

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

„Liebe“ Medienvertreter\*innen Österreichs.

Innsbruck, 2024-07-09

### OFFENER BRIEF

Die stattfindende branchenweite zahlreiche Zensur ist ein Merkmal für eine Diktatur. Die Zensuristen-Totschweiger agieren für die Mächtigen und belügen die Öffentlichkeit sowie verkaufen alle für dumm und dämlich. Wir leben in einer Scheindemokratie die ein Geld schmiert und regiert System, also eine Oligarchie ist. Diese Oligarchie gleicht einer Diktatur der Kapitalisten die aus dem Hintergrund herrschen. Wer zahlt, schafft an kann in der Politik, bei den Medien und in der Wissenschaft beobachtet werden. Der Raiffeisen-Mischkonzern und die Industriellenvereinigung sind die beiden Mächtigsten Akteure in unserer Scheindemokratie. Die Obersten der Raiffeisenbank haben einige ihrer Manager längst ins Parlament entsendet wo sie die Interessen des Raiffeisen-Mischkonzerns wahrnehmen. Die Industriellenvereinigung kauft sich mehrere Parteien und somit die Politik ohne, dass die Schmiergelder offengelegt werden müssen. Finde die Fehler.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

Liegendes schreiben ist liegendes arbeiten. Im Liegen zu arbeiten entspannt und erholt sowie ist wirklich sehr angenehm. Natürlich kann man auch im Liegen recherchieren, also lesen. Stellen Sie sich vor in Ihrem Büro sind fast keine Schreibtische, sondern in erster Linie Sofas, Couchen und Betten. Ich lege mich arbeiten könnte man dann sagen. Als ich für mich draufgekommen bin, dass meine Lieblingsschreibposition das Liegen ist hat sich für mich eine neue Welt eröffnet. Seitdem schreibe ich praktisch alles im Liegen. Schön blöde wäre ich, wenn ich im Sitzen schreiben würde. Wie schreiben denn Sie? Ach im Sitzen? Haben Sie es einmal ausprobiert wie es ist im Liegen zu schreiben? Noch nicht? Was hält Sie davon ab das zu machen? Können Sie sich nicht vorstellen, dass schreiben im Liegen sehr viel angenehmer ist als im Sitzen zu schreiben? Comprene?

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

Warum sind Sie immer noch geistig unterentwickelt? Denken Sie nicht? Denken Sie unzureichend? Sind Sie geistig dazu nicht in der Lage erkennen zu können, dass wenn man seine geistigen Fähigkeiten nicht entwickelt, nicht ausbildet und nicht trainiert, dass man geistig unterentwickelt ist? Reicht ihre Intelligenz, ihre Verstandeskraft und ihr Denkvermögen sowie ihre Erkenntnisfähigkeit nicht dazu aus, dass erkennen zu können und zu begreifen? Sind Sie so dermaßen geistig unterentwickelt, dass Sie vieles nicht erkennen und begreifen können? Ihnen ist diese Frage zu hoch? Sie hängen der Illusion an anzunehmen bereits geistig entwickelt zu sein, obwohl Sie niemals ihre geistigen Fähigkeiten entwickelt haben? Sind Sie einer der vielen geistigen Totalversagern die nicht viel auf die Reihe bekommen? VOLLTREFFER? Mitten rein? OK, dann schreibe ich, dass Sie Ihrer Holschuld nachkommen sollten und alle Ihre geistigen Fähigkeiten entwickeln, ausbilden und trainieren sollten. Comprene?

Benötigen Sie tatsächlich eine Nachhilfestunde in geistiger Entwicklung? Sie sind geistig allein nicht in der Lage dazu Ihre geistige Entwicklung, Ausbildung und Training ihrer geistigen Fähigkeiten selbstständig zu unternehmen? Sie haben bisher immer gedacht, dass Sie bereits geistig entwickelt sind, obwohl Sie noch nie ihre geistigen Fähigkeiten entwickelt, ausgebildet und trainiert haben? Sie dachten Sie hätten gar keine Holschuld ihre geistigen

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

Fähigkeiten zu entwickeln, auszubilden und zu trainieren? Sie haben immer angenommen, dass Ihnen Ihre geistige Entwicklung in den Schoß fällt und Sie nichts machen müssen, um Ihre geistigen Fähigkeiten zu entwickeln, auszubilden und zu trainieren? Sie denken auch Sie müssten Ihre Muskeln nicht trainieren, um Sie zu entwickeln? Sind Sie ein geistiger Totalversager? Machen Sie zu diesem Thema doch eine ausgedehnte Selbstreflexion. Unsere geistige Entwicklung ist nämlich sehr wichtig. Comprendre?

---

Nur Schwachköpfe denken Sie sind bereits geistig entwickelt, obwohl Sie niemals ihre geistige Entwicklung unternommen haben. Sind Sie ein geistig unterentwickelter Schwachkopf, der auch ein geistiger Totalversager ist? Sie haben immer noch nicht ihre geistigen Fähigkeiten entwickelt, ausgebildet und trainiert? Sie nehmen fälschlicherweise an bereits geistig entwickelt zu sein. Sie können nicht erkennen, dass das eine Illusion oder Irrglaube ist? Sie vergeuden ihr so wertvolles geistiges Potenzial und checken gar nicht, dass Sie ihr geistiges Potenzial vergeuden? Da Sie geistig unterentwickelt sind bekommen Sie nicht wirklich viel mit? Sie leiden auch an einer erheblichen Erkenntnisschwäche? Ihre Intelligenz reicht dazu nicht aus ihre Holschuld der geistigen Entwicklung zu erkennen? Ihre Verstandeskraft ist zu gering um das zu checken?

---

Mit einer vollen Hose haben die Zensuristen-Totschweiger leicht stinken? Die Zensuristen-Totschweiger-Hosenscheißer scheißen sich vor lauter Angst in die Hose? Sie befürchten, dass Sie auffliegen und einen Massenmordbeteiligungsprozess erhalten und für sehr lange Zeit eingesperrt werden? Sie haben vor der Wahrheit Angst? Sie haben vor Klaus Schreiner Angst? Alles Volltreffer? Für Ihre Gier haben Sie Ihre Seele dem Bösen, dem Teufel, den CIA-DROHNENMASSENMÖRDER-TERRORISTEN-PSYCHOPATHEN, unseren staatlichen Drohnenmordbeteiligten und unseren staatlichen Drohnenmordverantwortlichen verkauft? Haben Sie überhaupt keinen Anstand? Keine Empathie? Keine Moral? Kein Gewissen? Sie sind völlig korrupt und skrupellos? Alter Schwede dann gehören sie zu den Allerletzten der Allerletzten und sind völliger Abschaum. Comprendre?

---

Sie sind inkompetent und unfähig dazu ihre geistige Entwicklung auf die Reihe zu bekommen? Sie sind sogar so unfähig, dass Sie nicht einmal wissen, dass Sie einer Holschuld unterliegen Ihre geistigen Fähigkeiten zu entwickeln, auszubilden und zu trainieren? Ihre Verstandeskraft reicht bei weiten nicht dazu aus erkennen zu können, dass Sie ihre geistige Entwicklung dringend notwendig haben? Ihr Denkvermögen ist unzureichend? Sie blicken auch hier nicht durch? Sie haben immer angenommen bereits geistig entwickelt zu sein? Sie konnten nicht erkennen, dass das eine Illusion ist? Haben Sie eine Erkenntnisschwäche? Sind Sie nicht intelligent und nicht klug? Sind Sie ein Schwachkopf und ein geistiger Totalversager? Ja, das sind alles sehr ernstgemeinte Fragen. Das können Sie mir glauben. Comprendre?

---

Sie verteidigen ihre Illusion anzunehmen bereits geistig entwickelt zu sein, um keine Anstrengungen unternehmen zu müssen ihre geistige Entwicklung in Angriff zu nehmen? Sie haben sich so an ihre geistige Unterentwicklung gewöhnt, dass Sie sich lieber etwas vormachen und sich selbst belügen? Sie können es sich überhaupt nicht vorstellen wie es ist geistig entwickelt zu sein? Sie haben noch nie etwas von der Holschuld der geistigen

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

Entwicklung gehört. Sie lesen auch unzureichend Fachbücher und recherchieren fast überhaupt nichts? Ihre Wissenslücken sind Ihnen nicht bekannt? Ihre Erkenntnisschwäche lässt es nicht zu die Erkenntnis zu erlangen, dass Sie Ihre geistige Entwicklung dringend notwendig haben? Sie sind geistig unterentwickelt und sind ein geistiger Totalversager? Wirklich?

Geistig unterentwickelte Menschen machen alles andere lieber als sich Gedanken darüber zu machen ob sie nicht ihre geistigen Fähigkeiten entwickeln sollten. Sie vergeuden ihr geistiges Potenzial und vergeuden ihre Lebenszeit vielfach. Nein, sie nutzen ihre Lebenszeit überhaupt nicht optimal. Nein, sie nutzen auch ihr geistiges Potenzial kaum und vergeuden es um die Wette mit allen anderen geistig unterentwickelten Menschen. Die größte stattfindende Vergeudung ist die Vergeudung des menschlichen geistigen Potenzials. Praktisch alle Menschen vergeuden es. Praktisch niemand entwickelt seine geistigen Fähigkeiten und bildet diese aus sowie trainiert sie. Es ist wirklich unglaublich wie die Menschheit ihr geistiges Potenzial vergeudet, obwohl alle eine geistige Entwicklung dringend notwendig haben.

Doping fürs Hirn: 11 Tipps für ein gesteigertes Denkvermögen. Deine Hirnleistung kannst du mit ein paar einfachen Tricks und Übungen definitiv steigern. Eine gutes Denkvermögen ist nicht nur beim Erfassen komplexer Problematiken wichtig, sondern auch schon bei deinen alltäglichen Aufgaben. Umso schöner ist, dass du nicht nur deinen Körper, sondern auch den Geist trainieren kannst und zwar mit ganz einfachen Mitteln.

Traue dich nachzuhaken

Angst vor dummen Fragen? Dazu hast du keinen Grund, im Gegenteil. Halte deine Fragen nicht zurück, denn so kannst du dein Verständnis für bestimmte Themen vertiefen und lernst Neues hinzu. Das Gleiche gilt auch für das Hinterfragen einiger Problematiken. Kritisches Denken fördert deine mentalen Fähigkeiten, schließlich musst du ein Problem erst einmal erfassen, verstehen, analysieren und eine Meinung dazu entwickeln. Denke dabei aber daran, auch andere Meinungen zu respektieren.

Lass den Sport nicht schleifen

Regelmäßiges Training kann die kognitiven Fähigkeiten verbessern. Besonders empfehlenswert sind Laufen oder Aerobic. Dein Alter spielt übrigens keine Rolle, denn körperliche Betätigung kann sowohl von Kindheit an als auch in späteren Lebensabschnitten das Denkvermögen steigern. Es ist also nie zu spät, damit zu beginnen. Speziell werden die Denkfähigkeit und das Erinnerungsvermögen durch Sport beeinflusst und in einer finnischen Studie wird behauptet, dass Training bei Erwachsenen mittleren Alters sogar eine Prävention gegen Demenz sein könne.

Ernähre dich gesund

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

Natürlich ist dieser Punkt allgemein wichtig für dein körperliches Wohlbefinden, aber deine Ernährung kann auch ein „Hirndoping“ sein. Empfohlen wird, sich nach der mediterranen Diät, auch Kreta-Diät genannt, zu ernähren. Das bedeutet, zwei Mal die Woche Fisch und Geflügel zu essen und selbstverständlich Vitamine durch den Verzehr von Früchten zu sich zu nehmen. Außerdem solltest du im Rahmen dieser Ernährung auf Vollkornprodukte zurückgreifen und Hülsenfrüchte in deinen Speiseplan aufnehmen. Genauere Details findest du auf diversen Websites und in Zeitschriften. Denke nur daran, dass eine gesunde Ernährung ausgewogen sein sollte.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

#### Führe ein Tagebuch

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

Die eigenen Gedanken niederzuschreiben, hält das Hirn sauber. Durch das Aufschreiben ordnest du nicht nur das Chaos in deinem Kopf, sondern behältst auch einen Überblick über das, was dich beschäftigt. Damit verhinderst du das nervöse Hin- und Herspringen von Gedanken zu Gedanken. Außerdem kannst du beim Schreiben deinen Tag in Ruhe Revue passieren lassen und trainierst nebenbei dein Erinnerungsvermögen.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

#### Eigne dir neue Fähigkeiten an

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

Sei immer offen dafür, dich weiterzubilden. Dafür gibt es inzwischen viele verschiedene Onlinekurse mit Themen, die kaum unterschiedlicher sein könnten. Wie wäre es zum Beispiel mit einer neuen Sprache? Du lernst dabei nicht nur dich zu verständigen, sondern in der Regel auch einiges über eine neue Kultur. Oder du suchst dir etwas fernab von der Karriere. Kochen, Stricken, Töpfern, Tanzen, für all das gibt es nicht nur online Angebote, sondern in vielen Städten auch Kurse bei denen du direkt neue Gesichter kennenlernen kannst.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

#### Umgebe dich mit schlauen Leuten

Zugegeben, zu behaupten jemand sei schlau oder nicht ist etwas hoch gegriffen, vor allem da es verschiedene Definitionen dafür gibt. Einige Menschen glänzen mit fachlichem Wissen, andere sind dafür auf sozialer Ebene Experten. Wenn du aber das Gefühl hast, jemand weiß mehr als du, beziehungsweise dass du etwas von einer Person lernen könntest, dann stelle einen regelmäßigen Kontakt her. So bekommst du vielleicht neue Denkanstöße oder findest einen komplett neuen Blickwinkel auf bestimmte Themen.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

#### Trainiere dein Hirn wie einen Muskel

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

Früher gab es den Nintendo DS Hit „Dr. Kawashimas Gehirn-Jogging“, dessen Hype heute jedoch abgeflaut ist. Aber trotzdem gibt es noch genug andere Wege dein Hirn zu trainieren. Sudoku oder Kreuzworträtsel machen nicht nur Spaß, sondern steigern auch Konzentration und Denkvermögen. Und sich diese zu besorgen ist nicht einmal schwierig, denn inzwischen gibt es diverse Online- und Appversionen. Solltest du es traditioneller mögen, kannst du bereits für unter einen Euro ein Rätselheft beim Kiosk deines Vertrauens kaufen. Wer jedoch noch eine Stufe weiter gehen möchte, kann sich seine Freunde schnappen und einen Escape Room

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

ausprobieren. Dieses Erlebnis wird inzwischen in vielen Städten angeboten und im Grunde geht es darum, durch das Lösen von Rätseln innerhalb von 60 Minuten aus einem Raum zu entkommen. Den Spaß gibt es für kleines Geld auch als einmalig verwendbare Brettspielversionen.

#### Verändere deine Routine

---

Routine kann dazu führen, dass dein Gehirn in den Gewohnheitsmodus schaltet und von deinem Tagesablauf nicht mehr gefordert wird. Um deine mentalen Fähigkeiten wieder herauszufordern, solltest du versuchen kleine Änderungen innerhalb deiner Routine vorzunehmen. Du könntest ja einmal probieren, dir die Zähne mit der schwächeren Hand zu putzen. Oder teste doch einen anderen Weg zu deinem Arbeitsplatz. Ganz simpel wäre es auch, deinen Putz- oder Trainingsplan etwas umzustellen. Durch diese Veränderungen wird dein Gehirn wieder aufmerksamer und du schaffst neue Verknüpfungen in deinem Kopf.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

#### Sorge für eine angemessene Ruhephase

---

Dein Hirn muss täglich unzählige Eindrücke aufnehmen und diese verarbeiten, wenn du dich im Ruhezustand befindest. Gönn also Körper und Geist ausreichend Schlaf, heißt mehr als nur fünf oder sechs Stunden pro Nacht. Tust du dies auf Dauer nicht, wirst du dich immer ausgelaugter fühlen und merken wie Denkvermögen und Konzentration nachlassen. So bist du weder produktiv, noch tust du deinem Körper etwas Gutes, also zwing dich dazu einen regelmäßigen Schlafrhythmus zu entwickeln.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

#### Entdecke täglich Neues

---

Versuche jeden Tag etwas Neues dazuzulernen. Ganz einfach wäre es natürlich, dir ein Buch über unnützes Wissen zuzulegen. Möchtest du aber tatsächlich neue Erkenntnisse haben, solltest du dir Bereiche suchen, die dich interessieren und News oder Magazine über die Themen abonnieren. Und es kann wirklich alles sein, von Psychologie, über Technik bis hin zum Tierreich. Womit du jedoch vorsichtig sein solltest, sind Facebookseiten wie „Faktastisch“, wo oft Halbwahrheiten oder fragwürdige Studienergebnisse geteilt werden.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

#### Entdecke Podcasts für dich

---

Sich neuen Ideen zu öffnen kann einfacher sein, als du denkst. Zum Beispiel könntest du auf dem Weg zur Arbeit oder bei einfachen Hausarbeiten anfangen, Podcasts zu hören. Das immer beliebter werdende Medium bietet eine riesige Bandbreite zu allen möglichen Themen. Finde einfach etwas, das dich interessiert und anspricht. Wie wäre es mit Humor? Dann höre doch mal in „Fest und Flauschig“ von Jan Böhmermann und Olli Schulz rein. Spannung hingegen

hat formatiert: Schriftart: Times New Roman, 14 Pt.

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

verspricht der englischsprachige Podcast „Serial“, in dem Journalistin Sarah Koenig wahre Kriminalfälle neu aufrollt. Und selbst der Nerd in dir muss nicht zu kurz kommen. Im „Harry Podcast“, den YouTube Urgestein Coldmirror in unregelmäßigen Abständen auf der Plattform hochlädt, werden verschiedene Themen rund um den Zauberer mit der Narbe analysiert und von verschiedenen Blickwinkeln betrachtet.

---

Klar ist, dass die Vielschreiberei nicht nur das Gehirn säubert, sondern auch das Erinnerungsvermögen stärkt. Die Vielschreiberei trainiert alle Schöpferkräfte (Kreativität, Inspiration, Fantasie) und ist ein ausgezeichnetes Gehirntraining. Zudem macht Übung den Meister und wer die Vielschreiberei betreibt ist bei der Übung meisterhaft am Weg. Zudem stärkt und steigert die Vielschreiberei die Schreibfertigkeiten. Die Vielschreiberei im Liegen entspannt und erholt. Somit ist die Vielschreiberei ein geistiges Reinigungsmittel, ein Entspannungsmittel, ein Gedächtnistraining, ein Gehirntraining, ein Übungsmittel, ein Schreibfertigkeitstraining. Comprene?

---

Geistig unterentwickelt zu sein ist die Normalität in einer Welt die voll mit geistig unterentwickelten Menschen ist. Praktisch niemanden fällt auf, dass er geistig unterentwickelt ist und er seiner Holschuld nachkommen sollte alle seine geistigen Fähigkeiten zu entwickeln, auszubilden und zu trainieren. Und da praktisch niemand die Erkenntnis erlangt seine geistigen Fähigkeiten zu entwickeln, auszubilden und zu trainieren, um sein geistiges Potenzial zu nutzen anstatt es zu vergeuden deshalb macht das auch praktisch niemand. Sehr viele der geistig unterentwickelten Menschen nehmen fälschlicherweise an bereits geistig entwickelt zu sein, obwohl sie niemals ihre geistigen Fähigkeiten entwickelt, ausgebildet und trainiert haben. Sehr viele andere der geistig unterentwickelten leiden an Wissenslücken, Erkenntnisdefizite, Erkenntnisschwäche, Erkenntnisunfähigkeit, unzureichende Intelligenz, unzureichende Verstandeskraft oder unzureichenden Denkvermögen. Comprene?

---

Die USA beschäftigt an die 2.000 Drohnenmassemörder, um gemeinsam mit den Geheimdiensten der NATO-Staaten, den Militärs der NATO-Staaten und Teilen der Regierungen der NATO-Staaten sowie der Schweiz, Österreich und Schweden das größte Terrorismoprogramm in der gesamten Menschheitsgeschichte zu unternehmen. Der illegale außergerichtliche Drohnenkrieg ist eine Ausübung einer Lizenz zum Morden bei dem 98 % unschuldige Menschen abgeschlachtet oder verkrüppelt werden und dadurch der Terror extrem gesteigert wird. Es ist ein Terrorerzeugungsprogramm, ein Perpetuum mobile des amerikanischen militärisch-industriellen Komplex. Ein Geschäftsmodell, eine Cash cow. Finde die Fehler.

---

Wer seine Denkleistungen mit einem Schlag, um bis zu 31 % steigern möchte der muss sich nur in einen glücklichen Zustand versetzen. Sich sein Lebensglück bewusst zu machen verhilft einem zu einem besseren Denkvermögen. Man kann auch einfach vor sich hin lächeln und schon produziert das Gehirn Glücksbotenstoffe. Aufgrund Wissenslücken ist das den allermeisten Menschen unbekannt. Jetzt sind eh praktisch alle Menschen geistig unterentwickelt und dann wissen sie auch noch wenig. Der geistige Zustand der Menschheit ist sehr erbärmlich. Allerdings erkennen, dass geistig unterentwickelte Menschen nicht. Wer

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

nicht weiß, dass er einer Holschuld unterliegt seine geistigen Fähigkeiten entwickeln, auszubilden und zu trainieren der wird auch nicht seine geistigen Fähigkeiten entwickeln, ausbilden und trainieren. Comprendre?

---

Die Geringschätzung der geistigen Entwicklung der geistigen Fähigkeiten. Kann es sein, dass die Menschen gegenüber der geistigen Entwicklung ihrer eigenen geistigen Fähigkeiten eine Geringschätzung aufweisen. Ihnen erscheint es nicht als wichtig ihre geistigen Fähigkeiten zu entwickeln, auszubilden und zu trainieren? Es ist Ihnen nichts wert geistig entwickelte Fähigkeiten zu besitzen? Lieber trainieren sie ihre Muskeln anstatt ihre geistigen Fähigkeiten zu entwickeln, auszubilden und zu trainieren? Klar ist, dass geistig unterentwickelte Menschen sich geistig unterentwickelt verhalten. Praktisch alle vergeuden ihr so wertvolles geistiges Potenzial anstatt es zu nutzen und ihre geistigen Fähigkeiten zu entwickeln, auszubilden und zu trainieren. Praktisch niemand kommt seiner Holschuld nach seine geistigen Fähigkeiten zu entwickeln, auszubilden und zu trainieren.

---

Frei denken - 10 Tipps, um bei der Arbeit die Kreativität zu steigern

Kreativ zu sein, wird oft nur bestimmten Menschen zugeschrieben: Designern, Künstlern, Autoren, .... Dabei ist Kreativität eine wichtige Komponente in der Ideenschmiede für Innovationen. Zudem hilft Kreativität dabei, Probleme besser zu lösen oder neue Strategien zu entwickeln. Kreativität ist somit auch ein Erfolgsschlüssel für Unternehmen und ihre Mitarbeiter. Und das Beste dabei: Kreativität kann man lernen. Wir geben euch zehn Tipps, um die Kreativität zu steigern.

Kreativität ist kein angeborenes Talent, das man hat oder nicht hat. Mit einigen Übungen und Verhaltensweisen kann man Kreativität auch lernen.

Im Arbeitsalltag versinkt man oft in eine Routine. Man hangelt sich von einer Aufgabe zur anderen und möchte diese möglichst schnell und produktiv abhandeln. Dabei verliert man aber eines aus dem Blick: Für bestimmte Aufgaben braucht man eine gewisse Kreativität. Denn durch Kreativität werden Ideen generiert. Und die führen zu Innovationen, neuen Strategien und Problemlösungen. Auch für gute Entscheidungen braucht man mehr als nur eine analytische und logische Denkweise. Denn es sind manchmal die Optionen abseits des Althergebrachten, die die besten Lösungen bieten.

Doch die Kreativität wird bei der Arbeit oft als Nebensache angesehen. Selbst in kreativen Berufen zügeln Zeitdruck und Stress sowie enge Vorgaben den kreativen Geist. So landen viele Mitarbeiter in schöpferischen Flauten oder Blockaden. Die Kreativität zu fördern, kann helfen, eingefahrene Denkmuster aufzubrechen, neue Perspektiven einzunehmen und neue Ideen zu generieren. Wir haben euch einige konkrete Tipps zusammengestellt, die eure

Kreativität steigern.

#### #1 Analytisches Denken und Kritik ausschalten

Bei der Förderung von Kreativität geht es in erster Linie darum, das analytische Denken und die Kritik für eine Weile abzuschalten. Denn das hindert Ideen am Entstehen und Reifen. Etwas gänzlich Neues wird dabei oft mit praktischen Fragen, Einwänden oder Zweifeln abgeschmettert. Derlei Bewertungen sollten in der Ideenphase aber noch gar nicht vorgenommen werden. Es geht schließlich nicht darum, was aktuell schon ist, sondern was sein könnte. Stattdessen sollte man von dem Problem oder der Ist-Situation Abstand nehmen und sich neuen Denkmustern und Optionen öffnen. Wir haben euch weitere Tipps für ein besseres Brainstorming zusammengestellt.

#### #2 Freie Assoziation

Um neue Optionen und Ideen zu erfassen, helfen Übungen zur freien Assoziation. Hier schreibt man alles auf, was einem spontan zu dem Thema einfällt – egal wie abwegig, ohne Zensur. Später kann man dann versuchen, Verbindungen herzustellen oder Gruppen aller Begriffe zu formen. Vielversprechende Ideen kann man dann weiterdenken. Diese Methode funktioniert zwar auch allein. Im Team kommen aber noch mehr Ideen zusammen und werden von anderen beflügelt und weitergesponnen.

#### #3 Visualisieren

Um den Prozess der Ideenfindung noch zu beschleunigen, helfen Visualisierungen. Ideen und relevante Informationen kann man zum Beispiel in Mindmaps grafisch darstellen. Ob per Hand oder mithilfe von digitalen Tools - Visualisierungen helfen dem Team, einen Überblick zu erhalten, Zusammenhänge zu erfassen und sich die Informationen besser zu merken. Die wichtigen Bereiche eures Geschäftsmodells könnt ihr bspw. ganz konkret in einem Business Model Canvas visualisieren.

#### #4 Neugierig sein und Neues kennenlernen

Studien haben ergeben, dass die Konfrontation mit etwas Unbekanntem die Kreativität allgemein fördert. Nach neuem Wissen, neuen Anregungen und Perspektiven zu suchen, aktiviert Netzwerke im Gehirn, die für die Vorstellungskraft und das Ideenreichtum zuständig sind. Für euch bedeutet das: Öffnet euch für das Andere. Probiert neue Dinge aus wie Kochkurse, exotische Länder oder Bücher über völlig unbekannte Themen. Apropos Länder: Wissenschaftler fanden heraus, dass die Kreativität bei Menschen steigt, umso mehr Zeit sie im Ausland verbracht haben oder umso mehr Fremdsprachen sie sprechen. Etwas Zeit als digitaler Nomade im Ausland zu verbringen, könnte somit neue Kreativität für euer Business freisetzen.

#### #5 Fehler akzeptieren

Wer nicht wagt, der nicht gewinnt. Gerade beim Ausprobieren von neuen Wegen und Ideen ist immer ein gewisses Risiko da, dass es nicht funktioniert. Wer akzeptiert, dass Fehler und Rückschläge passieren können, hat weniger Hemmungen den Schritt trotzdem zu machen. Im Arbeitskontext sollte eine gesunde Fehlerkultur gelten. Denn nur dann werden sich Mitarbeiter mit neuen Ideen auch nach vorne wagen.

•

Kreativität sollte durch Angst vor Zurückweisung oder dem Scheitern nicht gehemmt werden. Jede Idee ist erst einmal erlaubt - egal wie abwegig, egal wie groß.

#### #6 Zeit lassen und Pausen einlegen

Kreativität kommt nicht auf Knopfdruck. Wer unter Zeitdruck und Stress leidet, ist selten kreativ. Gute Einfälle kommen meist, wenn man entspannt ist und das Gehirn genug Zeit und Freiheit hat, frei zu assoziieren. Lasst euch deshalb genügend zeitlichen und mentalen Freiraum. Sonst blockiert das Gehirn. Wer vor einer schwierigen Entscheidung oder Problem steht, sollte zudem einfach mal eine bewusste Pause einlegen. Lasst eure Gedanken einfach schweifen und gewinnt Abstand. Dann kommen die Einfälle wie von selbst.

#### #7 Bewegung

Wenn es irgendwo stockt, hilft auch Bewegung zur Förderung der Kreativität. Ein einfacher Spaziergang, eine Runde um den Block joggen oder vielleicht lieber eine Radtour? Bewegung – und frische Luft – entspannen den Geist und bringen so kreative Energien in Schwung.

#### #8 Interaktion mit anderen

In Brainstorming-Sessions, Konferenzen und Workshops kennen wir das Phänomen. Wenn ein Team gut harmoniert, kann es gemeinsam zu sehr guten Ergebnissen kommen. Einzelne Mitarbeiter ergänzen und beflügeln sich. Diesen Vorteil sollte man auch in informellen Situationen nutzen. Denn die Interaktion mit anderen kann auch bei einem Kaffee, einem Telefonat oder auf dem Flur die Ideenentwicklung fördern.

#### #9 Komfortzone verlassen

Immer am selben Ort zu sitzen, kann die Kreativität hemmen. Verlasst einfach mal euren Arbeitsplatz und setzt euch zum Arbeiten an einen unbekanntem Ort. Die neue Umgebung

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

kann inspirierend wirken. Ob Café, Park oder das Büro des Kollegen, der gerade nicht da ist, spielt keine Rolle. Hauptsache, man fühlt sich wohl und sieht etwas Neues.

#10 Alles aufschreiben

Kreativität kann man nicht zeitlich festlegen. Manchmal bearbeiten wir gerade eine ganz andere Aufgabe oder liegen abends vor dem Einschlafen im Bett. Und plötzlich hat man einen Geistesblitz. Schreibt diese Ideen immer sofort auf. Sonst vergesst ihr sie wieder und die guten Einfälle werden nie realisiert. Zur genauen Ausarbeitung des Einfalls kann man sich später immer noch Zeit nehmen.

Noch mehr Kreativität gewünscht?

Von Brainstorming bis zur Kuchen-Methode: auf Für-Gründer.de zeigen wir euch, wie ihr mit Kreativitätstechniken eine Geschäftsidee findet. Außerdem haben wir euch ein paar verrückte Geschäftsideen zusammengestellt, mit denen kreative Gründer etwas gewagt und dann sogar gewonnen haben.

---

Inspiration finden: 7 Quellen + 37 Tipps, die Sie inspirieren

Jeder kreative Mensch kennt das Problem: Null Inspiration. Der Kopf ist völlig leer, es fehlt jeglicher Einfall und es will sich partout keine gute Idee einstellen. Erzwingen lässt sich der inspirierte Gedanke nicht. Wenn Sie wirklich Inspiration finden wollen, braucht es vielmehr eine Art Gärprozess: Man nehme ein paar Anregungen, gebe dem ganzen Zeit, in der man sich mit etwas anderem beschäftigt, lasse das Ganze blubbern und sich entfalten. Damit es mit der Inspiration wirklich klappt, erfahren Sie hier, wo Sie Inspiration finden können und mit welchen Methoden Sie Ihre Sinne anregen...

Inspiration Definition: Was ist das eigentlich?

Der Begriff der Inspiration stammt ursprünglich aus dem Lateinischen und lässt sich mit „Einhauchen“ oder etwas gehobener auch „Beseelung“ übersetzen. Gerade die Vorstellung des Einhauchens trifft dabei als Erklärung ins Schwarze: Als Inspiration wird eine Art Eingebung, meist im künstlerischen und kreativen Sinne, verstanden. Sie ist die plötzliche Idee, der Geistesblitz, ein Moment der Klarheit, indem die Kreativität sich Bahn bricht und die besten Einfälle ermöglicht.

Inspiration ist das Ende eines „Kreatiefs“, einer Durststrecke des Einfallsreichtums. Neben dieser künstlerischen Inspiration wird religiöse Inspiration als Eingebung durch etwas Göttliches verstanden.

Inspiration Synonyme

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

Einfall, Anregung, Impuls, Aha-Effekt, Offenbarung, Gedanke, Erleuchtung. Es gibt viele Bezeichnungen, die synonym zur Inspiration verwendet werden. Sie alle verdeutlichen die Idee und den Moment der Klarheit. Inspiration ist jedoch nicht zwangsläufig mit Innovation verknüpft.

Wer beispielsweise aus der Suche nach Inspiration zur Einrichtung, Dekoration oder für Geschenke ist, findet oft Ideen, die er genau so für sich umsetzen möchte. Sich inspirieren zu lassen, kann somit auch bedeuten, auf die Kreativität anderer zurückzugreifen, deren Einfälle zu nutzen oder darauf aufzubauen.

Wo können Sie Inspiration finden?

Quellen der Inspiration gibt es so viele wie Sterne im Universum. Wer inspiriert werden möchte, kann nahezu überall fündig werden. Filme können ebenso inspirieren, wie Songs im Radio, der Chef oder die Putzfrau, die bunten Regale im Supermarkt oder der Blick gen Horizont und die Fahrt mit der U-Bahn. Glauben Sie nicht? Wir haben hier 7 Beispiele und Vorschläge für Inspirationsquellen, die Sie häufiger anzapfen sollten:

Absagen

Eine Absage bringt zunächst Frust – kann aber gleichzeitig Inspiration sein. In den 1970er Jahren bewarb sich Herb Greenberg bei einer der angesehensten Tageszeitungen der USA. Der herbe Rückschlag mit der Rückmeldung am Telefon: „Ganz ehrlich, wir glauben, dass wir jemand Besseren als dich finden können“. In Greenberg aber löste das etwas aus, eine Trotzreaktion, einen „Euch zeug ich's“-Moment und die Inspiration, es besser machen zu können. Greenberg fand einen anderen Job als Reporter, schrieb später auch fürs „Wall Street Journal“ und hat seine eigene Beratungsfirma gegründet. Die eisenharte Absage sei damals niederschmetternd gewesen, erinnert er sich, aber inspirierend.

Natur

Viele Erfindungen zeigen, wie viel Inspiration in der Natur steckt. Wir haben uns abgeschaut, was es bereits gibt und in Technik übertragen: Flugzeuge, Propeller, Saugnäpfe, Klettverschlüsse – sie alle haben ihren Ursprung in der Natur, bei Tieren oder Pflanzen. Selbst wenn Sie sich nichts direkt anschauen, können Sie in der Natur Inspiration finden. Machen Sie einen Spaziergang im Wald oder Park, lassen Sie die Gedanken schweifen und schauen Sie, auf welche Gedanken Sie das bringt.

Bilder

Wer sich für ein paar Stunden im Zimmer einschließt, um die Leinwand mit Farbe zu füllen, benötigt dafür lediglich etwas Muße. Und Müßiggang ist einer der besten

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

Inspirationsquellen. Dabei ist es egal, ob Sie ein begabter Künstler sind. Allein der kreative Prozess des Malens kann Ideen fördern, neue Einsichten bringen und für klarere Gedanken sorgen.

#### Videos

Das Internet bietet mehr Videos als Katzencontent. Reden, Vorträge, Tutorials, Historisches, Witziges und Originelles Videomaterial von schier endlosem Inspirationspotenzial. Seine berühmteste Rede hielt Steve Jobs vor Absolventen der Universität von Stanford. Dabei sprach er die heute berühmten Worte: „Wenn man sich immer wieder daran erinnert, dass man eines Tages sterben wird, ist das der beste Weg, um den Trugschluss zu vermeiden, man hätte etwas zu verlieren. Es gibt keinen Grund, nicht eurem Herzen zu folgen.“

#### Mathematik

Wer das Oscar-gekrönte Meisterwerk „A Beautiful Mind“ gesehen hat, ahnt: Mathematik kann die wildesten Fantasien auslösen. Princeton-Mathematiker John Nash, im Film verkörpert von Russell Crowe, ist ein Genie in Algebra und Analysis, entwickelt aber früh im Leben eine ausgewachsene Schizophrenie und leidet an Wahnvorstellungen. Und doch: Zahlen – nicht nur die in Brainteasern und Sudokus – und deren logische Zusammenhänge können enorm inspirierend wirken.

#### Biographien

Michelle Obama. Helmut Schmidt. Nelson Mandela. Albert Einstein. Che Guevara. Jim Henson. Astrid Lindgren – Persönlichkeiten von jetzt, früher und ganz früher können wunderbare Vorbilder und Inspiration sein. Was ging in ihnen vor? Welche Herausforderungen mussten sie bewältigen? Welche Probleme hatten sie? Von vielen schillernden Persönlichkeiten gibt es – mehr oder weniger – gelungene Biographien. Sie gewähren Einblick in das Seelenleben, transportieren uns in vergangene Zeiten und können ungemein inspirierend sein.

#### Ruhe

In der Ruhe liegt nicht nur Kraft – sie bringt uns auch auf neue Gedanken. Allerdings müssen wir diese Stille und Abgeschiedenheit in unserer heutigen Zeit bewusst suchen. Schalten Sie Störquellen (das Smartphone vor allem) gezielt aus. Ziehen Sie sich 30 Minuten lang in ein Zimmer zurück, und sitzen Sie nur still da, denken Sie nach oder meditieren Sie. Sie werden jede Menge gute Gedanken tanken und Inspiration finden.

Inspiration bekommen mit diesen 7 Tipps

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

Die Suche nach Inspiration kann anstrengend, nervenaufreibend und langwierig sein. Geduld ist ein wichtiger Faktor, denn wenn Sie Inspiration bekommen wollen, gelingt das selten innerhalb kürzester Zeit. Um der Inspiration ein wenig auf die Sprünge zu helfen, können Sie die folgenden Tipps nutzen, die Ihnen helfen können, endlich von der Muse geküsst zu werden:

- Lenken Sie sich ab

Inspiration kommt selten durch angestregtes Grübeln. Lenken Sie sich stattdessen ab, machen Sie etwas völlig anderes und denken Sie gar nicht mehr an das Thema. Dann kommt der erleuchtende Gedanke. Dies ist auch als Random Episodic Silent Thinking oder kurz REST bekannt.

- Betrachten Sie Vorbilder

Wenn die Inspiration fehlt, dann schauen Sie sich an, was andere gemacht haben. Vorbilder können eine gute Orientierung sein und zur eigenen Inspiration beitragen. Sie können den tollen Einfall anderer ausprobieren oder daraus lernen. Lassen Sie sich inspirieren, wie andere ein Problem gelöst haben, welche Methoden diese dabei genutzt haben oder wie ungewöhnlich das Vorgehen war.

- Schreiben Sie schlechte Ideen auf

Bevor die wirklich gute Inspiration kommt, ist der Weg gepflastert mit zahlreichen schlechten Ideen und miesen Einfällen. Kreative Fehltritte eben. Schreiben Sie sich diese von der Seele. Das hat gleich zwei Vorteile: Sie können diese hinter sich lassen und aus der schlechten Idee einen guten Einfall machen. Manchmal muss man sich die schlechten Ideen wortwörtlich noch einmal vor Augen führen, um zu erkennen, was nicht funktioniert – und daraus die nötige Inspiration zu bekommen.

- Handeln Sie spontan

Straffe Strukturen, vorgefertigte Pläne und strikte Regeln sind Blockaden für Inspiration. Es ist nahezu unmöglich, auf kreative Gedanken zu kommen und Inspiration zu finden, wenn Sie sich selbst in ein zu enges Gerüst einsperren. Besser sind Ihre Chancen, wenn Sie Ihre Spontaneität ausleben. Machen Sie das, wonach Ihnen gerade der Sinn steht und schauen Sie, welche Ideen Ihnen dabei kommen.

- Verlassen Sie die Komfortzone

Inspiration liegt meist außerhalb der eigenen Komfortzone. Anders formuliert: Wer immer nur das gleiche macht, kommt auch nur auf die immer gleichen Idee. Brechen Sie aus Routinen aus, machen Sie Neues, das Mut braucht. Sich selbst herauszufordern, kann zu neuen Denkweisen inspirieren.

- Suchen Sie nicht nach Perfektion

Wie zu Beginn bereits gesagt: Inspiration ist ein Prozess. Der erste Gedanke muss deshalb

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

nicht gleich die perfekte Idee sein. Machen Sie Perfektion nicht zum Standard Ihrer Geistesblitze. Denken Sie weiter darüber nach bevor Sie einen Einfall frühzeitig als nutzlos abstempeln.

- Gehen Sie systematisch vor

Manche Menschen brauchen mehr Struktur. Sie können versuchen, Ihrer Inspiration durch systematisches Vorgehen auf die Sprünge zu helfen. Nutzen Sie etwa Brainstorming und Mindmaps, um Ihre Ideen zu visualisieren und zu verfeinern. Mehr Inspiration: 30 Wege, Ihre Sinne zu kitzeln

Kreativität ist nur selten das Ergebnis eines einzigen Moments. Wir sprechen zwar gern vom Geistesblitz – Inspiration ist aber häufig die Folge anhaltender Gedankenkaskaden. Deshalb nutzen Sie obige Inspirationsquellen ruhig häufiger – und dazu ein paar Tricks, die Sinne zu kitzeln. Hier sind noch 30 weitere Anregungen...

- Putzen Sie Ihre Zähne mit der nicht-dominanten Hand.
- Lesen Sie zuerst einen Zeitungsteil, den Sie normalerweise gleich zur Seite legen.
- Fahren Sie einen anderen Weg zur Arbeit als sonst.
- Nutzen Sie dazu ein anderes Transportmittel als üblich.
- Hören Sie einen anderen Radiosender.
- Benutzen Sie die Treppe statt des Aufzugs.
- Durchwandern Sie das Bürogebäude, entdecken Sie es neu.
- Beginnen Sie dabei ein Gespräch mit einem Kollegen, mit dem Sie sich nie unterhalten.
- Sortieren Sie Ihr Desktop neu.
- Verändern Sie den Bildschirmhintergrund.
- Lesen Sie ein Blog über ein Thema, mit dem Sie sich sonst nicht beschäftigen.
- Schreiben Sie jemandem eine E-Mail, den Sie schon lange nicht mehr kontaktiert haben.
- Schreiben Sie jemandem einen Brief.
- Fragen Sie Kollegen, was die an Ihrer Stelle tun würden.

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

- Gehen Sie mittags spazieren.
- Gehen Sie auf den Markt, schließen Sie die Augen – und riechen Sie Ihre Umgebung.
- Bestellen Sie mittags ein Gericht, das Sie noch nie gegessen haben.
- Sprechen Sie einen fremden Menschen auf der Straße an – laden Sie ihn zum Kaffee ein.
- Fragen Sie einen Fremden um Rat.
- Kaufen Sie ein Buch und lesen Sie es – an einem Tag.
- Drehen Sie Bilder (z.B. in der Zeitung) um 180 Grad und schauen Sie nur so lange an bis das Hirn versucht, das Motiv zu erkennen.
- Lesen Sie ein Buch zu einem Thema, über das Sie noch nie etwas gelesen haben.
- Wenn Sie einkaufen: Gehen Sie in ein Geschäft, in das Sie noch nie gegangen sind.
- Gehen Sie zu einer anderen Zeit nach Hause als sonst.
- Nehmen Sie sich spontan einen Tag frei.
- Malen Sie ein Bild.
- Malen Sie ein Bild mit Ihrer nicht-dominanten Hand.
- Sehen Sie sich einen Film an – aber in einer Fremdsprache.
- Schlafen Sie auf der anderen Seite des Bettes oder am anderen Kopfende als sonst.
- Erweitern Sie diese Liste für sich selbst...

#### Inspiration Zitate

Eine weitere Möglichkeit zur Inspiration sind Zitate und schlaue Sätze von berühmten Persönlichkeiten. Deshalb haben wir einige inspirierende Zitate für Sie aufgelistet:

- „Die Inspiration ist ein Besucher, der nicht immer bei der ersten Einladung erscheint.“ Pjotr Iljitsch Tschaikowski

Klaus Schreiner, 6020 Innsbruck, Kaiser Franz-Joseph-Str. 4

- „Ich habe gelernt, die Quelle meiner Inspiration beim Schreiben nie ganz auszuschöpfen, sondern immer aufzuhören, solange noch etwas übrig war, dass sich über Nacht aus derselben Quelle wieder auffüllen konnte.“ Ernest Hemingway
- „Inspiration ist niemals echt, wenn man sie gleich als solche empfindet. Wahre Inspiration stellt sich unbemerkt ein und wird erst nach einiger Zeit in ihrer vollen Bedeutung erkannt.“ Samuel Butler
- „Inspiration existiert, aber sie muss dich arbeitend vorfinden.“ Pablo Picasso
- „Je tiefer die Stille, desto höher die Inspiration.“ Unbekannt
- „Die Inspiration – der alkoholfreie Rausch.“ Alexander Otto Weber
- „Inspiration kommt nach Transpiration.“ Unbekannt

Die Idee: Der Parasit in unserem Gehirn

Zum Abschluss noch ein Gedanke als Inspiration: Ist der Mensch wirklich die Krone der Entwicklung? Die erfolgreiche Idee wandert von Gehirn zu Gehirn, erobert es und verändert es. Der Mensch denkt, die Ideen seien seine Erzeugnisse, dabei sind sie in Wirklichkeit Parasiten, ein Virus. Sobald sich die Gelegenheit dazu bietet, sucht die Idee nach neuen Gehirnen, die sie infizieren kann. Warum sollte die Evolution nur auf das Materielle beschränkt sein? Das Medium ist der Evolution egal. Der kluge Gedanke stammt aus Bernard Becketts Buch: „Genesis“. Und es stimmt: Einmal inspiriert, werden wir die Idee nicht mehr los (womöglich sogar diese).

---

Mit freundlichen Grüßen, Ihr Klaus Schreiner