

Einleitung – Eine „An-Stiftung“ zur Kreativität

1

Liebe Leserin, lieber Leser,

vielleicht haben Sie sich irgendwann einmal davon verabschiedet, ein „echter Künstler“ oder eine „echte Künstlerin“ zu sein, und sind davon überzeugt, kein Talent zum Zeichnen zu haben?

Ich behaupte: Alle Menschen sind kreativ und können sich über Bilder ausdrücken. Es liegt in der Natur unseres Seins. Dieses „Ur-Talent“ können Sie als Quelle nutzen, um pointierte Skizzen und wirkungsvolle Visualisierungen zu erstellen.

Dieses Buch möchte Sie ermutigen.

Sie können es nutzen als ...

- ... Anleitung, Ihre Kompetenz weiterzuentwickeln, gekonnte Flipcharts zu erstellen,
- ... Einladung und Anstiftung, die Verbindung zu Ihrem kreativen Potenzial, das in Ihnen steckt, wieder aufzunehmen.
- ... Ideenarchiv für vielfältige Visualisierungs-Beispiele.

Gehen Sie mit Leichtigkeit an die Sache heran. Sie brauchen kein zielorientiertes, anspruchsvolles Trainingsprogramm zu absolvieren! Der Schlüssel zum Erfolg liegt darin, die eigene, ganz individuelle „Bild-Sprache“ zu entdecken und wertzuschätzen.

Seien Sie neugierig darauf, was Sie bereits können, und nutzen Sie die vielen Tipps und Anregungen in diesem Buch, um Ihre Möglichkeiten weiterzuentwickeln.

Lassen Sie sich inspirieren!

Falls Sie Fragen oder Anregungen haben, nehmen Sie bitte über www.prozessbilder.de Kontakt zu mir auf!

Viel Freude beim Lesen und Experimentieren wünscht Ihnen
Ihre Brigitte Seibold

Legen Sie sich Papier und einen Bleistift oder Fineliner zur Seite; Sie erhalten vielfältige Übungsanleitungen, die Sie gleich ausprobieren können. Oder noch besser: Zeichnen Sie gleich – falls möglich – mit Moderationsstiften und auf großem Format am Flipchart!



Praxis-Übung

Probieren Sie es aus!



Praxis-Tipps

Das Wesentliche auf den Punkt gebracht – Hinweise für den Transfer in die Praxis

Hintergründiges – Die „Kreativitäts- Theorie“

2

2.1 Warum es sich lohnt zu visualisieren

Bilder sind das Urprinzip der menschlichen Kommunikation

Vor ungefähr 35.000 Jahren fingen einige unserer Ahnen an, wichtige Ereignisse und Erfahrungen in Bildern festzuhalten: Sie nahmen hohle Tierknochen, füllten sie mit „Erd-Farben“ und gestalteten eindrucksvolle Höhlenmalereien. Diese uralten Bild-Informationen sind uns sogar heute, so viele Jahre später in der Menschheitsentwicklung, zumindest zum Teil noch immer verständlich.

Das Entwickeln von Bildern, das „Sich-über-Bilder- Ausdrücken“ und ebenso das Erkennen und Begreifen von Bildern muss zutiefst mit unserer menschlichen Existenz verbunden und uns ein tief verankertes Bedürfnis sein. Deutlich wird dies auch in der Entstehung der ersten Schriften: Sie bestanden aus Bild-Zeichen, erkennbar ist das Bildhafte heute noch bei den Hieroglyphen der Ägypter oder den chinesischen Schriftzeichen. Erst in der Weiterentwicklung sind daraus eigenständige Buchstaben geworden.

In der individuellen menschlichen Entwicklung lässt sich bei Kindern beobachten: Bevor Kinder anfangen zu sprechen, können sie Bilder erkennen; bevor sie schreiben lernen, leben sie meist eine intensive „künstlerische Phase“ aus: (kleine) Kinder malen und kritzeln mit Begeisterung, ohne viel darüber nachzudenken – wenn man sie lässt!



Unvoreingenommen und selbstverständlich entwickeln und erarbeiten sich ca. 3–6-jährige Kinder ihre eigenen Sinnzeichen und Symbole im Austausch mit ihrer Umwelt und eingebettet in ihre Kultur. Dieses „sinnunterlegte Kritzeln“, wie die Pädagogik-Forschung es nennt, ist uns quasi angeboren und „ur-vertraut“! Visualisierer knüpfen einfach nur wieder an diese Fähigkeit an und entwickeln eine individuelle Bild-Symbolik!¹

Praxis-Tipps

- Vertrauen Sie darauf, dass es funktioniert, sich über Bilder auszudrücken und andere mit dieser Art der Kommunikation zu erreichen; es ist in unseren „Genen“ abgespeichert!
- Sie stehen als Bild-Geschichten-Erzähler in einer langen, sehr langen Tradition! Das sollte Ihnen Selbstvertrauen geben für Ihre ersten Versuche! Auch ein professioneller Höhlenmaler hat sicher mit ein paar einfachen Fingerübungen begonnen.
- Wenn Sie die Möglichkeit haben, beobachten Sie, wie Kinder im Vorschulalter kritzeln und ihre eigene aussagekräftige Bild-Sprache entwickeln. Nehmen Sie sich ein Beispiel daran!



Unser Gehirn braucht „Bildoasen“

„Denken Sie jetzt **nicht** an einen rosaroten Elefanten ...!“

Konnten Sie diese Aufforderung erfüllen? Dieses Beispiel haben Sie sicher schon einmal gehört – es funktioniert aber trotzdem jedes Mal von Neuem. Es macht auf einfache Weise deutlich, dass wir Menschen in Bildern denken; unser Gehirn produziert automatisch Bilder, ohne dass wir das bewusst kontrollieren könnten.

¹ Peez, Georg, Prof.: Kinder kritzeln, zeichnen und malen – Warum eigentlich? In: Forschung Frankfurt, 29. Jahrgang, Heft 2 2011



Wahrnehmen und Wahrnehmungen verarbeiten – das übt und entwickelt unser Gehirn evolutionsgeschichtlich gesehen schon seit Millionen von Jahren. Der Teil des Gehirns, der Sprache verarbeiten kann, ist allerdings erst seit 100.000–150.000 Jahren aktiv. Daraus kann abgeleitet werden, dass Bilder schneller und direkter erfasst und verarbeitet werden können als Sprache!

„Das Gehirn ist ein Bilder erzeugendes Organ“, bringt es der Hirnforscher Gerald Hüther auf den Punkt. Es sucht permanent nach Bild-Verknüpfungen; aus den bisher abgespeicherten und den neu hinzukommenden Sinneseindrücken wird wiederum ein neues inneres Bild entwickelt. Bereits zum Zeitpunkt der Geburt verfügt ein Kind über einen beträchtlichen Schatz an inneren Bildern.²

Da unser Gehirn also darauf spezialisiert ist, Bilder aufzunehmen, entstehen zu lassen und zu „verwalten“, macht es auch Sinn, sich an eine gehirngerechte Kommunikation anzupassen. Es ist effektiver, Informationen mit Hilfe von Bildern zu vermitteln als alleine über trockene Textwüsten – gedruckt oder gesprochen.

Also: Wo sind die „Bildoasen“ für den Verstand? Mit welchen Bildern können (abstrakte) Inhalte begreifbar gemacht werden?

Deutlich wird dies zum Beispiel auch, wenn es um die Entwicklung von Visionen und Leitbildern geht: Eine Zukunftsvision wird erst dann lebendig und zugkräftig, wenn sich die Beteiligten eine reale Vorstellung von dieser Zukunft machen können, das heißt, sich konkrete Bilder davon machen können. Eine Vision (lateinisch „visio“: Anblick, Ansehen, Vorstellung) oder ein Leit-Bild hat die Beteiligten erst dann erreicht, wenn aus den Beschreibungen und Leitsätzen reale Vorstellungen und Bilder über die angestrebte Zukunft entstehen. Mit einer ausdrucksstarken Bildersprache kann dies angeregt und unterstützt werden. Das bedeutet für Trainer und Berater, sich immer wieder auf

2 Hüther Gerald, Die Macht der inneren Bilder, Göttingen 2010



die Suche nach stimmigen, wirkungsvollen Bildern zu machen und sie in ein Visualisierungskonzept einzubauen.

Und es geht aber genauso auch um eine bildhafte mündliche Sprache. Pauschale Aussagen werden mit anschaulichen konkreten Beispielen und Vergleichen aus der Erfahrungswelt der Teilnehmer untermalt. Eine plastische, bildhafte Sprache lädt die Zuhörer ein, ihr eigenes Kopf-Kino zu erleben.³

Unsere Sprache ist voll von Bildern. Viele Redensarten nutzen Bilder und lassen damit sofort Bild-Assoziationen im Kopf entstehen. Beispiele: „Das ist ein Buch mit sieben Siegeln“, „die Flinte ins Korn werfen“, „Das hat einen Haken“, „jemanden durch den Kakao ziehen“, „Das trifft den Nagel auf den Kopf“, „seinen Senf dazugeben“, ...

Praxis-Tipps

- Beobachten Sie sich selbst, wenn Sie in einer Situation als Zuhörer oder Teilnehmer sind. Welche Bilder entstehen in Ihrem Kopf zu den Inhalten, die Sie aufnehmen?
- Hören Sie auf die Sprach-Bilder, die andere bewusst oder unbewusst in ihrer Ausdrucksweise verwenden. Was können Sie davon lernen?
- Welche Bilder tauchen in Ihrer Sprache auf?
- Nutzen Sie eine inspirierende Bild-Sprache in Wort und Visualisierung.
- Beziehen Sie plastische Beispiele oder Vergleiche ein. Erzählen Sie Geschichten, die einladen, das Thema zu verfolgen. Erzeugen Sie „Kopfkino“ bei Ihren Teilnehmern, dann wecken Sie Interesse.



³ Kerschengers Katja, Reden straffen statt Zuhörer strafen, Offenbach 2011

Die meisten Menschen sind visuelle Lerntypen

Seit den 40er Jahren wurden in der Psychologie / Pädagogik die unterschiedlichsten Lerntypenmodelle entwickelt; sie basieren darauf, dass Menschen Informationen unterschiedlich aufnehmen und verarbeiten. Ein Seminar- oder Beratungskonzept sollte immer die Unterschiedlichkeit der Lernwege berücksichtigen und eine Vielfalt an Zugängen anbieten, um alle Teilnehmenden zu erreichen.

Eine wesentliche Bedeutung für das Lernen hat die Sinnespräferenz jedes Einzelnen: Erfährt ein Mensch die Welt zum Beispiel eher auditiv (über das Hören), visuell (über das Sehen) oder kinästhetisch (über Körper / Gefühle)? In unserem Kulturraum haben viele Menschen eine starke visuelle Prägung. Schon von klein an wird normalerweise in Erziehung und Schule vor allem der „Augen-Sinn“ trainiert und gefördert. Trotzdem gilt es auch hier, auf Vielfalt zu setzen, um Abwechslung und verschiedene Anregungen zu bieten und der Unterschiedlichkeit der Teilnehmer gerecht zu werden.

In der beruflichen Praxis verlassen sich jedoch Trainer, Berater oder auch Führungskräfte häufig darauf, dass ausschließlich gesprochene Informationen vom Gegenüber aufgenommen und gespeichert werden. „Das habe ich Ihnen doch ausführlich erklärt ...!“ Wir erliegen immer wieder der Illusion, dass die gesendete Information identisch ist mit der empfangenen! Die Erfahrung zeigt dagegen (und verschiedene Untersuchungen bestätigen), dass mündliche Kommunikation nur stark reduziert aufgenommen, gespeichert und erinnert werden kann.

Und: Ausnahmen bestätigen auch hier die Regel. Ich habe schon faszinierende und inspirierende Vorträge erlebt – ohne eine einzige Form der Visualisierung! Das ist dann die hohe Meisterschaft der freien Rede.





Praxis-Tipps

- Was für ein Lerntyp sind Sie? Was ist Ihr bevorzugter Sinn für die Aufnahme von Information? Machen Sie sich bewusst, dass andere Menschen anders „ticken“, und überprüfen Sie Ihre Seminar- oder Beratungskonzepte daraufhin.
- Bieten Sie eine möglichst große Vielfalt an Zugängen zur Information. Bedienen Sie unterschiedliche Lerntypen, bieten Sie Anregung und Abwechslung für die unterschiedlichen Sinneskanäle.
- Aufgrund der starken visuellen Präferenz der meisten Menschen sollten Sie dem Baustein „Visualisierung“ einen hohen Stellenwert beimessen.

Bilder fungieren als „Lern-Anker“

Können Sie die Wohnräume genau beschreiben, in denen Sie als Kind gelebt haben? Den meisten Menschen fällt das leicht. Für Bilder, die unser Gehirn einmal abgespeichert hat, haben wir ein extrem hohes Erinnerungsvermögen. Wir können uns an die Gesichter von Menschen erinnern, die wir Jahrzehnte nicht gesehen haben, oder mit Hilfe von Fotos bestimmte Erlebnisse wieder in unser Gedächtnis rufen. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Experimente, in denen belegt werden konnte, dass Bilder erstaunlich schnell und treffsicher wiedererkannt und auch nach vielen Jahren erinnert werden können.⁴

Was bedeutet diese menschliche Fähigkeit für Lehren und Lernen bzw. Training oder Beratung? Nutzen Sie stimmige, eindruckliche Bilder, um Seminarinhalte oder wichtige Informationen „dranzuhängen“ / „anzukoppeln“! Bilder sind attraktiver Blickfang und machen die Betrachter neugierig. Teilnehmer erinnern sich leichter an einprägsame Bilder und können über diese die verknüpfte, dazugehörige Lern-Information abrufen.

⁴ vgl. Buzan Tony, Das MindMap Buch, Landsberg am Lech 1999

Bild-Archiv im Kopf



Bilder werden treffsicher und schnell erinnert.