

# Werden Sie kreativ – in nur drei Schritten

Ihre Kreativität können Sie unterstützen.

Es gibt drei einfache Schritte, die Sie gehen sollten, um schneller zu guten Ideen zu finden:

1. Machen Sie sich schlau. *Sie werden sicherlich in Büchern oder auch im Internet Anregungen finden, die Ihnen bei Ihrem Problem weiterhelfen könnten. Vielleicht können Sie auch durch Gespräche mit Freunden oder Bekannten auf mögliche Lösungsansätze kommen. Sammeln Sie erst einmal Informationen. Je mehr Stoff Sie haben, desto besser ist die Grundlage für neue Ideen.*

2. Machen Sie ein Brainstorming. *Wenn Sie der Meinung sind, dass Sie genug Informationen gesammelt haben, nehmen Sie sich ein großes Stück Papier und einen Stift. Schreiben Sie alles auf, was Ihnen zu Ihrer Idee einfällt. Wichtig ist, dass Sie an dieser Stelle nicht werten. Auch wenn Ihnen ein spontaner Gedanke völlig lächerlich erscheint: Halten Sie ihn zunächst einmal fest. Es geht nicht um gute Gedanken – es geht um Vielfalt und darum, die Ideen sprudeln zu lassen.*

3. Machen Sie Pause. *Wenn Sie alles aufgeschrieben haben, was Ihnen einfällt, schieben Sie Papier und Stift zur Seite. Schalten Sie nun Ihren Denkprozess ab – und lassen Sie so Ihr Unterbewusstsein arbeiten. Entspannungsübungen eignen sich in dieser Phase, vielleicht mögen Sie lieber lesen, Musik hören oder Sport treiben? Irgendwann in der nächsten Zeit kommt Ihnen eine Idee – die Idee.*