniale Projekte – Schritt für Schritt entwickeln« finden Sie ebenfalls Beispiele für anschauliche Grafiken, Z.B. SPIELRAUMRAD, S. 43, KONZEPTSPIRALE S. 49, CAFFETIERA, S.61, PROJEKTSTEINE, S. 125.

[23] Beispiele solcher Karten, wurden als «Tagesleitkarten» während mehrerer Jahre entwickelt und immer wieder durch Rückmeldungen ergänzt. Sie sind als Set von 59 Karten erhältlich. Einige Karten sind auch bei www.ck-centrum.ch vorgestellt. Auch leere Karten liegen bei.

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich

Mit der Zeit werden Sie einen kleinen Stapel von Talent-Karten haben. Sobald Sie einige Karten geschrieben haben, können Sie jeweils abends oder morgens eine Karte ziehen und sie vor sich auf das Pult, ins Etui oder anderswo in Sichtweite legen. Wagen Sie es, die auf der Karte gezogene Tätigkeit zu verbessern. Tun Sie dies täglich mit einer gezogenen Karte. Schreiben Sie auch immer wieder neue Karten. Auf diese Weise folgen Sie dem Prinzip der kleinen Schritte und erreichen die gewünschten Ziele.

Wort-Bilder[24] (Birkenbihl)

? Möchten Sie
1. in die Tiefen Ihres Wissensarchivs eintauchen,
2. Gelesenes und Gehörtes besser verstehen,
3. Infos besser im Gedächtnis behalten und/oder prägnanter wiedergeben können?

Mit Wortbildern[25] zu gelesenen Texten und mit etwas Übung im Kreieren von Wortbildern zu eigenen Projekten können Sie sich diese drei Wünsche gleich zusammen erfüllen. Dies ist eine von Vera F. Birkenbihl entwickelte Kreativitätstechnik, die sich eignet, um eine Wissensinventur zu erstellen, d.h. zu schauen, was im persönlichen Wissensnetz zu einem Thema bereits vorhanden ist, um Wissen gehirngerecht und aktiv ins eigene Netz zu knüpfen und nochmals in einem weiteren Schritt kreativ neue Ideen zu entwickeln.

- Schreiben Sie in die Mitte eines Blattes mit dicken, fetten Grossbuchstaben das gewählte Schlüsselwort, ein Kernthema, ein Unterthema oder ein mögliches Produkt.
- Fügen Sie anschliessend waagrecht zu jedem Buchstaben eine Idee, eine Assoziation, ein Symbol hinzu.
- Verbinden Sie jeweils das Wort mit einer Linie.

Das Geheimnis dieser Übung, die Kreativität fördert, liegt in der Limitierung. Weil es nur wenige Buchstaben gibt, gilt es oft kreativ zu schummeln: Suchen Sie Wörter z.B. in einer anderen Sprache oder erfinden Sie Fantasiewörter. Man kann aber auch bei einzelnen Buchstaben mehrere Wörter hinzufügen oder Buchstaben «leer» lassen. Sie können für weitere Ideen auch Lexika, Synonymwörterbücher etc. gebrauchen.

[24] Birkenbihl, 2002: Die Schöpferin der Wortbilder, Vera F. Birkenbihl, bringt in den Büchern 2000, 2001, 2002 viele Beispiele von Wortbildern. Zudem finden Sie z.B. bei Kunz, 2004 ebenfalls Beispiele von Wortbildern: S. 54, 188, 190, 192, 193, 196

[25] Wortbilder nennt Birkenbihl oft auch KaWa! Z.B. 2000, 26f.

© 2004 Orell Füssli Verlag AG Zürich