

## DEM KREATIVITÄT SVAMPIR MISSTRAUEN ENTGEGENWIRKEN

Annette Blumenschein, Ingrid Ute Ehlers am 12. September 2016 um 07:00 Uhr

Kreativität svampire sind die Störfaktoren und Ideenkiller, die „kreative Energie“ absaugen. In dieser Ausgabe lernen Sie den Kreativität svampir „Misstrauen“ kennen.



Alles andere als niedlich: ein Kreativität svampir. Bild: © wenchiaawang - Fotolia.com

*„Kreativität svampir“ ist der Sammelbegriff für kreativitätshemmende Faktoren, die so manches schwungvolle Vorhaben zum Scheitern bringen. Dabei sind Kreativität svampire 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 KREATIVITÄT SVAMPIRS MISSTRAUEN

Aufmerksamkeit ist im heutigen Berufsleben unverzichtbar und auch das kritische Beurteilen von Personen und Situationen gehört dazu. Damit lassen sich die verschiedenen Herausforderungen im beruflichen Umfeld bewältigen. Ein „gesundes Maß an Misstrauen“ ist angemessen, wenn man sich an bereits erlebte Situationen erinnert fühlt, in denen man bereits schlechte Erfahrungen gemacht hat. In einem solchen Fall warnt das aufkommende Misstrauen und erfüllt damit eine wichtige „Alarmfunktion“.

Wenn sich allerdings eine Tendenz herauskristallisiert,

- negative Erlebnisse ständig zu speichern,
- andere Personen immer argwöhnisch zu beobachten,
- Situationen und Personen von vorne herein skeptisch einzuschätzen,
- eine zunehmende Kontrollsucht zu entwickeln,

wendet sich das Blatt. Mit einer solchen inneren Haltung trübt sich der Blick auf die Umwelt auf eine negative Weise. Das aufkeimende Misstrauen blockiert, lähmt und verschlechtert die Laune. Entscheidungsprozesse werden langsamer, wenn zahlreiche Absicherungsschleifen gedreht und Kontrollmechanismen integriert werden. Und Zeit ist bekanntlich ökonomisch gesehen ein wichtiger Wettbewerbsfaktor.

### **Misstrauen führt zu Skepsis**

Darüber hinaus provoziert Misstrauen selbst erfüllende Prophezeiungen: Aufgrund der negativen Grundhaltung neigt man dann dazu, die skeptische Erwartungshaltung indirekt zu kommunizieren, was verständlicherweise zu Irritation und Enttäuschung bei anderen Menschen führt. Derartige unterschwellige Botschaften beeinflussen das Verhalten von Menschen wechselseitig.

Wenn sie nicht offen kommunizieren, was sie empfinden, was leider häufig im beruflichen Alltag der Fall ist. So schleichen sich Konflikte ein und es kann eine Eskalationsdynamik entstehen. Dabei reagiert man nun auf die unterschwellig ausgesendeten Botschaften und verstärkt die Eigendynamik in Richtung „selbsterfüllende Prophezeiung“. Auch steigt auf beiden Seiten nun die Wahrscheinlichkeit zu einer Trothaltung nach dem Motto „jetzt erst recht (nicht)!“

### **Misstrauen führt zu Kontrollzwang**

Wer anderen und ihren Fähigkeiten misstraut, neigt dazu alles selbst zu tun und landet in Kontrollzwang und Allmachtsphantasien wie „keiner außer mir kann das schließlich so gut“. Dies ist anstrengend – sowohl für die jeweilige Person selbst als auch für ihr Umfeld. Eine persönliche Weiterentwicklung und gegenseitige Nutzung von Talenten und Teamressourcen ist in diesem Umfeld kaum möglich, für kreative Problemlösungs- und Innovationsprozesse jedoch unerlässlich. In diesem Klima des Misstrauens sinken dann Leistungsbereitschaft, Zuverlässigkeit sowie die Qualität des Umgangs miteinander.

Wenn sich der Kreativitätsvampir Misstrauen erst richtig breit gemacht hat und das Misstrauen voll erblüht ist, ist man ständig in „Hab-Acht-Stellung“ und sucht nach Beweisen, die das Misstrauen auch rechtfertigen.

Insgesamt wirkt sich übersteigertes Misstrauen also schädlich aus auf Arbeitsklima und Selbstzufriedenheit. Daher sind dringend Schutzmaßnahmen erforderlich gegen den Kreativitätsvampir Misstrauen!

### **Präventivmaßnahmen gegen Misstrauen**

Überprüfen Sie in wichtigen Situationen die Einschätzung der Lage, wenn der Misstrauens-Alarm angesprungen ist? Ist dieser berechtigt oder beruht er nur auf einem Gewöhnungseffekt?

Entwickeln Sie Methoden, um das „Kopfkino des Misstrauens“ zu stoppen. Statt sich vorzustellen, was schlimmstenfalls geschehen könnte, wird das Szenario umdefiniert, nämlich was könnte Ihnen bestenfalls passieren? Was ist bestenfalls zu erwarten? Welche positiven Entwicklungen könnten einsetzen? Setzen Sie also bewusst ein Best-Case-Szenario ein, das Sie in Form einer Mind Map visualisieren.

Ebenfalls hilfreich sind Methoden des gezielt eingesetzten Perspektivwechsels. Jeder Mensch trägt unterschiedliche Persönlichkeitsanteile in sich, manche sind stärker ausgeprägt und somit mehr im Vordergrund, während andere Anteile sich im Hintergrund befinden. Wenn nun die misstrauische Stimme „Pessimismus“ sich zu sehr in den Vordergrund drängt, sollte insbesondere der Gegenspieler des Misstrauens aktiviert werden, nämlich der Optimismus. Misstrauen lässt sich direkt mildern durch Vertrauen. Auch wenn es manchmal nötig ist, einen Vertrauensvorschuss zu investieren. Dies ist in vielen Situationen eine zielführende Option, denn durch Vertrauen lässt sich Komplexität minimieren. Ohne die wohltuende Vereinfachung wäre es sehr schwierig, denn wenn man allem Neuen oder jedem fremden Menschen mit Angst, Abwehr und Misstrauen begegnen würde, würde die Stressbelastung steigen. Daher bietet sich das Vertrauens-Experiment als Perspektivwechsel an: Wenn Sie in Kontakt mit einer ganz neuen Lösung kommen, für die noch keine Erfahrungswerte bestehen, dann geben Sie dieser Lösung eine Chance und einen Vertrauens-Vorschuss. Selbstverständlich nicht mit „blindem Vertrauen“ und selbstverständlich nicht auf unbestimmte Zeit, sondern innerhalb eines genau beobachteten Experimentes.

Durch übertriebenes Misstrauen versäumt man einiges im Leben. Dies hat ein Experte schon auf den Punkt gebracht mit der Aussage „Zu viel Vertrauen ist häufig eine Dummheit, zu viel Misstrauen immer ein Unglück (Johann Paul Friedrich Richter, deutscher Dichter, Publizist und Pädagoge). Führen Sie sich vor Augen, was Sie durch permanentes Misstrauen an Lebensqualität verlieren können – sowohl im Berufsleben als auch im Privatleben. Möglicherweise fördert dies die Risikobereitschaft und die Zufriedenheit. Schon oft hat sich eine zuvor eher skeptisch betrachtete Situation rückwirkend betrachtet als Wendepunkt zum Besseren entwickelt. hei

## 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.

## BUCHTIPP



Noch mehr über Kreativitätsvampire können Sie nachlesen im Fachbuch „**Ideen managen - eine verlässliche Navigation im kreativen Problemlösungsprozess**“ von Annette Blumenschein und Ingrid Ute Ehlers, erschienen im Springer Gabler Verlag Wiesbaden 2016.