

Kreativitätstechniken

Was kreative Menschen auszeichnet

Gibt es Eigenschaften, die uns kreativer machen? Oder anders gefragt: Haben Menschen, die besonders kreativ sind, auffällige Gemeinsamkeiten?

Der US-Psychologe Mihaly Csikszentmihalyi ist einer der bekanntesten und renommiertesten Kreativitätsforscher und ist dieser Frage nachgegangen. Das Ergebnis seiner Analyse lässt sich letztlich mit einem Wort zusammenfassen: Komplexität.

Kreative Menschen sind nicht nur enorm vielseitig, sie sind auch enorm widersprüchliche Menschen, die gegensätzliche Eigenschaften auf famose Art vereinen. Konkret:

1. Kreative Menschen sind energiegeladen und ruhebedürftig.

Sie arbeiten viele Stunden, können sich gut konzentrieren, sind euphorisch und von einer elektrisierenden Aura umgeben. Das heißt aber nicht, dass sie hyperaktiv wären. Tatsächlich brauchen Kreative ebenso häufig Ruhe um sich herum und schlafen viel und oft.

Oder anders formuliert: Sie kontrollieren ihre Energie sehr gut. Wenn es sein muss, ist Ihr Verstand so fokussiert wie ein Laserstrahl, danach allerdings nutzen sie die freie Zeit, um ihre Batterien wieder aufzuladen.

2. Kreative Menschen sind smart und naiv zugleich.

Eine der ältesten Studien zum Thema Intelligenz stammt von Lewis Terman von der Stanford Universität aus dem Jahr 1921. Er konnte zeigen, dass Kinder mit einem besonders hohen Intelligenzquotienten auch im späteren Leben gut zurecht kamen. Allerdings kam dabei heraus, dass ab einem bestimmten IQ-Wert noch höhere Intelligenz nicht zwangsläufig mit größerem Lebenserfolg korrelierte.

Spätere Studien zeigten, dass dieser Scheitelpunkt bei einem IQ-Wert um 120 liegt. Csikszentmihalyi vermutet, dass es unter diesem Wert schwer ist, ausgesprochen kreativ zu sein, insbesondere weil die Kreativen so erst in der Lage sind, gegenteilig oder widersprüchlich (*konvergent* wie *divergent*) zu denken. Allerdings muss ein noch höherer Intelligenzquotient nicht zwangsläufig kreativer machen.

3. Kreative Menschen sind ebenso verspielt wie diszipliniert.

Das Spielerische ist zweifellos eine Haupteigenschaft der Kreativen. Während die meisten Menschen fragen „Warum?“, fragen sich Kreative eher: „Warum eigentlich nicht?“

Gleichzeitig können Sie sich aber auch in ihre Sache verbeißen und entsprechend konzentriert bis spät in die Nacht daran arbeiten, wenn es fertig werden muss.

4. Kreative Menschen leben in Phantasie und Realität.

Imagination und Vorstellungskraft sind Bedingungen, um innovativ zu wirken. Fehlt ihnen aber der Bezug zur Realität, bleibt es nur ein schöner Ausflug ins Never-Never-Land.

Das, was eine kreative Idee letztlich auszeichnet, ist nicht etwa ihre Kühnheit, sondern die Tatsache, dass jeder früher oder später erkennt, dass sie wahr (oder eben *realistisch*) ist.

5. Kreative Menschen sind introvertiert wie extrovertiert.

Die aktuelle psychologische Forschung kommt zu dem Schluss, dass Extraversion (oder deren Gegenteil) die stabilste Ausprägung einer Persönlichkeit ist. Gleichzeitig sieht es so aus, als würden ausgerechnet kreative Menschen beide Varianten auf sich vereinen.

6. Kreative Menschen sind stolz und bescheiden.

Normalerweise erwarten wir, dass berühmte oder besonders erfolgreiche Menschen dazu neigen, arrogant oder hochmütig zu werden. Sie haben ja auch durchaus ein paar plausible Gründe dafür. Bei den Kreativen ist das aber anders: Einerseits sind sie natürlich stolz auf ihren Einfall (was sie gerne extrovertiert äußern). Gleichzeitig wissen sie aber auch um den Zufalls-Faktor und das Glück, das womöglich zur Entdeckung geführt hat.

Zudem sind sie so auf neue Inspirationen fokussiert, dass sie ihre bahnbrechenden Idee oft schrullig präsentieren und schon durch neue Gedanken anreichern.

7. Kreative Menschen entsprechen nicht klassischen Geschlechterrollen.

Bei Psychotests, die maskuline oder feminine Ausprägungen von Jugendlichen aufzeigen sollen, zeigt sich häufig: Kreative Mädchen sind auffällig oft taffer und dominanter als ihre Geschlechtsgenossinnen, während kreative Jungs häufig sensibler und weniger aggressiv als andere Jungs in ihrem Alter sind.

Dabei geht es weniger um Androgynie oder gar Homosexualität. Sondern vielmehr darum, dass kreative Menschen nicht nur die Stärken ihres eigenen Geschlechts, sondern auch die des anderen auf sich vereinen.

8. Kreative Menschen sind rebellisch und konservativ.

Es ist unmöglich kreativ zu sein, ohne zuvor eine gewisse Kultur verinnerlicht zu haben, aus der man sich dann freilich umso innovativer heraus bewegt. Nur traditionell zu sein, hieße sich nicht mehr zu bewegen.

Rebellion ohne Bezug wiederum ergibt keinen Sinn. Einfach nur etwas anders zu machen, anders zu sein, ist ein negativer Impuls – und nicht einmal ein kreativer. Aber etwas Neues zu wagen, weil dies eine Verbesserung des Status quo darstellt, ist ebenso rebellisch – nur viel konstruktiver.

9. Kreative Menschen sind leidenschaftlich und selbstkritisch.

Sie bewerten ihr Tun aber auch objektiv. Ohne Leidenschaft, verlieren wir irgendwann die Lust an der Sache und geben auf. Erst recht, wenn sich der Erfolg nicht sofort einstellt. Deshalb brauchen Innovatoren Leidenschaft.

Blinde Leidenschaft kann allerdings ruinös oder gar zerstörerisch wirken. Deshalb brauchen sie ab und an auch einen selbstkritischen Blick.

10. Kreative Menschen sind offen und sensibel.

Das lässt sie aber auch darunter leiden. Denken Sie an großartige Schriftsteller: Die meisten leiden regelrecht körperlich, wenn sie schlechte Texte lesen. Gleichzeitig nehmen sie jede Nuance, jede feine Botschaft – auch die zwischen den Zeilen – in sich auf.

Kreative sind aufgeschlossen und neugierig, sie hungern nach neuen Erfahrungen und Impulsen. Das bedeutet aber auch, dass Sie dabei manchmal mehr Dinge erleben, als ihnen lieb ist.