



IDEEN EINFANGEN

REGINA BRANDHUBER

- ▶ Jeder hat Ideen. Sie entspringen aus einer Quelle, die oftmals nur freigelegt werden muss. Dadurch, dass wir uns selbst zensieren, eigene Gedanken nicht so ernst nehmen oder keine Aufmerksamkeit auf einen stetigen Ideenfluss legen, stockt der Zufluss der eigenen Ideen in den Alltag.
- ▶ Eine Möglichkeit, um Ideen im eigenen Leben mehr Raum zu geben, ist ihnen einen echten physischen Platz zu geben. Das könnte durch Post Its an der Wand oder ein Ideenbuch geschehen. Wichtig ist dabei, dass der Platz für Ideen einen zentralen Ort in Deinem Leben einnimmt, z.B. in der Handtasche oder in einem Zimmer, in dem Du oft bist.
- ▶ Ideen müssen schnell eingefangen werden können, denn sie haben eine Halbwertszeit von wenigen Sekunden. Danach kann es sein, dass Du sie wieder vergessen hast. Wichtig ist, dass Du Dein Medium, auf dem Du Deine Ideen festhalten möchtest überall hin mitnehmen kannst, damit Du zu jeder Zeit eine Idee einfangen kannst und nichts verloren geht.
- ▶ Es gibt Zeiten und Orte, an denen Du mehr Ideen als sonst generieren kannst. Wenn Du Dich besser kennenlernen möchtest, kannst Du beobachten, wo und wann das passiert, z.B. unter der Dusche, im Auto, im Halbschlaf, etc.
- ▶ Um Deine Ideenquelle freizulegen, ist es wichtig alle Ideen, die Dein Leben betreffen, herauszuschreiben. Es ist egal, ob sie klein oder groß sind oder Du sie im ersten Moment gut oder brauchbar findest. Zensiere Dich nicht und beziehe alle Lebensbereiche mit ein, auch wenn Du gerade einen speziellen Ideenfluss freilegen möchtest, wie z.B. musikalische Ideen, Übeideen oder Ideen zur Unterrichtsvorbereitung.



TRAININGSAUFGABEN

- ☐ Notiere Dir in 2 Wochen 8 Ideen auf oder in das von Dir gewählte Medium.
- ☐ Zeige Deine Ideen Deinem Team und lass sie Dir unterzeichnen.
- ☐ Deine Zertifizierung erreichst Du, wenn Du 8 Ideen von mindestens 2 Kollegen aus Deinem Team gezeigt hast und sie sie unterschrieben haben.

