



Übung 28

Versuch
etwas absichtlich
schlecht zu machen

einfach.besser.kreativ.sign.

Versuch etwas absichtlich schlecht zu machen oder Die Freiheit des Scheiterns

Intro zum Modul

Lass Perfektion los – die besten Ideen entstehen, wenn du scheiterst!

Wie oft hält dich der Gedanke an Perfektion davon ab, überhaupt anzufangen?

Viele Menschen glauben, dass Kreativität nur dann zählt, wenn sie zu einem großartigen Ergebnis führt. Doch diese Vorstellung ist falsch – sie blockiert dich, bevor du überhaupt in den kreativen Prozess eintauchst. Denn echte Kreativität entsteht nicht aus Angst vor Fehlern – sondern aus der Freiheit, Dinge auszuprobieren.

➔ **Stell dir vor: Du setzt dich mit der Absicht hin, das schlechteste Bild deines Lebens zu**

zeichnen. Oder du schreibst bewusst den langweiligsten Text, den du dir vorstellen kannst. Vielleicht baust du eine Skulptur aus Haushaltsmüll – ohne zu überlegen, ob sie »gut« aussieht. Was passiert? Du lachst. Du entspannst dich. Und plötzlich beginnt du zu experimentieren – ohne Druck, ohne innere Zensur.

Hier beginnt der kreative Durchbruch.

Studien zur Psychologie des kreativen Denkens zeigen, dass unser Gehirn sich in einen »Flow-Zustand« versetzt, wenn wir aufhören, uns selbst zu bewerten. Die Angst vor dem Scheitern hemmt unser kreatives Potenzial – aber wenn wir bewusst scheitern, verliert sie ihre Macht über uns.

Warum du mir vertrauen kannst – Meine Erfahrung mit kreativer Freiheit

Seit über 25 Jahren erforsche und lehre ich Kreativität – und ich habe unzählige Menschen gesehen, die perfekt durch ihren Perfektionismus in ihrer eigenen Kreativität gefangen sind.

Ob Modedesigner, Informatiker, Architekten, Gamedesigner, Kommunikationsdesigner, oder Wirtschaftswissenschaftler – sie alle erleben dieselbe Blockade: die Angst, etwas falsch zu machen. Doch was passiert, wenn wir diese Angst loslassen und absichtlich Fehler machen?

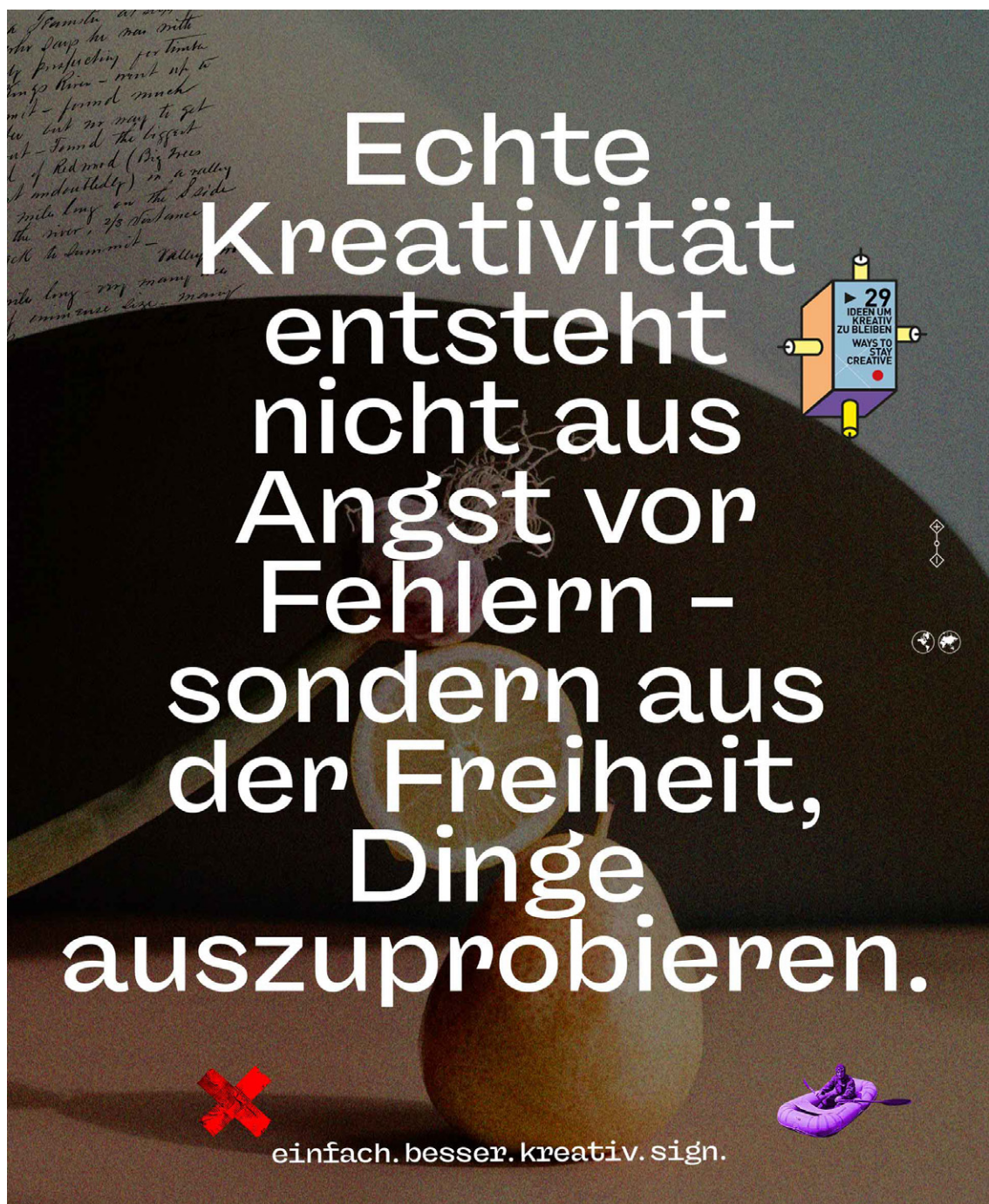
😊 In meinen Seminaren lasse ich Studierende gezielt schlechte Entwürfe zeichnen – und genau dann entstehen die mutigsten, spannendsten Ideen.

- 😊 Ich fordere Kreative dazu heraus, bewusst Regeln zu brechen - und plötzlich entdecken sie völlig neue Ausdrucksformen.
- 😊 Wer lernt, »schlechtes« Arbeiten nicht als Versagen zu sehen, sondern als kreatives Experiment, wird freier, mutiger und innovativer.

Das Gehirn funktioniert paradox: Je mehr du versuchst, perfekt zu sein, desto verkrampfter wirst du. Aber wenn du dir erlaubst, etwas absichtlich schlecht zu machen, öffnest du neue Türen für Kreativität.

- 😊 Dieses Modul gibt dir konkrete Übungen an die Hand, um kreative Blockaden durch kontrolliertes »Scheitern« zu lösen.
- 😊 Du wirst erleben, wie viel Spaß es macht, Erwartungen loslassen – und wie viele geniale Ideen dabei entstehen!

Bist du bereit, Kreativität auf eine völlig neue Art und Weise zu erleben? Dann lass uns absichtlich scheitern – und sehen, was passiert!



Echte
Kreativität
entsteht
nicht aus
Angst vor
Fehlern -
sondern aus
der Freiheit,
Dinge
auszuprobieren.

29
IDEEEN UM
KREATIV
ZU BLEIBEN
WAYS TO
STAY
CREATIVE

einfach.besser.kreativ.sign.

Übung 28

Versuch etwas absichtlich schlecht zu machen oder Die Freiheit des Scheiterns

Einleitung

PERFEKTIONISMUS
IST DER FEIND DER KREATIVITÄT.

Wir alle haben Angst, Fehler zu machen. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass das bewusste Entwickeln absurder oder schlechter Ideen den kreativen Prozess in Gang setzt. Denn wenn du keine Angst vor Fehlern hast, bist du freier in deinem Denken! Forschungen von Prof. Carol Dweck von der Stanford-University zur Mindset-Theorie (»Fixed Mindset«) zeigen, dass Menschen, die Fehler vermeiden wollen, sich oft selbst

blockieren, weil sie Angst vor Kritik haben oder zu hohe Erwartungen an sich selbst stellen. Doch Kreativität lebt von Experimenten – und diese beinhalten zwangsläufig auch Fehler. Das bewusste »Scheitern« gibt deinem Gehirn die Möglichkeit, den Druck loszulassen und wieder spielerisch zu denken.

Warum also etwas absichtlich schlecht machen? Der Psychologe Adam Grant betont, dass der kreative Prozess häufig durch die Bereitschaft entsteht, Dinge unperfekt oder



unfertig zu lassen, um Raum für Weiterentwicklung zu schaffen. Indem du absichtlich schlechte Ergebnisse produzierst, veränderst du deine Einstellung zu Fehlern. Du lernst, dass diese keine Endstation sind, sondern vielmehr der Anfangspunkt für Neues.

Die Übung hilft dir, mentale Blockaden zu lösen und die Angst vor dem Scheitern zu überwinden. Außerdem bringt sie dich zurück in den Flow-Zustand, in dem deine Gedanken frei fließen können. Du wirst merken, dass das bewusste Loslassen von Erwartungen dich nicht nur befreit, sondern auch ungeahnte kreative Potenziale weckt. Diese Übung nimmt den Druck, alles »richtig« machen zu müssen, und gibt Dir die Freiheit, absichtlich etwas »falsch« oder »schlecht« zu machen. Das lockert Deinen

Geist und gibt Dir Raum, neue Ansätze zu finden.

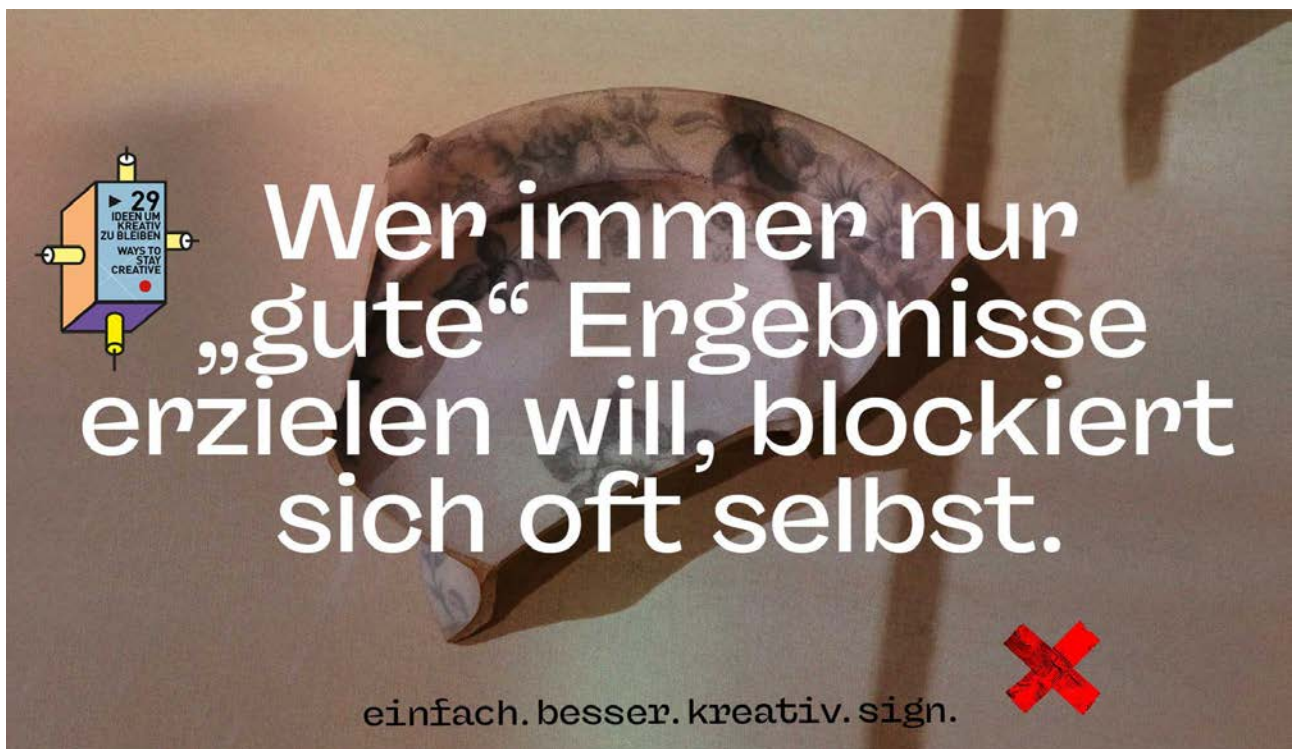
Warum solltest du das ausprobieren?

Fehler machen wir ungern – doch genau das hindert uns oft daran, wirklich kreativ zu sein. Warum ist das so wichtig? Das absichtliche Scheitern entkoppelt den kreativen Prozess von externen Bewertungen. Die Psychologie zeigt, dass unser Gehirn im sogenannten »Default Mode Network« am kreativsten ist – einem Zustand, in dem wir uns frei fühlen und keine Angst vor Urteilen haben. Indem du absichtlich etwas »schlecht« machst, entziehst du dich dem Leistungsdruck und trittst in diesen freien Modus ein. Du schärfst du deinen Blick für den kreativen Prozess und entwickelst eine gesunde Distanz zu äußeren Bewertungen. Es geht nicht um Scheitern, sondern um


Freiheit. Du gibst dir selbst die Erlaubnis, ohne Bewertungen oder Erwartungen zu arbeiten. Das Ergebnis? Dein kreatives Denken wird angeregt, du entwickelst mutigere Ideen und entdeckst oft eine spielerische Leichtigkeit.

Ziel und Zweck

Die bewusste Entscheidung für eine Aktivität gibt dir ein konkretes Ziel, ohne dass du dich mit der Angst vor dem Ergebnis herum-



Wer immer nur „gute“ Ergebnisse erzielen will, blockiert sich oft selbst.

einfach.besser.kreativ.sign. 

schlagen musst. Du kannst dich voll und ganz auf das »Tun« konzentrieren – und das ist der erste Schritt zu mehr kreativer Freiheit! Wenn du dir bewusst das Ziel aufgibst, »gut« zu sein, aktivierst du das spielerische Denken deines Gehirns. Du erlaubst dir, frei und unbefangen zu sein, was oft zu originelleren und mutigeren Ideen führt. Das Ziel ist es, spielerisch die Angst vor dem Scheitern zu überwinden und die Freude am kreativen Experimentieren wiederzuentdecken. Es geht darum, wieder Spaß an der Sache zu haben, statt dich von deinem inneren Kritiker blockieren zu lassen.

Spielerisch die Angst vor dem Scheitern zu überwinden und die Freude am kreativen Experimentieren wiederzuentdecken, das wäre doch eine gute Sache. Indem Du absichtlich

ein »schlechtes« Ergebnis anstrebst, schärfst Du Deinen Blick für den kreativen Prozess und entwickelst eine gesunde Distanz zu äußeren Bewertungen. Es geht darum, wieder Spaß an der Sache zu haben, statt Dich von Deinem inneren Kritiker blockieren zu lassen.

Hier ist eine Anleitung, die du so machen kannst, aber nicht musst.

SCHÖNHEIT IM ZERBROCHENEN UND DIE KRAFT DES ABSICHTLICHEN »SCHLECHT-MACHENS«

Kennst du die Kintsugi- Methode? Kintsugi, die japanische Kunst des Reparierens zerbrochener Keramik mit Goldlack, ist mehr als nur eine Technik – sie ist eine Philosophie. Anstatt Brüche und Risse zu verstecken, hebt Kintsugi sie hervor und verwandelt das Zerbrochene in etwas Einzigartiges. Dieses

Prinzip lässt sich auch auf kreative Prozesse übertragen, insbesondere auf die Übung »Versuch etwas absichtlich schlecht zu machen«. Beide Konzepte teilen eine zentrale Botschaft: Fehler und Imperfektion sind nicht das Ende, sondern eine Chance für neue Schönheit.



Im kreativen Prozess neigen viele Menschen dazu, Perfektion anzustreben und Fehler zu vermeiden. Doch gerade dieser Perfektions-

druck kann lähmend wirken. Hier setzt die Übung des absichtlichen »Schlecht-Machens an: Indem man bewusst chaotisch zeichnet, absurde Texte schreibt oder krumme Linien zulässt, löst man sich von inneren Blockaden. Das bewusste Umarmen des »Fehlers« befreit das Denken und ermöglicht völlig neue Ideen.

So wie Kintsugi aus dem Zerbrochenen etwas Wertvolles macht, erlaubt uns das absichtliche Scheitern, unerwartete kreative Möglichkeiten zu entdecken.

Interessanterweise zeigt sich in beiden Konzepten auch eine psychologische Tiefe. Kintsugi lehrt uns Akzeptanz – anstatt Perfektion anzustreben, lernen wir, das Unperfekte wertzuschätzen. Ähnlich funktioniert die Methode des »schlechten« Gestaltens: Wer absichtlich schlechte Kunst erschafft,

erkennt oft, dass das Ungeplante und Chaotische einen eigenen ästhetischen Wert hat. Dies führt zu einer entspannteren Haltung gegenüber Fehlern und einem spielerischen Umgang mit Kreativität. Zusätzlich fördern beide Ansätze Resilienz. Kintsugi zeigt, dass Brüche Teil der Geschichte eines Objekts sind – ebenso kann das bewusste Zulassen von »Fehlern« die Angst vor dem Scheitern mindern.





Wer sich traut, etwas absichtlich schlecht zu machen, entwickelt eine innere Gelassenheit und erkennt, dass kreative Prozesse nicht linear verlaufen müssen.

Letztlich verbindet Kintsugi und das absichtliche »Schlecht-Machen« eine tiefe kreative Wahrheit: Schönheit liegt nicht in Perfektion, sondern in der Fähigkeit, Fehler als Teil des Ganzen anzunehmen. Wer das versteht, befreit sich nicht nur von kreativen Blockaden, sondern entdeckt eine neue, spielerische Art des Ausdrucks.

Perfektion kann eine Falle sein. Wer immer nur »gute« Ergebnisse erzielen will, blockiert sich oft selbst. Bewiesen ist: Perfektionismus ist einer der größten Kreativitätskiller. Viele Menschen trauen sich nicht, kreativ zu sein, weil sie Angst haben, dass ihr Ergebnis »nicht gut genug« ist. Doch Kreativität lebt

vom Experimentieren – und Fehler sind keine Sackgassen, sondern Sprungbretter für neue Ideen! Eine Studie der Stanford University zeigt, dass Menschen, die sich bewusst erlauben zu scheitern, kreativer und innovativer sind. Sie bleiben flexibler im Denken und trauen sich, neue Wege auszuprobieren.

Kreativität braucht Spielraum – und genau diesen eröffnest du dir, wenn du dir erlaubst, absichtlich »schlecht« zu sein.

Die folgenden 6 Übungen helfen dir, den Perfektionismus loszulassen, neue kreative Wege zu entdecken und mit einem entspannten Blick an deine Ideen heranzugehen.

Diese Übung nutzt genau diesen Effekt: Indem du absichtlich etwas schlecht machst, befreist du dich vom Druck, perfekt sein zu

müssen. Du wirst merken, wie erleichternd es ist, einfach loszulegen, ohne sich über das Ergebnis Gedanken zu machen. Und oft entstehen gerade in diesen »Fehlversuchen« die spannendsten Ideen!



Spaß und
intrinsische
Motivation spielen
eine wesentliche Rolle
bei der
kreativen Entfaltung.

einfach.besser.kreativ.sign.

→ Übung 1 ←

1. Projekt wählen – Entscheide dich für eine kreative Aktivität Anleitung analog-visuell

Jeder große Künstler hat irgendwo angefangen – heute ist dein Startpunkt!«

Kreativität beginnt mit einem ersten Schritt – und genau hier setzt diese Übung an.

Doch oft stehen wir uns selbst im Weg: »Ist meine Idee gut genug?« oder »Was, wenn es nicht gelingt?« Diese Gedanken lähmen uns, noch bevor wir loslegen. Aber was, wenn es heute nicht darum ginge, etwas Perfektes zu erschaffen, sondern einfach nur zu machen?

Diese Übung fordert dich heraus, eine kreative Aufgabe zu wählen – egal ob Zeichnen, Schreiben, Basteln oder ein anderes Medium. Dabei geht es nicht um Können oder

Perfektion, sondern darum, sich auf den Prozess einzulassen. Warum? Weil kreatives Wachstum nur entsteht, wenn wir ins Handeln kommen.

Als Professor für Design und Kreativität weiß ich: Viele große Ideen entstehen nicht aus Perfektion, sondern aus Experimentierfreude. Picasso hat gesagt: »Ich suche nicht, ich finde.« Genau das werden wir hier tun. Du wirst erleben, dass der Akt des Machens wichtiger ist als das Ergebnis.

Bist du bereit? Dann wähle dein Projekt – egal wie simpel oder verrückt – und leg los. **Es gibt kein Richtig oder Falsch, nur die Freude am Tun.**



Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Kein perfekter Plan nötig – das Tun bringt die Inspiration!

Bevor du starten kannst, brauchst du ein Experimentierfeld. Es geht nicht darum, ein perfektes Meisterwerk zu erschaffen, sondern einfach loszulegen – ohne Angst vor Fehlern. Wähle ein Medium, das dich interessiert, und lass dich darauf ein.

1 Wähle ein Medium, das dich anspricht

- Nicht jedes kreative Medium fühlt sich für jeden gleich natürlich an. Teste, was für dich passt.
- Greife intuitiv zu einem Werkzeug, das dich anspricht – Stifte, Papier, Ton, Stoffreste oder was immer dich neugierig macht.
- Entscheide dich bewusst für ein Medium, das du normalerweise vermeidest.

Dadurch verlässt du deine gewohnten Bahnen und öffnest dich für neue Erfahrungen.

- Setze dir eine kurze Entscheidungsfrist. Stell einen Timer auf eine Minute – danach wird gestartet, egal was du gewählt hast.

② **Definiere eine Aufgabe – aber ohne Perfektionsdruck**

- Lege eine grobe Richtung fest, aber halte sie flexibel.
- Wähle eine einfache Aufgabe, z. B. »Male eine Figur mit geschlossenen Augen« oder »Schreibe eine Geschichte in drei Sätzen«.
- Setze dir bewusst eine absurde oder sinnlose Aufgabe, z. B. »Zeichne das hässlichste Gesicht, das du kannst«

oder »Schreibe ein Gedicht über einen Schuh«.

→ Halte dich nicht lange mit Überlegen auf – spontane Ideen sind oft die besten!

3 Fang einfach an – ohne Zögern

→ Viele kreative Blockaden entstehen durch den Gedanken, es »richtig« machen zu müssen.

→ Setze den ersten Strich, schreibe das erste Wort oder klebe den ersten Schnipsel – egal, wie es aussieht.

→ Falls du zögerst, sprich dir selbst Mut zu: »Es geht nur ums Ausprobieren. Alles ist erlaubt.«

→ Mach es bewusst chaotisch oder unkontrolliert – oft entstehen gerade dadurch spannende Ideen!

4 Halte den kreativen Fluss am Laufen

- Es ist normal, dass der Kopf irgendwann dazwischenfunkt – aber du kannst das umgehen.
- Falls du ins Grübeln kommst, verändere das Tempo. Male schneller, schreibe ohne nachzudenken oder reiße Papierstücke blind aus Zeitschriften.
- Erlaube dir, Fehler absichtlich zu machen – sie können zu den besten Ideen führen.
- Arbeite mit Musik, Geräuschen oder Bewegungen, um den Prozess lockerer zu gestalten.

5 Betrachte dein Ergebnis – ohne Bewertung

- Nach der ersten Runde ist es wichtig, dein Werk mit Offenheit zu betrachten.
- Schau dein Werk an, als wäre es nicht von dir. Was fällt dir spontan auf?

- Frage dich: »Was gefällt mir daran?« – statt »Was ist falsch daran?«
- Notiere drei Dinge, die du aus dieser Übung gelernt hast.

6 **Ändere die Parameter und wiederhole die Übung**

- Die spannendsten Erkenntnisse kommen oft beim zweiten oder dritten Versuch.
- Wähle ein neues Medium oder eine andere Aufgabe. Falls du gezeichnet hast, schreibe diesmal. Falls du geschrieben hast, bastle etwas.
- Setze eine neue Einschränkung, z. B. »Male mit der nicht-dominanten Hand« oder »Schreibe nur in Reimen«.
- Falls dir eine unerwartete Idee gekommen ist, verfolge sie weiter. Manchmal entstehen aus Spielereien die besten Konzepte!

Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

Mehr Mut, mehr Flow, mehr Ideen – einfach durch den ersten Schritt!

Die größte Hürde für Kreativität ist oft der Start. Du kennst das sicher: Du hast eine Idee, aber bevor du sie umsetzt, kommen Zweifel. Ist sie gut genug? Wird es funktionieren? Diese Übung hilft dir, diesen inneren Widerstand zu überwinden.

Indem du dich bewusst für ein kreatives Projekt entscheidest – sei es Zeichnen, Schreiben oder Basteln – trainierst du deine Fähigkeit, ins Handeln zu kommen. Du lernst, dass Kreativität keine Inspiration braucht, sondern aus der Praxis entsteht. Wer regelmäßig kreativ arbeitet, entwickelt eine tiefere Verbindung zu seinen eigenen Ideen und erkennt schneller, welche Ansätze Potenzial haben.



Studien zeigen, dass unser Gehirn im kreativen Flow-Zustand neue Verbindungen zwischen Gedanken herstellt. Das bedeutet: Jedes Projekt – egal wie klein oder experimentell – kann die Grundlage für eine bahnbrechende Idee sein. Diese Übung hilft dir, deinen kreativen Muskel zu stärken und Vertrauen in deine eigenen Fähigkeiten aufzubauen.

Das Beste daran: Du brauchst kein Vorwissen oder besondere Talente. Du musst nur anfangen. Je häufiger du diesen Schritt machst, desto natürlicher wird es dir fallen, neue Ideen zu entwickeln und umzusetzen. Kreativität beginnt mit dem ersten Strich, dem ersten Wort, dem ersten Schnitt – also leg los.



Fazit der Übung:

Kreativität braucht kein Talent – nur den Mut, anzufangen!

Kreativität beginnt mit einer bewussten Entscheidung: Du wählst ein Projekt und legst los. Dieser erste Schritt ist entscheidend, denn er hilft dir, den Perfektionismus abzulegen und ins Tun zu kommen. Zu oft warten wir auf den perfekten Moment oder die richtige Inspiration – doch Kreativität entsteht nicht im Kopf, sondern durch das Machen.

Diese Übung zeigt dir, dass es egal ist, womit du startest. Wichtig ist, dass du startest.

Jedes kreative Projekt – sei es eine Skizze, ein Text oder ein Bastelobjekt – bringt dich einen Schritt weiter. Indem du dich für ein Medium entscheidest, trainierst du deine Fähigkeit, Ideen in greifbare Formen zu verwandeln.

Mit der Zeit wirst du merken: Je öfter du diesen Schritt gehst, desto leichter fällt er dir. Du entwickelst eine Routine, die dich unabhängig von Motivation oder äußeren Umständen macht. Deine Kreativität wird nicht länger von Zufällen gesteuert, sondern von deinem eigenen Tun.

Also, wähle dein Projekt und fang an. Dein kreativer Weg beginnt genau hier – mit dem ersten Strich, dem ersten Wort, dem ersten Schnitt.



→ Übung 2 ←

2. Absichtlich übertreiben – Mache es so »schlecht« wie möglich

Vergiss Perfektion – heute zählt nur maximaler Unsinn!

Wir alle wollen gut in dem sein, was wir tun. Doch genau dieser Wunsch kann uns blockieren. Was, wenn du heute absichtlich alles »falsch« machst? Wenn du nicht versuchst, gut zu sein, sondern das Gegenteil? Kreativität lebt von Mut. Und dieser Mut entsteht oft in der völligen Freiheit, Fehler machen zu dürfen. Diese Übung nimmt dir den Druck, perfekt zu sein, und erlaubt dir, spielerisch zu übertreiben. Zeichne absichtlich schiefe Linien, schreibe den schlechtesten Text deines Lebens, bastle mit völlig ungeeigneten Materialien – und genieße es!

Wissenschaftlich betrachtet schalten wir durch absichtliche Imperfektion unsere Bewertungsmechanismen aus. Unser Gehirn denkt nicht mehr »Ist das gut?«, sondern bleibt offen für Überraschungen. Das ist der Schlüssel zu kreativen Durchbrüchen!

Ich habe in meinen Seminaren erlebt, dass Studierende durch genau diese Übung oft ihre originellsten Ideen hatten. Warum? Weil sie sich erlaubt haben, Grenzen zu sprengen. Jetzt bist du dran. Übertreibe, ruiniere, zerstöre – und entdecke dabei neue kreative Möglichkeiten.



Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Je absurder, desto besser – lass die Kontrolle los!

1 Setze dir eine absurde Regel für dein Projekt

- Je absurder, desto besser! Dein Ziel ist es, bewusst gegen Konventionen zu verstoßen.
- Wenn du zeichnest, zeichne mit der nicht-dominanten Hand oder halte den Stift zwischen den Zehen.
- Falls du schreibst, ersetze alle Verben durch Quatschwörter oder baue absichtlich Rechtschreibfehler ein.
- Wenn du bastelst, nutze nur Materialien, die gar nicht zusammenpassen – zum Beispiel nasse Watte und Büroklammern.

2 Erzeuge bewusst Chaos und Unordnung Lass los! Perfektionismus hat hier keinen Platz.

- Male oder schreibe mit geschlossenen Augen.
- Arbeite extrem schnell, ohne nachzudenken – setze dir einen Timer auf 60 Sekunden.
- Mach absichtlich etwas kaputt, um es neu anzuordnen – zerreiße ein Papier oder zerknülle deine Zeichnung.

3 Lass das Unperfekte wirken

Manchmal liegt gerade im »Schlechten« eine besondere Schönheit.

- Betrachte dein Werk und suche nach interessanten Details, die du sonst nicht gemacht hättest.
- Fotografiere oder dokumentiere das Chaos, bevor du weiterarbeitest.
- Frage dich: Welche Elemente sind unerwartet spannend?

4 Teile dein »schlechtes« Werk mit jemandem

Lass andere darauf reagieren – oft erkennen sie Potenzial, das du übersiehst.

- Schicke es einer Person, die dich kreativ ermutigt, und frage: »Was gefällt dir daran?«
- Teile es online oder in einer kreativen Community und beobachte die Reaktionen.
- Erzähle jemandem, was dir an der Übung schwergefallen ist – das hilft, Blockaden zu reflektieren.

5 Entwickle das Chaos weiter

Jede Skizze kann ein neuer Anfang sein.

- Suche ein Element in deinem Werk, das du weiterführen willst. Vielleicht ist ein »schlechter« Strich plötzlich spannend?
- Erlaube dir, das ursprüngliche Konzept komplett zu verändern.

→ Mache eine zweite Version, bei der du ein Detail aus der ersten bewusst übernimmst.

⑥ Wiederhole die Übung – aber mit neuen Regeln

Jedes Mal entsteht etwas anderes!

→ Ändere die Art des Projekts – wenn du geschrieben hast, versuche diesmal zu malen.

→ Wähle eine neue absurde Regel – zum Beispiel »Nur mit drei Farben« oder »Ohne Hilfsmittel«.

→ Vergleiche deine Ergebnisse – was hat sich verändert?



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

**Innovation beginnt da, wo Regeln
keine Rolle spielen!**

Wir sind darauf trainiert, Fehler zu vermeiden. Doch genau dieser Perfektionsdrang

kann unsere Kreativität ersticken. Diese Übung befreit dich von dem Druck, immer alles »richtig« machen zu müssen. Stattdessen lernst du, spielerisch mit Fehlern umzugehen – und genau darin liegt enormes kreatives Potenzial.

Wenn du absichtlich übertreibst und versuchst, dein Werk möglichst »schlecht« zu machen, setzt du dein gewohntes Denken außer Kraft. Dein Gehirn wird gezwungen, neue Wege zu gehen. Dieser Perspektivwechsel kann dir helfen, unerwartete Ideen zu entdecken und dich von konventionellen Mustern zu lösen.

Psychologisch betrachtet trainierst du damit deine kognitive Flexibilität – die Fähigkeit, zwischen verschiedenen Denkweisen zu wechseln. Künstler:innen und Designer:innen nutzen genau diese Technik, um radikal

neue Ansätze zu finden. In meinen Seminaren sehe ich immer wieder, wie Studierende durch diese Methode überraschende kreative Durchbrüche erleben.

Wenn du lernst, Fehler nicht als Hindernis, sondern als kreative Chance zu sehen, wirst du mutiger, freier und experimentierfreudiger. Dein kreatives Selbstvertrauen wächst – und genau das ist der Schlüssel für originelle Ideen. Also, vergiss Perfektion – mach es schlecht, aber mit voller Absicht!





Fazit der Übung:

Das Beste entsteht oft aus dem scheinbar Schlechtesten!

Diese Übung hat dir gezeigt, dass Perfektion nicht das Ziel ist – sondern Freiheit. Indem du bewusst übertrieben hast, hast du erlebt, wie es sich anfühlt, ohne Druck und Erwartungen zu arbeiten. Und genau darin liegt die Kraft dieser Methode.

Kreativität lebt von Mut. Mut, Dinge falsch zu machen. Mut, absurde Ideen zuzulassen. Mut, Grenzen zu ignorieren. Wenn du gelernt hast, das »Schlechte« nicht als Scheitern, sondern als Experiment zu sehen, dann hast du einen riesigen Schritt gemacht. Denn oft entstehen die besten Ideen genau dann, wenn wir aufhören, uns selbst zu zensieren. Du hast außerdem erfahren, dass in jedem

»misslungenen« Werk ein neuer kreativer Ansatz stecken kann. Viele der größten Innovationen der Geschichte entstanden aus Fehlern – und vielleicht auch deine nächste große Idee.

Lass also Perfektion los und genieße den Prozess. Denn wahre Kreativität entsteht, wenn du dich traust, anders zu denken – und vor allem: anders zu machen.



Kreativität lebt von Mut.
Mut, absurde Ideen zuzulassen.
Mut, Grenzen zu ignorieren.

29
IDEEEN UM
KREATIV
ZU BLEIBEN
WAYS TO
STAY
CREATIVE

einfach.besser.kreativ.sign.

→ Übung ③ ←

3. Beobachten – Nimm wahr, wie sich der Prozess anfühlt

Wie fühlt es sich an, ohne Druck kreativ zu sein?

Kreativität ist nicht nur das Endergebnis – sie ist ein Prozess. Und dieser Prozess ist oft viel aufschlussreicher, als wir denken. Doch die wenigsten nehmen sich die Zeit, ihn bewusst wahrzunehmen.

Diese Übung lädt dich dazu ein, genau das zu tun: Halte inne und beobachte. Wie fühlt es sich an, etwas absichtlich schlecht zu machen? Spürst du Widerstand? Lachen? Erleichterung? Ist es befreiend oder irritierend? All diese Reaktionen sind wertvolle Hinweise darauf, wie dein kreatives Denken funktioniert. Psychologisch gesehen aktivierst du dabei dein Metakognitives Bewusstsein – das

bedeutet, du lernst, über deine eigenen Gedanken und Gefühle nachzudenken. Das stärkt nicht nur deine Kreativität, sondern hilft dir auch in anderen Bereichen deines Lebens, flexibler und mutiger zu sein.

Ich ermutige meine Studierenden immer wieder, auf ihre Prozesse zu achten. Denn oft liegt der wahre kreative Fortschritt nicht im Produkt, sondern in dem, was du währenddessen über dich selbst lernst. Also beobachte – ohne zu bewerten. Was passiert, wenn du deine kreative Reise bewusst wahrnimmst?



Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Beobachte deinen eigenen kreativen Prozess – was fällt dir auf?

Diese Übung geht über das Endergebnis hinaus. Sie hilft dir, deine eigenen kreativen Blockaden zu erkennen und zu verstehen, wie du mit Unsicherheit umgehst.

1 Halte während der Übung inne und spüre nach

Achte bewusst darauf, wie du dich fühlst.

→ Notiere spontan, was dir durch den Kopf geht – ohne es zu bewerten.

→ Achte auf deine körperlichen Reaktionen: Fühlst du Anspannung, Frustration oder Leichtigkeit?

→ Erkenne deine inneren Kritiker – welche Stimmen tauchen auf?

2 Vergleiche deine Erwartung mit der Realität

Wie fühlt es sich an, »schlecht« zu arbeiten?

→ Stelle dir die Frage: War die Angst vor Fehlern berechtigt?

→ Identifiziere Momente, in denen du dich unerwartet befreit gefühlt hast.

→ Notiere Überraschungen – was hat Spaß gemacht, obwohl es »schlecht« war?

3 Mache eine Pause und reflektiere

Lass das Erlebte kurz sacken.

- Schließe für einen Moment die Augen und erinnere dich an den Prozess.
- Vergleiche deine Stimmung vorher und nachher – was hat sich verändert?
- Sprich laut aus, was du gelernt hast – das festigt es im Gedächtnis.

4 Teile deine Erfahrung mit jemandem

Andere haben oft ähnliche Gedanken – und das hilft!

- Erzähl einem Freund, was dich überrascht hat.
- Schreib deine Erfahrung in ein Kreativitätstagebuch.
- Lies Berichte von anderen, die ähnliche Übungen gemacht haben.

5 Identifiziere eine Erkenntnis, die du in Zukunft nutzen kannst

Diese Übung bringt dir langfristig mehr Freiheit.

- Notiere eine Sache, die du ab jetzt anders angehen willst.
- Finde eine Methode, mit der du Perfektionsismus loslassen kannst.
- Überlege, wie du kreativen Druck in anderen Projekten reduzieren kannst.

6 Wiederhole die Übung – in einer neuen Situation

Beobachten kann man immer wieder neu.

- Wende die Übung auf eine andere kreative Aufgabe an.
- Mache sie in einer Gruppe und vergleiche Erlebnisse.
- Schreibe auf, wie sich deine Haltung im Laufe der Zeit verändert.



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

Wer den Prozess versteht, kann seine Kreativität gezielt steuern!

Die meisten Menschen konzentrieren sich nur auf das Ergebnis, doch die wahre Magie liegt im kreativen Prozess selbst. Diese Übung hilft dir, bewusster wahrzunehmen, wie du arbeitest, welche Gedanken dich leiten und welche Emotionen dabei aufkommen.

Indem du den Schaffensprozess reflektierst, entwickelst du ein besseres Verständnis für deine eigenen kreativen Muster. Du erkennst, welche Denkweisen dich blockieren und welche dich voranbringen. Diese Selbstwahrnehmung ist entscheidend, um kreative Blockaden langfristig zu lösen.

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass bewusstes Beobachten und Reflektieren dazu

führt, dass sich unser Gehirn neue Verhaltensmuster aneignet. Je öfter du deine kreativen Prozesse hinterfragst, desto leichter wird es dir fallen, in einen produktiven Flow zu kommen.

Viele meiner Studierenden sind überrascht, wenn sie feststellen, dass sie nicht an mangelnder Kreativität scheitern, sondern an ihrer eigenen Bewertung.

Diese Übung hilft dir, Abstand zu gewinnen und deine kreative Arbeit aus einer neuen Perspektive zu sehen. Das macht dich nicht nur freier, sondern auch selbstbewusster in deinem kreativen Schaffen.



Fazit der Übung:

Der Prozess ist genauso wertvoll wie das Ergebnis!

Kreativität ist mehr als nur das Endergebnis – sie ist ein Prozess, und dieser Prozess hat einen Wert für sich. In dieser Übung hast du gelernt, dein eigenes kreatives Arbeiten bewusst wahrzunehmen. Was hat dich inspiriert? Wo gab es Widerstände? Wie hat es sich angefühlt, etwas ohne Druck zu erschaffen?

Diese Reflexion hilft dir, dich selbst besser zu verstehen. Du erkennst Muster in deinem Denken und Arbeiten, identifizierst Blockaden und findest Wege, sie zu lösen. Dein kreatives Potenzial liegt nicht darin, perfekt zu sein, sondern darin, dich mit deinem eigenen Prozess auseinanderzusetzen und ihn gezielt zu steuern.

Je häufiger du dir die Zeit nimmst, deine Kreativität bewusst zu beobachten, desto mehr lernst du über deine eigene Arbeitsweise. Du entwickelst ein Gespür dafür, wann du im Flow bist, welche Bedingungen du brauchst und wie du deine besten Ideen findest.

Also, nimm dir immer wieder einen Moment, um wahrzunehmen, was geschieht – denn genau dort, mitten im Prozess, liegt die wahre Magie der Kreativität.



Meist scheitern wir nicht an mangelnder Kreativität, sondern an der eigenen Bewertung.

einfach.besser.kreativ.sign.

→ Übung 4 ←

4. Reflektieren & Teilen

Kreativität braucht Mut – zeig, was du erschaffen hast!

Der Moment, in dem wir unsere Ideen mit anderen teilen, ist oft der schwierigste. Warum? Weil wir Angst vor Bewertung haben. Doch genau hier kann Magie entstehen – wenn wir uns trauen, unsere Werke sichtbar zu machen.

Diese Übung fordert dich heraus, dein »mislungenes« Werk jemandem zu zeigen. Warum ist das so wertvoll? Weil kreative Prozesse nicht im Vakuum stattfinden. Kunst, Design und Innovation entstehen durch Austausch, durch das Spiel mit Perspektiven. Dein Gegenüber wird Dinge in deinem Werk sehen, die dir selbst verborgen bleiben.

Studien zeigen, dass externe Rückmeldungen uns helfen, blinde Flecken zu erkennen. Doch das funktioniert nur, wenn wir uns trauen, unperfekte Arbeiten zu zeigen. Als Kreativ-Professor sehe ich immer wieder, wie sich Studierende in diesem Moment weiterentwickeln – weil sie merken, dass selbst scheinbar »schlechte« Ideen Potenzial haben.

Also, such dir eine Person, die dich versteht, und teile dein Werk. Beobachte die Reaktion, nimm das Feedback an – und staune, was du daraus machen kannst.



Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Beobachte, wie sich deine Perspektive durch andere verändert!

1 Wähle eine vertrauenswürdige Person

Nicht jede:r kann mit kreativen Experimenten umgehen. Suche jemanden aus, der dich versteht.

- Wähle eine Person, die offen für neue Ideen ist – vielleicht eine:n Freund:in, einen Mentor oder jemanden aus einer Kreativ-Community.
- Erkläre vorab, dass du eine Übung machst und bewusst etwas »Schlechtes« produziert hast. So nimmt dein Gegenüber nicht fälschlicherweise an, du seist unsicher über deine Fähigkeiten.
- Falls du niemanden hast, dem du vertraust, teile dein Werk anonym in einer kreativen Online-Community.

② Beobachte deine eigenen Reaktionen beim Teilen

Was fühlst du in dem Moment, in dem du dein Werk zeigst?

- Achte auf körperliche Reaktionen – wirst du nervös, angespannt oder aufgeregt?
- Notiere deine Gedanken: Welche Ängste tauchen auf? Erwartest du Kritik oder Überraschung?
- Frage dich, warum dir das Teilen schwer oder leichtfällt – erkennst du Muster?

③ Bitte um eine ehrliche, aber konstruktive Rückmeldung

Eine wohlwollende Rückmeldung kann neue Perspektiven eröffnen.

- Stelle gezielte Fragen wie »Was findest du an diesem Entwurf interessant?« statt »Ist es gut oder schlecht?«.

- Bitte die Person, nicht nur auf Fehler zu achten, sondern auch auf spannende oder überraschende Aspekte.
- Falls du dich unwohl fühlst, betrachte die Rückmeldung als reine Information – nicht als Urteil über deine Fähigkeiten.

4 Analysiere die Rückmeldungen und entdecke neue Potenziale

Manchmal erkennen andere Dinge, die uns selbst entgehen.

Markiere Aussagen, die dich überraschen – sie enthalten oft wertvolle Hinweise.

- Überlege, welche Kritik hilfreich ist und welche du ignorieren kannst. Nicht jede Meinung ist relevant.
- Frage dich: Gibt es unbewusste Stärken in deinem Werk, die du weiterentwickeln kannst?

5 Nutze das Feedback als Inspiration für eine neue Version

Jede Rückmeldung kann der Startpunkt für eine neue Idee sein.

- Wähle eine Anmerkung aus, die dich besonders inspiriert, und arbeite sie in eine neue Version deines Werks ein.
- Experimentiere gezielt mit den unerwarteten Elementen, die in der Rückmeldung positiv erwähnt wurden.
- Falls du negatives Feedback bekommen hast, frage dich: »Wie kann ich das ins Positive wenden?«

6 Wiederhole die Übung – mit einer anderen Person oder einem neuen Werk

Jede Perspektive bringt neue Erkenntnisse.

- Teile dein Werk mit einer weiteren Person, die einen anderen Blickwinkel hat.

- Wähle ein völlig anderes Projekt und wiederhole den Prozess.
- Notiere am Ende deine wichtigste Erkenntnis aus dem Teilen und Feedback.



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

Kritik ist kein Urteil – sie kann deine Kreativität beflügeln!

Kreativität braucht Austausch. Doch viele Menschen zögern, ihre Ideen zu zeigen – aus Angst vor Kritik oder Ablehnung. Diese Übung hilft dir, diese Hemmschwelle zu überwinden und zu erkennen, dass Feedback kein Feind, sondern ein Werkzeug ist, um dich weiterzuentwickeln.

Indem du dein Werk einer Person deines Vertrauens präsentierst, lernst du, konstruktives Feedback anzunehmen und deine kreative Arbeit mit anderen Augen zu sehen. Oft entdecken Außenstehende Aspekte, die dir selbst nicht bewusst waren. Das gibt dir neue Impulse und stärkt dein Vertrauen in deine eigenen Ideen.

Psychologisch gesehen trainierst du hier deine Resilienz im kreativen Prozess.

Du lernst, Kritik von Selbstzweifeln zu trennen und sie als wertvolle Rückmeldung zu nutzen. Genau diese Fähigkeit unterscheidet erfolgreiche Kreative von denen, die an sich selbst zweifeln.

In meinen Seminaren erlebe ich immer wieder, dass sich Studierende durch diesen Austausch enorm weiterentwickeln. Denn Kreativität ist kein einsamer Prozess – sie entsteht im Dialog.



Fazit der Übung:

**Kreativität lebt vom Austausch –
öffne deine Welt für neue Impulse!**

Kreativität braucht Mut. In dieser Übung hast du erfahren, wie wertvoll es sein kann, dein kreatives Schaffen nicht nur für dich selbst zu behalten, sondern es einer vertrauenswürdigen Person zu zeigen.

Dieser Schritt ist entscheidend für dein kreatives Wachstum. Denn wenn du dich öffnest und Feedback zulässt, entwickelst du eine neue Perspektive auf dein eigenes Werk. Du erkennst, dass Kritik nicht zerstört, sondern inspiriert. Dass ein externer Blick oft genau die Impulse bringt, die du brauchst, um dich weiterzuentwickeln.

In meinen Seminaren sehe ich immer wieder, wie Menschen durch diesen Austausch wachsen. Denn Kreativität ist kein einsamer Prozess – sie lebt von Dialog, von Reaktionen, von neuen Sichtweisen.

Wenn du diese Übung verinnerlichst, wirst du merken: Der größte Schritt ist nicht das Erschaffen, sondern das Zeigen. Und je öfter du diesen Schritt gehst, desto mehr wirst du daran wachsen – nicht nur kreativ, sondern auch persönlich.

→ Übung 5 ←

5. Überlege, was aus diesem »schlechten« Entwurf entstehen könnte

Schlechte Ideen? Nein – nur unentdeckte Möglichkeiten!

Hast du schon mal eine Idee verworfen, die später genial gewesen wäre? Oft sind es genau die »schlechten« Entwürfe, aus denen etwas völlig Neues entsteht.

Diese Übung lädt dich ein, dein Werk nicht als Endpunkt, sondern als Ausgangspunkt zu sehen. Kreative Durchbrüche passieren selten auf Anhieb. Sie entstehen durch Weiterentwicklung, durch das Entdecken unerwarteter Möglichkeiten.

In der Design- und Innovationsforschung spricht man vom Prinzip der »Serendipität« – die Kunst, zufällige Entdeckungen gezielt zu nutzen. Viele der größten Erfindungen der

Geschichte – vom Post-it bis zur abstrakten Kunst – entstanden aus vermeintlichen Fehlern.

Ich habe in meiner Arbeit oft erlebt, dass Studierende genau hier ihren Stil gefunden haben: indem sie sich mit einem »Missgeschick« weiterbeschäftigt haben. Was passiert, wenn du dein Werk als Rohmaterial für etwas völlig Neues nutzt? Experimentiere – du wirst überrascht sein, was möglich ist.



Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

**Setze den nächsten kreativen Schritt –
was kannst du weiterentwickeln?**

Kreativität bedeutet, im Unfertigen Möglichkeiten zu entdecken. Diese Übung hilft dir, vermeintlich »misslungene« Werke als Ausgangspunkt für Neues zu nutzen.

1 Betrachte dein Werk mit einem frischen Blick

Tu so, als hätte jemand anderes es erschaffen.

- Lege dein Werk für einige Stunden oder einen Tag zur Seite und betrachte es später mit Abstand.
- Stell dir vor, es wäre das Werk eines berühmten Künstlers oder Designers – was könntest du darin erkennen?
- Fotografiere oder scanne dein Werk und bearbeite es digital weiter – oft entstehen so neue Ideen.

2 Zerlege dein Werk in Einzelteile

Manchmal steckt die Innovation im Detail.

- Identifiziere mindestens drei Elemente, die Potenzial haben – eine Form, eine Farbkombination oder eine Wortspielerei.

→ Isoliere diese Elemente und frage dich:
Wie könnte ich sie in einem neuen
Kontext nutzen?

→ Experimentiere damit, Teile des Werks
herauszuschneiden, neu anzuordnen
oder zu kombinieren.

3 Entwickle ein neues Konzept basierend auf dem »Mislungenen«

Manche der größten Erfindungen ent-
standen aus Fehlern!

→ Überlege, welche Geschichte oder welches
Konzept sich aus deinem »schlechten«
Werk ableiten lässt.

→ Nutze dein Werk als Inspirationsquelle
für ein neues Projekt in einer anderen
Disziplin.

→ Definiere eine neue Aufgabe: Wie kannst
du das, was »schlecht« war, in etwas
bewusst Gewolltes verwandeln?

4 Erschaffe eine Weiterentwicklung oder eine Neuinterpretation

Nichts muss so bleiben, wie es ist.

- Wandle dein Werk komplett um, indem du eine neue Technik oder ein neues Material hinzufügst.
- Führe bewusst »Fehler« weiter – oft entstehen daraus innovative Stile.
- Übermale, überschreibe oder zerstöre dein Werk gezielt – und schaue, was daraus Neues entsteht.

5 Teile dein Experiment mit anderen und sammle neue Ideen

Deine unperfekte Idee könnte andere inspirieren.

- Frage andere, was sie in deinem Werk sehen – manchmal entdecken sie völlig neue Ansätze.

- Veröffentliche dein Werk mit einer kurzen Erklärung zum Prozess – das kann andere motivieren.
- Lass eine andere Person mit deinem Werk weiterarbeiten und beobachte, was daraus entsteht.

⑥ Wiederhole die Übung – mit einer anderen Perspektive

Kreativität wächst mit jedem neuen Blickwinkel.

- Wiederhole die Übung mit einer anderen Technik oder einem anderen Medium.
- Nutze eine zufällige Einschränkung – zum Beispiel nur eine Farbe oder nur 10 Wörter.
- Frage dich: »Was wäre, wenn dieses Werk ein geniales Designkonzept wäre?«



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

Nichts ist umsonst – jede Idee kann eine neue Richtung nehmen!

Kreativität bedeutet, das Unerwartete zu entdecken. Und oft sind es genau die Werke, die wir für »misslungen« halten, aus denen die besten Ideen entstehen. Diese Übung zeigt dir, wie du aus scheinbar nutzlosen Entwürfen wertvolles Rohmaterial für neue kreative Ansätze machst.

Unser Gehirn neigt dazu, schnell zu urteilen: »Das ist nichts wert.« Doch in Wahrheit steckt in jedem Entwurf eine Möglichkeit. Indem du dich bewusst mit deinem »schlechten« Werk beschäftigst, trainierst du deine Fähigkeit, Potenziale zu erkennen und weiterzuentwickeln. Diese Technik wird von Künstler:innen, Designer:innen und Innovationsforschendengennutzt, um überraschende

Durchbrüche zu erzielen. Viele berühmte Ideen – von der abstrakten Malerei bis zum modernen Produktdesign – entstanden aus vermeintlichen Fehlern.

Oft erlebe ich, wie Studierende durch diesen Perspektivwechsel echte Aha-Momente erleben. Statt etwas wegzuwerfen, entwickeln sie es weiter – und genau das ist der Kern kreativer Innovation.



Fazit der Übung:

**In jedem Fehler steckt eine neue
Möglichkeit – nutze sie!**

Diese Übung hat dir gezeigt, dass nichts wirklich wertlos ist – selbst dann nicht, wenn es auf den ersten Blick »schlecht« erscheint. Jedes kreative Werk kann ein Ausgangspunkt für etwas Neues sein.

Oft verwerfen wir Ideen zu früh, weil sie



nicht unseren Erwartungen entsprechen. Doch wenn du gelernt hast, hinter das Offensichtliche zu blicken, wirst du feststellen: In jedem Entwurf steckt Potenzial. Vielleicht nicht in seiner jetzigen Form, aber in der Möglichkeit, ihn weiterzuentwickeln. Diese Denkweise ist essenziell für kreatives Arbeiten. Denn Innovation entsteht nicht aus Perfektion, sondern aus dem Mut, Dinge weiterzudenken. Also, bevor du etwas als »mislungen« abtust – schau noch einmal genau hin. Was könnte daraus entstehen? Welche Elemente lohnen sich, weitergeführt zu werden? Wenn du lernst, Fehler als Chancen zu sehen, öffnest du dir die Tür zu völlig neuen Ideen.

→ Übung 6 ←

6. Wiederhole die Übung – Ändere die Parameter

**Jede Wiederholung bringt dich weiter –
probiere neue Variationen aus!**

Kreativität ist kein einmaliges Ereignis, sondern ein fortlaufender Prozess. Je öfter du experimentierst, desto größer wird dein kreatives Repertoire. Genau darum geht es in dieser Übung: Wiederhole das Experiment – aber mit veränderten Bedingungen.

Warum? Weil unser Gehirn durch Variation lernt. Indem du Parameter änderst – sei es das Material, die Geschwindigkeit oder die Regeln – trainierst du deine kreative Flexibilität.

Studien aus der Kognitionswissenschaft zeigen, dass genau diese Flexibilität eine der Hauptfähigkeiten kreativer Menschen ist. In meinen Seminaren lasse ich Studierende

dieselbe Aufgabe mehrfach wiederholen – und jedes Mal entdecken sie neue Aspekte. Ein kleiner Wechsel kann völlig neue Ideen auslösen. Nun bist du dran: Ändere etwas, was du beim ersten Mal gemacht hast. Füge eine neue Einschränkung hinzu oder wechsle das Medium.

Jede Wiederholung bringt dich weiter. Also: Starte neu, ändere etwas und beobachte, was passiert. Kreativität entfaltet sich durch kontinuierliches Erkunden.



Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Wiederhole die Übung, aber setze dir bewusst neue Einschränkungen!

Die spannendsten Ideen entstehen oft erst beim zweiten oder dritten Versuch.

1 Ändere eine zentrale Regel der Übung

Neuer Input erzeugt neue Ergebnisse.

- Erlaube dir diesmal, etwas absichtlich »halb gut« zu machen – was verändert sich?
- Nutze ein anderes Medium: Wenn du gezeichnet hast, schreibe stattdessen.
- Arbeite in einem völlig anderen Tempo – extrem langsam oder extrem schnell.

2 Wechsle die Perspektive

Manchmal reicht ein kleiner Perspektivwechsel, um etwas völlig Neues zu entdecken.

- Sieh dein »schlechtes« Werk mit den Augen einer anderen Person – wie würde jemand mit ganz anderem Hintergrund darauf reagieren?
- Betrachte dein Werk aus einer völlig anderen Stimmung heraus: Wie sieht es aus, wenn du es als komisch, dramatisch oder völlig absurd empfindest?

→ Spiele mit Größenverhältnissen: Wenn du etwas Kleines gezeichnet hast, stelle dir vor, es wäre riesig – oder umgekehrt.

3 Begrenze dich bewusst

Kreativität entfaltet sich oft besonders stark, wenn wir uns bewusst Einschränkungen setzen.

→ Wähle nur drei Farben, drei Wörter oder drei Materialien, um deine nächste »schlechte« Version zu erstellen.

→ Arbeite mit einer Hand oder nur mit deiner nicht-dominanten Hand.

→ Setze dir eine Zeitbegrenzung: Was kannst du in exakt zwei Minuten umsetzen?

4 Mache es noch absurder

Wenn du dachtest, dein Werk sei schon »schlecht« – übertreibe noch mehr.

- Drehe eine zentrale Eigenschaft um:
Wenn dein Werk chaotisch ist, mache es jetzt übertrieben geordnet.
- Erzeuge eine absurde Kombination: Was passiert, wenn du etwas »Schlechtes« mit etwas völlig anderem verbindest? (z. B. ein schlechtes Gedicht mit einer schlechten Zeichnung).
- Ersetze einen zentralen Bestandteil durch etwas völlig Unpassendes – etwa eine ernste Aussage durch eine völlig übertriebene Metapher.
- 5 Entwickle eine neue Regel für dich selbst**
Kreativität lebt von individuellen Spielregeln – erfinde deine eigenen.
- Lege eine persönliche Regel fest, die deine nächste Version »noch schlechter« macht – vielleicht musst du immer rückwärts schreiben oder mit geschlossenen Augen arbeiten.

- Erstelle eine völlig übertriebene Anleitung für dein Werk – als wäre es die ernsteste Kunstform der Welt.
- Verbiете dir eine zentrale Technik, die du sonst nutzt – was verändert sich dadurch?
- ⑥ Kombiniere deine bisherigen Ergebnisse**
Häufig entsteht durch Kombination völlig neuer kreativer Output.
 - Nimm zwei deiner bisherigen »schlechten« Ergebnisse und fusioniere sie zu etwas Neuem.
 - Betrachte deine bisherigen Versuche als Material für eine Collage – kombiniere Teile aus unterschiedlichen Experimenten.
 - Schreibe eine kleine Geschichte oder eine Erklärung zu deinen bisherigen Werken – als wären sie absichtlich genau so gewollt.



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung: **Jede kleine Veränderung öffnet neue kreative Denkwege!**

Kreativität ist kein Zufall, sondern Übung. Je öfter du experimentierst, desto besser wirst du darin, neue Ideen zu entwickeln. Diese Übung hilft dir, Routinen zu durchbrechen und dein kreatives Denken gezielt zu erweitern.

Indem du die Parameter veränderst – das Material, die Zeit, die Methode – trainierst du deine Fähigkeit, flexibel zu denken. Studien zeigen, dass genau diese Anpassungsfähigkeit ein Schlüsselmerkmal kreativer Menschen ist. Wer variabel bleibt, kann sich schneller an neue Herausforderungen anpassen und innovative Lösungen finden.

In meiner Arbeit als Kreativ-Professor sehe ich oft, wie Studierende ihre größten Fortschritte machen, wenn sie nicht bei einem Versuch stehenbleiben, sondern bewusst weiter experimentieren.

Also, setze die Übung noch einmal um – aber anders. Begrenze dich zeitlich, benutze ein ungewohntes Medium oder arbeite mit einer völlig neuen Herangehensweise. Jede Wiederholung bringt dich näher an dein kreatives Potenzial. Sei mutig, probiere aus – und erlebe, wie deine Kreativität sich entfaltet.



Fazit der Übung:

Bleib neugierig, spielerisch und offen – das ist der wahre kreative Prozess!

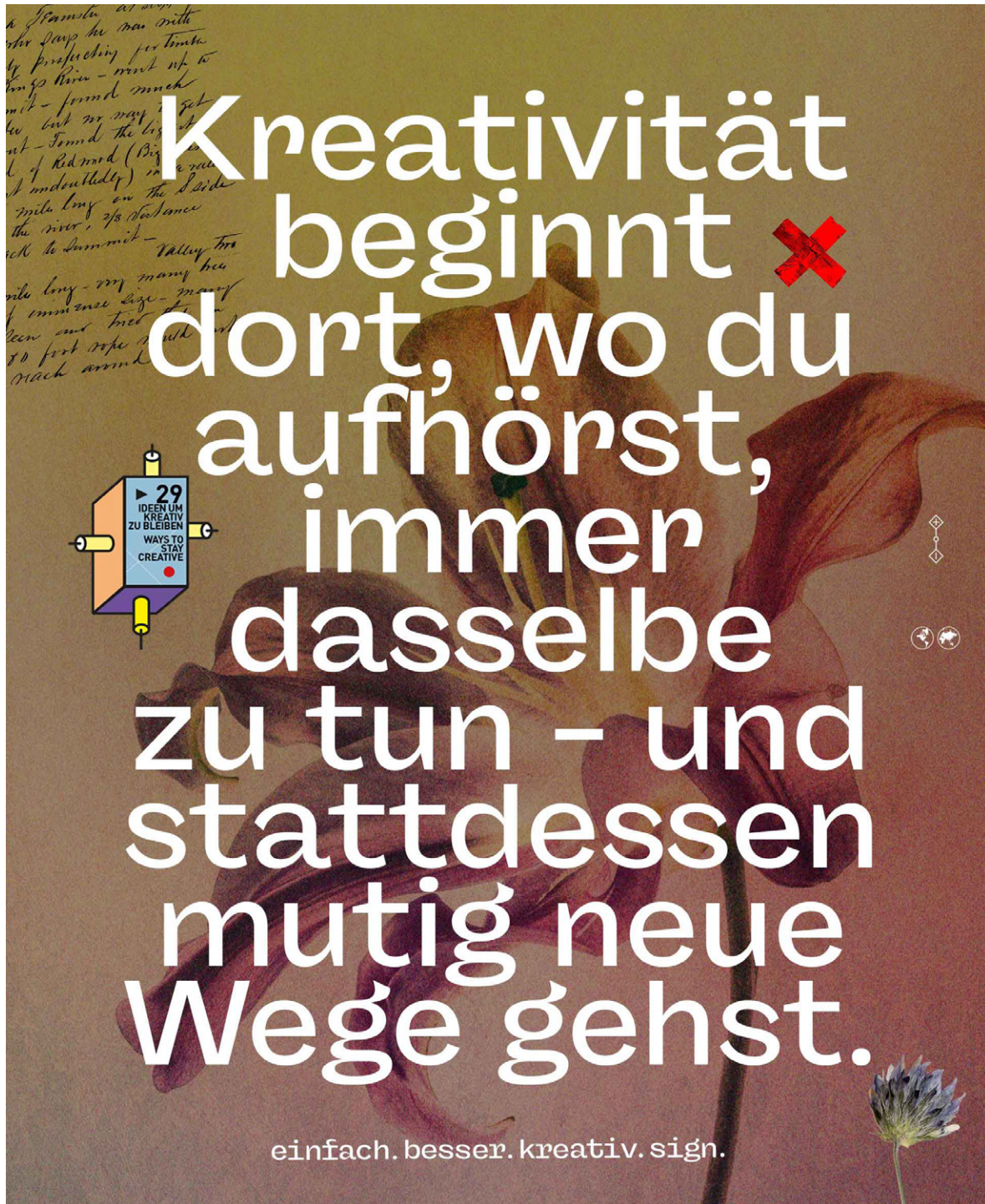
Kreativität ist kein einmaliges Ereignis, sondern eine Fähigkeit, die sich mit jeder

Wiederholung verbessert. Diese Übung hat dir gezeigt, dass es sich lohnt, ein Experiment nicht nur einmal durchzuführen, sondern mit verschiedenen Parametern zu spielen. Jedes Mal, wenn du eine neue Herangehensweise ausprobierst – ein anderes Medium, eine andere Zeitvorgabe, eine ungewohnte Einschränkung – forderst du dein Gehirn heraus. Und genau darin liegt das Geheimnis echter kreativer Durchbrüche.

Wenn du diese Übung regelmäßig machst, wirst du feststellen, dass du flexibler denkst und neue Ideen schneller entstehen. Dein kreatives Selbstvertrauen wächst, weil du erkennst, dass es nicht nur eine »richtige« Lösung gibt, sondern unendlich viele Möglichkeiten.

Also, bleib neugierig. Spiele mit den Regeln. Verändere die Bedingungen. Denn wahre

Kreativität beginnt dort, wo du aufhörst,
immer dasselbe zu tun – und stattdessen
mutig neue Wege gehst.



Kreativität ~~beginnt~~
dort, wo du
aufhörst,
immer
dasselbe
zu tun – und
stattdessen
mutig neue
Wege gehst.

einfach. besser. kreativ. sign.

Zusammenfassung des Moduls

Perfektion ist eine der größten Kreativitätsblockaden. Wir streben nach makellosen Ergebnissen, wollen fehlerfrei arbeiten und scheuen uns davor, etwas »schlechtes« zu produzieren. Doch genau hier liegt das Problem: Die Angst vor Fehlern erstickt unseren kreativen Prozess, noch bevor er richtig beginnt. In diesem Modul durchbrechen wir diesen lähmenden Perfektionsdrang, indem wir bewusst das Gegenteil tun – absichtlich etwas Schlechtes erschaffen. Kreativität bedeutet oft, etwas perfekt machen zu wollen – aber was passiert, wenn du diesen Anspruch bewusst umdrehst? Genau das erkundest du in diesem Modul. Es fordert dich heraus, die Angst vor Fehlern loszulassen, den inneren Perfektionismus zu hinterfragen und kreativ zu experimentieren,

indem du absichtlich etwas »schlecht« machst. Ob du ein unharmonisches Bild malst, eine holprige Geschichte schreibst oder eine absurde Melodie komponierst – das bewusste Erschaffen von »minderwertiger« Arbeit befreit dich von kreativen Blockaden. Du entdeckst, dass der Zwang zur Perfektion oft Innovation verhindert und dass der Mut zum Scheitern ungeahnte kreative Möglichkeiten eröffnet.

Diese Übung ist provokant, herausfordernd und unglaublich befreiend. Sie zwingt dich, gewohnte Muster zu durchbrechen, konventionelle Regeln infrage zu stellen und den Wert des Unperfekten zu erkennen. Dabei erlebst du, dass kreative Ideen oft genau dann entstehen, wenn du sie nicht kontrollieren willst. Durch das gezielte »Schlechtmachen« erkennst du auch, wie willkür-

lich viele kreative Maßstäbe sind. Was du als schlecht empfindest, kann für jemand anderen originell oder inspirierend sein. Die Übung führt dir vor Augen, dass Kreativität nicht objektiv messbar ist – und dass das Streben nach Perfektion oft eine Bremse statt eines Antriebs ist.

Nutzen des Moduls:

Warum das absichtliche Scheitern deine Kreativität beflügelt

Dieses Modul hilft dir, kreative Blockaden zu lösen und deinen Perfektionismus zu hinterfragen. Indem du dich bewusst von Perfektionsansprüchen löst, wirst du mutiger, experimentierfreudiger und offener für neue Ideen. Fehler sind nicht das Ende eines kreativen Prozesses – sie sind oft erst der Anfang.

😊 Befreiung von der Angst vor Fehlern:

Du lernst, dass kreative Prozesse nicht linear verlaufen und dass Fehler keine Bedrohung, sondern eine Möglichkeit zur Weiterentwicklung sind.

😊 Steigerung der Experimentierfreude:

Indem du gezielt »schlechte« Ideen entwickelst, trainierst du deine Fähigkeit, außerhalb gewohnter Muster zu denken und neue Perspektiven zu entdecken.

😊 Erweiterung des kreativen Spielraums:

Du erkennst, dass Kreativität nicht an Perfektion gekoppelt ist. Vielmehr entsteht oft gerade aus dem Ungeplanten und Imperfekten etwas völlig Neues.

😊 Neuer Zugang zur Kreativität:

Du begreifst, dass Kreativität nicht nur aus bewusster Kontrolle besteht, sondern auch aus Chaos, Zufall und spielerischer Neugier.

😊 Mehr Leichtigkeit und Spaß:

Durch das bewusste »Scheitern« entsteht eine neue Lockerheit im kreativen Arbeiten. Du kannst dich ohne Druck ausprobieren und entwickelst dadurch eine natürlichere Beziehung zu deinen Ideen.

Dieses Modul ist eine radikale Befreiung von der ständigen Erwartung, »gut« oder »richtig« sein zu müssen. Es hilft dir, spielerisch mit Fehlern umzugehen, die Angst vor Bewertungen zu verlieren und einen neuen Zugang zu deiner kreativen Energie zu finden.

Einer der größten Vorteile dieser Übung ist, dass sie dir eine neue Perspektive auf das Konzept von »gut« und »schlecht« gibt. Wenn du dich darauf einlässt, absichtlich etwas Unfertiges, Hässliches oder Unharmonisches zu erschaffen, wirst du erken-



nen, dass gerade diese Imperfektion oft die spannendsten Ergebnisse hervorbringt. Viele künstlerische und kreative Durchbrüche entstanden aus vermeintlichen Fehlern oder gezieltem Regelbruch.

Ein weiterer Vorteil: Du lernst, kreativen Druck loszulassen. Wenn Perfektionismus dich lähmt, kann diese Übung ein Ventil sein, um wieder in den kreativen Flow zu kommen. Sie zeigt dir, dass das Wichtigste der kreative Prozess selbst ist – nicht das Urteil anderer oder ein vermeintlich perfektes Endergebnis. Außerdem trainierst du deine Fähigkeit zum Querdenken. Indem du dich von der Idee verabschiedest, etwas »richtig« machen zu müssen, begibst du dich in einen Raum voller neuer Möglichkeiten. Plötzlich entdeckst du in deinem »schlechten« Werk

überraschende Elemente, die du vielleicht in ein späteres, »gutes« Projekt überführen kannst.

Schließlich hilft dir diese Übung, kreativen Mut zu entwickeln. Wer sich traut, absichtlich »schlecht« zu sein, zeigt sich selbst, dass Fehler nichts Schlimmes sind – sondern ein integraler Bestandteil des kreativen Prozesses.

Zentrale Erkenntnisse des Moduls

😊 **Kreativität lebt von Fehlern und Chaos.**

Die größten Innovationen entstehen oft durch unkonventionelles Denken und das bewusste Verlassen der Komfortzone.

😊 **»Schlecht« ist subjektiv.**

Was du als misslungen empfindest, kann für andere spannend, ungewöhnlich oder inspirierend sein.

😊 Perfektion ist eine Illusion.

Wer sich zu sehr auf das perfekte Ergebnis fokussiert, nimmt sich die Möglichkeit, wirklich originelle Ideen zu entwickeln.

😊 Regeln zu brechen, führt zu neuen Ideen.

Viele große Innovationen sind entstanden, weil jemand bewusst oder unbewusst die Konventionen missachtet hat.

😊 Fehlritte führen oft zu den spannendsten Ergebnissen.

Das absichtliche »Schlechtmachen« kann zufällige Elemente hervorbringen, die dich auf völlig neue Ideen bringen.

😊 Die Erwartung von Perfektion schränkt dein kreatives Potenzial ein.

Wenn du versuchst, immer nur »gut« zu sein, vermeidest du Risiken – und damit auch mögliche geniale Entdeckungen.

😊 Dein eigener Maßstab kann sich verändern.

Oft merkst du erst im Nachhinein, dass etwas, das du als »schlecht« empfunden hast, eine besondere Qualität besitzt.

😊 Mut zur Imperfektion macht kreativer und freier.

Wer sich traut, schlecht zu sein, kann alles erschaffen – ohne Angst vor Urteil oder Versagen.

Abschließendes Fazit:

Die Kunst, unperfekt zu sein

Dieses Modul ist eine Einladung, kreativ zu spielen, sich von Erwartungen zu befreien und den kreativen Prozess neu zu erleben. Es zeigt dir, dass vermeintlich schlechte Ideen oft nur unentdeckte Chancen sind

und dass wahre Kreativität erst dann entsteht, wenn du aufhörst, dich selbst zu zensieren. Diese Übung ist mehr als nur ein spielerisches Experiment – sie ist eine Einladung, deine kreativen Grenzen neu zu definieren. Sie zeigt dir, dass Fehler nicht das Gegenteil von Erfolg sind, sondern ein natürlicher Teil des kreativen Prozesses. Kreativität ist kein starres Konzept, sondern eine dynamische Bewegung – und Bewegung bedeutet Veränderung. Wer sich traut, gezielt gegen Erwartungen zu verstoßen, gewinnt nicht nur neue Erkenntnisse, sondern auch eine tiefere Verbindung zur eigenen Kreativität.

Mit diesem Modul entwickelst du eine neue innere Freiheit. Du erkennst, dass Fehler kein Scheitern bedeuten, sondern ein wertvoller Teil jedes kreativen Prozesses sind. Diese


Erkenntnis wird dich nicht nur in deiner kreativen Arbeit weiterbringen, sondern auch im Leben mutiger und spielerischer machen. Indem du bewusst »schlecht« arbeitest, verlierst du die Angst davor, Fehler zu machen.

Du erlebst, dass aus Chaos, Imperfektion und Zufall oft die spannendsten Ideen entstehen. Und du erkennst, dass Perfektion nicht der Schlüssel zu Kreativität ist – sondern Mut, Neugier und Experimentierfreude. Diese Erfahrung kann dein gesamtes kreatives Denken verändern. Du wirst merken, dass du nach dieser Übung freier, spielerischer und experimentierfreudiger an deine Projekte herangehst. Und vielleicht stellst du fest, dass das, was du als »schlecht« erschaffen hast, in Wahrheit eine ganz eigene Qualität besitzt – eine, die du in einem durch-

geplanten, perfekten Prozess niemals erreicht hättest.

**Die größte Lektion dieses Moduls ist:
Kreativität lebt nicht von Perfektion. Sie lebt vom Mut, Unbekanntes zu erkunden, Regeln zu hinterfragen und Fehler als das zu sehen, was sie wirklich sind – Chancen für Wachstum und neue Ideen.**

Also: Trau dich, schlecht zu sein – und sieh, was passiert!



Kreativität lebt
nicht von
Perfektion.
Sie lebt vom
Mut,
Unbekanntes
zu erkunden.



einfach. besser. kreativ. sign.

Super, du hast es geschafft, Gratulation.

Mit diesem Workbook hast du nun eine Anleitung zu dem Thema:

»Versuch etwas absichtlich schlecht zu machen«

aus der Kreativ-Challenge der →29 Wege zu mehr Kreativität®←

erhalten. Das ist »ein« Einblick in die unendlichen Möglichkeiten

der Kreativität. Es soll dir, und das ist mein Ziel,

die Angst zu nehmen, »Nicht« kreativ zu sign.

Wenn du noch mehr ganz konkrete und detaillierte

Anleitungen und Übungen haben möchtest, wenn du

wissen willst, welche Vorteile die Übungen für dich und deine

Kreativität, dein Leben und dein Selbstbewusstsein haben, dann

empfehle ich dir das Modul:

»Das Improvisations-Spiel – Lass dich überraschen!«

mit über 60 Seiten und 60 Übungen für

EINFACH. BESSER.KREATIV.SIGN.

Sei dabei, mit dem Herzen, dem Kopf, deinem Bauch

(Gefühl) und arbeite mit deiner Hand. Ich wünsche dir jetzt

für deine kommende Zeit gaaaanz viel kreativen Input,

viel Mut, etwas Geduld und auch etwas Ausdauer.



Du kannst dir das Modul entweder über diesen

Link: <https://lmy.de/YtzvR> sichern oder du scannst einfach den QR-Code und kommst direkt auf die Website. **KEIN FAKE, KEIN SPAM, versprochen.**

DU BIST, WAS DU DENKST ODER DENKST DU WAS DU BIST?
DU BIST DER DESIGNER DEINER UTOPIEN



MUTIG SIGN. BESONDERS SIGN. LEBEN SIGN.
UNABHÄNGIG SIGN. MENSCH SIGN.

WENN DU DIR ES VORSTELLEN KANNST,
KANNST DU ES AUCH ÄNDERN.
GESTALTE DEINE ZUKUNFT –
SEI TEIL DEINER MACHBAREN UTOPIEN.

Eine letzte Anmerkung für dich:

Mit diesem Workbook will ich dir zeigen, dir ehrlich beweisen, wie kreativ du sein kannst und dich animieren und zu motivieren, weiter zu machen, nicht aufzugeben.

Schnell wirst du merken, wie du von mal zu mal besser wirst und deine Arbeiten ein neues Level erreichen.

Allerdings, und das ist meine Erfahrung aus der (Lehr)Zeit mit den Studies, du musst oder solltest »dran« bleiben und nicht aufgeben.

In der Kreativität gibt KEIN RICHTIG und KEIN FALSCH. Lass dich nicht entmutigen wenns mal nicht so schnell klappt wie gedacht und wie es dein »Anspruch« dir vielleicht vorgibt.

DENK DRAN:





Impressum:

EINFACH.BESSER.KREATIV.SIGN®

Bredowstr. 27

10551 Berlin

Autor: Prof. Ralf K. Röttjer

Kontakt: +49 (0)176-50 33 89 93 oder

einfach@besser-kreativ-sign.de } www.besser-kreativ-sign.de

Bilder: Ralf K. Röttjer, LifeSign-Akademie©

Alle Rechte vorbehalten.

Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung von Besser.Kreativ.Sign©

Gender-Hinweis

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird in dem vorliegenden Arbeit die gewohnte männliche Sprachform bei personenbezogenen Substantiven und Pronomen verwendet. Dies impliziert jedoch keine Benachteiligung des weiblichen Geschlechts, sondern soll im Sinne der sprachlichen Vereinfachung als geschlechtsneutral zu verstehen sein.

Alle hier von mir vorgeschlagenen Übungen und Anleitungen, basieren auf den Erkenntnissen meiner Seminare zum Thema Kreativität, Kommunikationsdesign und Designmanagement. Du kannst die Übungen so direkt nachmachen und übernehmen, sie garantieren immer einen kreativen Erfolg – aus meiner Lehrzeit und Erfahrung als Professor für Design. Du kannst aber natürlich alle Übungen abwandeln und nach deinen Bedürfnissen anpassen.



Dinge absichtlich schlecht zu machen ist eine Art- jetzt entdecke die unendliche Magie der Kreise!

Du hast erlebt, wie aus zufälligen Alltagsobjekten völlig neue entstehen können – indem du sie anders miteinander verbindest, neu kombinierst und ihre ursprüngliche Funktion entkommst.

Doch jetzt stell dir vor: Was, wenn du nicht nur Dinge verbindest, sondern die grundlegenden Bausteine aller Gestaltung selbst nutzt – **Kreise und Punkte?**

- ☺ Was, wenn du mit den einfachsten Formen – den Grundelementen aller Kunst, Architektur und Designs – spielst, experimentierst und sie in deine kreative Sprache übersetzt?
- ☺ Wie verändern sich deine Ideen, wenn du das Chaos von Alltagsobjekten hinter dir lässt und dich auf die Essenz der Form konzentrierst?
- ☺ Wie kannst du Kreise und Punkte gezielt einsetzen, um Strukturen, Muster und neue visuelle Ideen zu erschaffen?

Genau hier setzt die Checkliste **»Kreativ-Power von Kreisen + Punkten«** an! **Kreise und Punkte sind mehr als nur einfache Formen – sie sind pure kreative Energie. Sie stehen für Bewegung, Dynamik, Harmonie, aber auch für Brüche und Rhythmen.** Jede große Gestaltung beginnt mit ihnen – sei es in der Natur, im Design oder in der Kunst.

- ➔ Lass uns jetzt einen Schritt weitergehen – von der spielerischen Verbindung von Objekten zur gezielten Nutzung von Kreisen und Punkten als kreative Werkzeuge.
- ➔ Entdecke, wie du mit diesen einfachen Elementen komplexe Ideen entwickeln kannst – und sicher dir jetzt die Checkliste!

➔➔➔➔➔➔➔➔➔ Direkt zur »Kreativ-Power von Kreisen + Punkten«

Die Macht der Punkte und Kreise

Wie du mit 9 Hacks und kleinen Schritten großartige Bilder und Designs erschaffst.

Hast du Schwierigkeiten, deine kreative Power zu entfesseln und coole Designs zu entwickeln?

Die Checkliste zur Kreativ-Power von Kreisen+Punkten ist die Lösung, nach der du gesucht hast! Mit den 9 ultimativen Hacks und praktischen Übungen wirst du lernen, wie du die Einfachheit von Kreisen und Punkten nutzen kannst, um deine Kreativität zu



steigern und beeindruckende Ergebnisse zu erzielen. Entdecke die verborgenen Möglichkeiten von Kreisen und lass dich von ihrer Vielseitigkeit überraschen. Mit dieser Checkliste wirst du lernen, wie du diese einfache Form in deinen kreativen Prozess integrieren kannst, um deine Designs zu bereichern und neue Impulse zu erhalten.

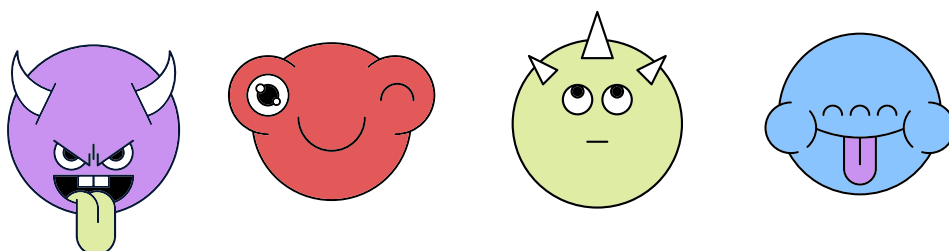
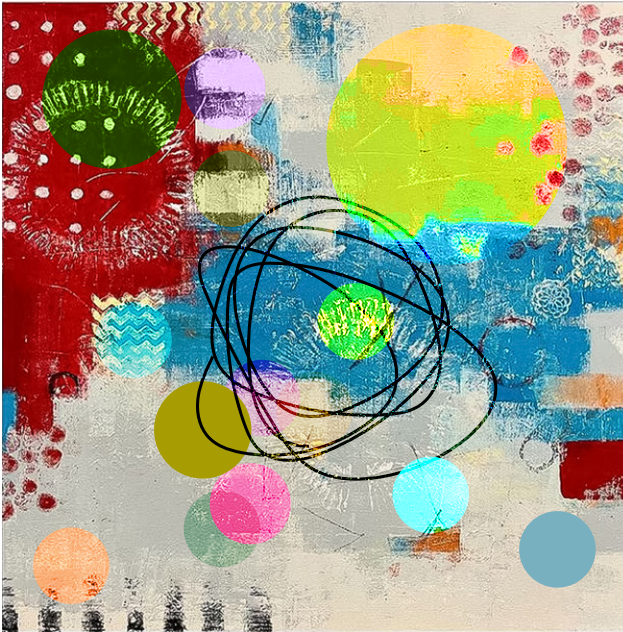
Für mehr Informationen einfach den Link kopieren oder den QR-Code mit deinem Smartphone scannen: <https://lmy.de/ovhBv>

Dann kommst du direkt auf die Website. KEIN SPAM, KEIN FAKE, versprochen!

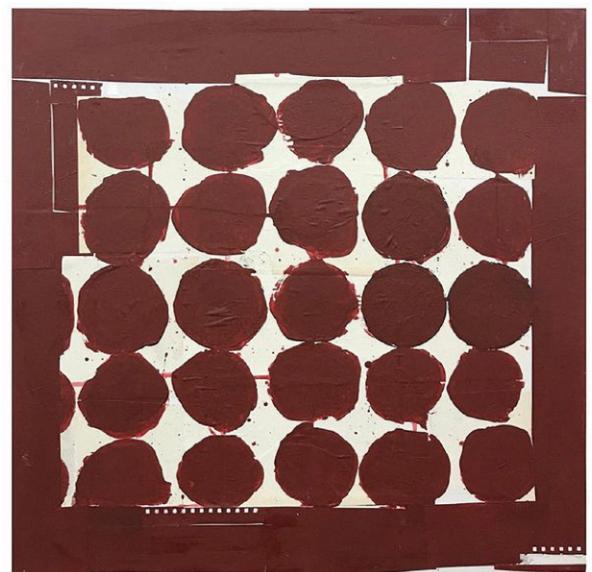
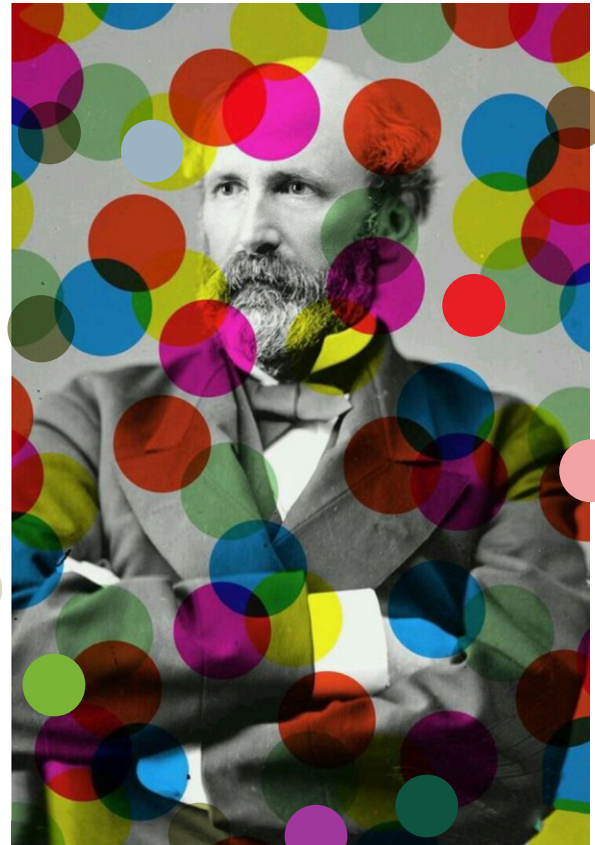
Beispiele gestalterisch- machbarer Möglichkeiten mit Kreisen und Punkten



Beispiele gestalterisch- machbarer Möglichkeiten mit Kreisen und Punkten



Beispiele gestalterisch- machbarer Möglichkeiten mit Kreisen und Punkten



Jedes »Scheitern« zählt – und du hast gelernt, es bewusst als Positiv wahrzunehmen

Du hast es erlebt: Das bewusste »Scheitern« kann eine unglaublich befreiende Erfahrung sein. Sobald du Perfektionismus loslässt und einfach machst, ohne über das Ergebnis nachzudenken, entstehen kreative Momente, die du vorher nie erwartet hättest. Plötzlich ist der Druck weg, der Spaß am Experimentieren kehrt zurück – und deine Vorstellungskraft beginnt, in alle Richtungen zu wachsen.

Doch warum hier aufhören? Kreativität lebt vom spielerischen Erkunden, vom Mut, das Ungewohnte auszuprobieren. Genau deshalb gibt es noch weitere inspirierende E-Books, die dich dabei unterstützen, deine kreative Denkweise auf eine völlig neue Ebene zu bringen.

😊 **Du willst deine Sprache auf den Kopf stellen?** ► Dann entdecke **»Erfinde ein neues Schimpfwort – Und nutze es den ganzen Tag«!** Spüre, wie sehr unsere Worte unsere Gedanken formen – und wie befreiend es ist, mit Sprache zu spielen.

Du möchtest den Alltag mit kleinen, kreativen Abenteuern füllen? ► **»Praktiziere Micro-Abenteuer«** zeigt dir, wie du neue Erlebnisse direkt vor deiner Haustür findest und dadurch dein kreatives Denken erweiterst.

😊 **Du liebst es, dich vom Zufall überraschen zu lassen?** ► Dann

ist »Zufalls-Generator« genau das Richtige für dich. Hier lernst du, wie du Zufallsprinzipien bewusst nutzt, um innovative Ideen und unvorhersehbare kreative Lösungen zu entwickeln.

😊 **Kreativität steckt in den Verbindungen!** ► Mit »**Kreativ-Kette**« entdeckst du, wie du durch einfache Alltagsobjekte völlig neue Gestaltungsideen entwickeln kannst.

😊 **Erschaffe deine eigene Welt!** ► »**Erschaffe dein Monster**« hilft dir, spielerisch eine Fantasie-Figur zu entwickeln – egal, ob für Kunst, Design oder einfach nur zum kreativen Denken.

😊 **Manchmal braucht Kreativität einfach ein bisschen mehr Quatsch!** ► »**Quatsch-Generator**« liefert dir absurde, lustige und inspirierende Denkspiele, um deine Kreativität ohne Druck in Gang zu bringen.

😊 **Dein kreatives Experiment hat gerade erst begonnen!**

Bist du bereit, weiterzudenken, neue Spielräume zu erkunden und deine kreative Freiheit auszudehnen? Dann schnapp dir dein nächstes E-Book und entdecke, wohin dein kreativer Weg dich als Nächstes führt!

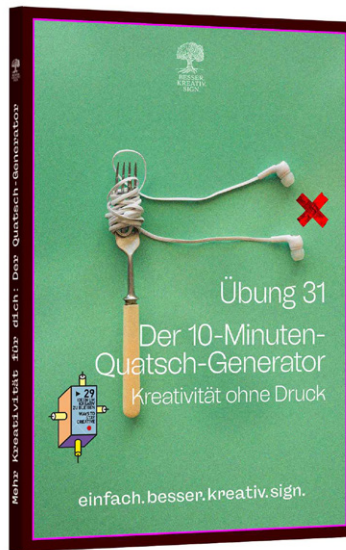
Was du jetzt tun kannst:

➡➡➡➡➡➡➡ Du kannst dir auf der nächsten Seite direkt mit deinem Smartphone den QR-Code scannen und schon kommst du auf die Website zu dem jeweiligen Modul. **Kein SPAM – Kein Fake.** Alles Anleitungen und Übungen für »29 Wege zu mehr Kreativität«. Versprochen.

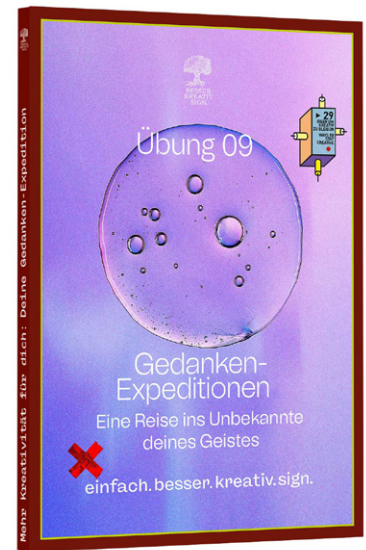
Die Module aus »29 Wege zu mehr Kreativität«.



Jeden Tag ein kleines Abenteuer – für mehr Inspiration!



10 Minuten Unsinn – Ideen entstehen, wenn du spielst!



Pack deine Kreativität ein – es geht auf Gedankenreise!



Kreativität durch den Zufall – lass dich überraschen!



Dein kreativer Domino-Effekt: Eine Idee löst die nächste aus!



Verspielt, wild oder schräg – wie sieht dein Monster aus?