



KREATIVITÄT

Der März-Kreativtip

DEN KREATIVITÄTSVAMPIR ROUTINE ABWEHREN

Annette Blumenschein, Ingrid Ute Ehlers / hei / am 08. März 2016 um 07:00 Uhr

Kreativitätsvampire sind die Störfaktoren und Ideenkiller, die „kreative Energie“ absaugen. In dieser Ausgabe lernen Sie den Kreativitätsvampir „Prinzipien“ kennen.



Alles andere als niedlich: ein Kreativitätsvampir. Bild: © wenchawang - Fotolia

„Kreativitätsvampir“ ist der Sammelbegriff für kreativitätshemmende Faktoren, die so manches schwungvolle Vorhaben zum Scheitern bringen. Dabei sind Kreativitätsvampire im Sinne von Ideenkillern allerdings nicht gleichzusetzen mit Personen, die sich negativ auf Kreativität auswirken, sondern es handelt sich um einflussnehmende Größen, die sich im eigenen Verhalten manifestieren.

PROFIL DES KREATIVITÄTSVAMPIRS ROUTINE

Alle Menschen leben nach Grundannahmen über die Umwelt, über andere Menschen oder über die Art und Weise, wie etwas getan werden soll.

- Wie man glaubt, dass es getan werden muss.
- Wie es ausschließlich getan werden sollte.
- Wie man glaubt, dass es getan wurde.

Zum einen sind dies persönliche Erfahrungen und im Laufe der Jahre angeeignetes Wissen, zum anderen aber auch nicht mehr hinterfragte Annahmen. Prinzipiell ist es sicherlich in einer so dynamischen und komplexen Welt wie der heutigen von Vorteil, wenn man über richtungsweisende Verhaltens- und Wahrnehmungsmuster verfügt. Andererseits verhindert eine eingefahrene Routine jedoch allzu oft und sehr wirkungsvoll, dass man auf neue Ideen kommt.

Routine kann bedeuten, auf einen reichhaltigen Erfahrungsschatz und stets einsetzbare Gewohnheiten jederzeit zurückgreifen zu können. Wenn man jede Tätigkeit, die am Tag verrichtet wird, zunächst bewusst hinterfragen müsste, wäre dieser Tag sehr anstrengend. Deshalb entwickelt man lebenserleichternde, komplexitätsreduzierende Mechanismen. Man könnte auch salopp sagen, das Gehirn wird dadurch zum „Gewohnheitstier“. Viele Alltagshandlungen, nicht nur im privaten Lebensbereich, auch im beruflichen Kontext, sind routiniert implementiert. Sie laufen also im Hintergrund, quasi automatisch, ab.

Dazu musste man sie vorher bewusst erlernen und häufig wiederholen, immer wieder einüben. Diese regelmäßige Wiederholung stärkt Routinen, beispielsweise bei Sicherheitstrainings von Feuerwehrteams, Sanitätern und Flugbegleitern. Das Gehirn schaltet bei solchen Aktivitäten auf „Autopilot“. Der Vorteil von routiniertem Vorgehen: wenn schnell gehandelt werden soll, muss jeder Handgriff sitzen, dann ist keine Zeit für eine tiefere Reflexion von Sinn und Zweck der Handlung.

Diese wiederkehrenden Abläufe mit immer gleicher Struktur haben Ritualcharakter. Und Rituale stellen uralte Kulturpraktiken der Menschheit dar, zum Beispiel Grußrituale, Zeremonien, Aufnahmerrituale. Rituale haben sich seit langer Zeit gehalten, denn Menschen haben ein Urbedürfnis nach bekannten Abläufen.

Dies ist besonders stark bei kleinen Kindern zu beobachten, die entwicklungspsychologisch bedingt, Rituale brauchen und auch einfordern, wie beispielsweise die abendliche Gutenachtgeschichte. Dabei ist es wichtig, dass wirklich alles immer in gleichem Ablauf, in gleicher Ordnung abläuft, denn diese Vertrautheit und Sicherheit erlebt man unmittelbar als angenehm. Dies ist nicht nur für kleinere Kinder wohltuend, sondern für alle Menschen, insbesondere in Zeiten des permanenten Wandels.

ROUTINE BIETET SICHERHEIT

Ein Erfahrungsschatz an Routine bietet also Sicherheit und stellt eine wesentliche Erleichterung im beruflichen wie privaten Alltag dar. Wenn man alles, was man tut, permanent hinterfragte, käme man sicherlich gar nicht mehr zum Handeln.

Doch wer regelmäßig die gleichen Abläufe vollzieht, wer ständig auf das angeeignete Wissen vertraut, bekommt es auch mit den Nebeneffekten von Routine zu tun: es kann langweilig werden, kann in Richtung Monotonie gehen. Daher stellt Routine eines der beharrlichsten Innovationshemmnisse dar. Gewohnheiten können also sozusagen auch „gefährlich“ werden, wenn sie eine Resistenz gegen Veränderungen auslösen. Durch zwanghaftes Festhalten an eingeschliffenen Denk- und Verhaltensmustern etablieren sich die „Das haben wir immer schon so gemacht“- und „Das ist eben so“-Sätze in unserem Denken, die erheblich dazu beitragen, dass sich bald gar nichts mehr bewegt.

Vollziehen Sie einen Perspektivwechsel nach dem Motto „Die Stärken stärken“ anstatt „Die Mängel und die Defizite betrachten.“ Damit gelingt es, die erfolgversprechenden Aspekte positiv aufzuladen, anstatt sich von den kritischen Aspekten entmutigen zu lassen. Was sich auf der persönlich-individuellen Ebene des einzelnen Menschen abspielt, gilt auch für Systeme und Organisationen: In ihnen sind zahlreiche Gewohnheiten am Wirken: installierte Abläufe, wiederkehrende Reaktionsmuster, offizielle und implizite Grundannahmen, was in dieser Organisation bzw. in dieser Branche üblich ist, was immer so und so gemacht wird, was nie gemacht wird, was sich nicht gehört. Wenn Routinen innerhalb einer Organisation implementiert werden, zum Beispiel auch durch Trainings, Leitlinien, Handbücher und wiederkehrende Rituale wie Jours fixes, so ist dies durchaus praktisch. Denn Alltägliches lässt sich so großen Aufwand erledigen, die Prozessabläufe und Entscheidungsprozesse werden durch Routinen schneller. Dies kann einen klaren Wettbewerbsvorteil darstellen und zur Steigerung der Wertschöpfung beitragen. Finden Sie die zugrundeliegenden Gründe für Ihre Angst heraus. Wovor fürchten Sie sich tatsächlich? Spielen Sie gedanklich die einzelnen „Worst-case“-Szenarien durch mit der Frage: „Was kann mir im allerschlimmsten Fall passieren?“

Doch diese Vorteile können auch zum Nachteil werden, wenn Routinen eine zu starke Eigendynamik entwickeln, die dann zuweilen auch gegen die aktuelle Erkenntnis und ökonomische Vernunft läuft: „Wir machen das hier eben so, schon immer. Das ist halt so!“ Dann werden Routinen beibehalten, obwohl sie mittlerweile eher schädlich sind, weil ausgeblendet wurde, dass eine seinerzeit gute Vorgehensweise zu den sich weiter entwickelten aktuellen Rahmenbedingungen gar nicht mehr passt und daher überholt ist.

PRÄVENTIVMASSNAHMEN

Machen Sie es sich zur Gewohnheit, über eingefahrene Vorgehensweisen nachzudenken. Überprüfen Sie, ob diese Gewohnheiten noch sinn-voll sind oder inzwischen sinn-entleert und ob sie daher nur noch automatisch ablaufen. In diesem Fall lohnt ein „Neustart“.

Achten Sie bei sich selbst auf Beharrungssätze wie beispielsweise „Das machen wir eben so.“ Jedes Mal, wenn Sie sich dabei ertappen, einen solchen Satz zu denken oder gar laut auszusprechen, überprüfen Sie, ob die Routine im entsprechenden Fall tatsächlich hilfreich und entlastend ist.

Nehmen Sie sich die notwendige Zeit, um das „Was wäre, wenn ...“-Spiel zu spielen. Muss der Weg von A zu D wirklich immer über B und C laufen oder gibt es zu dieser festgefahrenen Route eine Alternative? Um Routineaufgaben neu zu arrangieren, bietet sich die Anwendung der Impulsfragen nach der Osborn-Checkliste an, mit der sich zügig neue Vorgehensweisen erarbeiten lassen.

Überprüfen Sie auch, was passiert, wenn Aufgabenstellungen einmal anders als herkömmlich bewältigt werden. Dafür bietet es sich an, diese Aufgabenstellungen anderen Personen zu übertragen.

Eingefahrene Routine lässt sich auch durch den Einsatz wiederkehrender Maßnahmen bekämpfen: Bei Treffen kann man auch kontinuierlich auftauchende Besprechungspunkte ansetzen wie „Was könnte ich/könnten wir ab morgen anders machen? *Was habe ich/haben wir in dieser Woche an neuen Erkenntnissen gewonnen?*“

Auch beim Lernen und der entsprechenden Lernroutine kann man alte Muster verlassen und sich neue aneignen kann. Dabei ist allerdings darauf zu achten, dass man sich nicht zu viel auf einmal vornimmt, dass man es dafür aber regelmäßig in den Tagesablauf einbaut.

Darüber hinaus lassen sich Routinen auch als Change-Rituale nutzen Dies wird möglich durch die Kombination einer routinemäßig absolvierten Handlung mit einer neuen Handlung. Beispielsweise kann man nach jedem morgendlichen E-Mail-Checken das Fenster öffnen und zwei Minuten die Frischluft genießen und dabei die Außenwelt beobachten. Oder man nutzt die Kraft einer kleinen bewussten Atempause, nachdem eine Aufgabe, ein Arbeitspaket absolviert ist, lehnt sich zurück, schließt die Augen, atmet bewusst tief durch, steht einmal auf und läuft umher. Damit tankt man neue Energie auf, dann kann es weiter gehen.

Noch mehr über Kreativitätsvampire können Sie nachlesen im Fachbuch „Ideen managen - eine verlässliche Navigation im Kreativprozess“ von Annette Blumenschein und Ingrid Ute Ehlers, Springer Gabler Verlag Wiesbaden 2015.

ÜBER DIE AUTORINNEN



Annette Blumenschein ist als Management-Beraterin und Trainerin für Kreativ-Kompetenz, Innovation und Führung deutschlandweit tätig. Als Moderatorin ist sie auch aktiv tätig für das Netzwerk „Querdenker International“.



Ingrid Ute Ehlers ist Management-Beraterin mit internationaler Projekterfahrung. Als Trainerin und Moderatorin ist sie tätig in der Vermittlung von Kreativ-Kompetenz, im Projektmanagement und in Veränderungsprozessen.