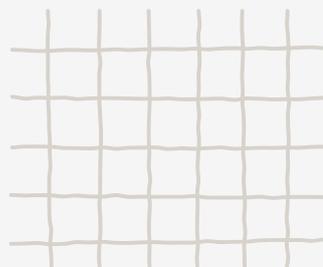
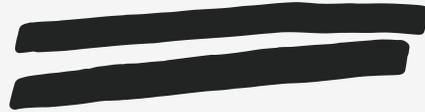
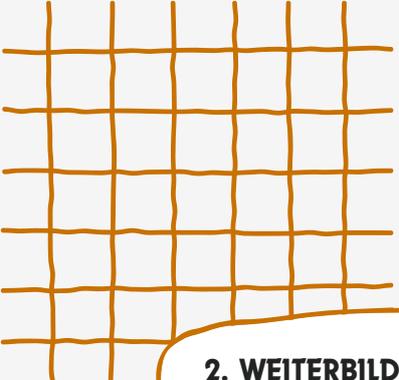


KREATIVBOOSTER

für mehr Ideen





1. UMFELD SCHAFFEN

3. AB IN DIE NATUR

2. WEITERBILDUNG

4. FESTE STRUKTUREN
VERLASSEN

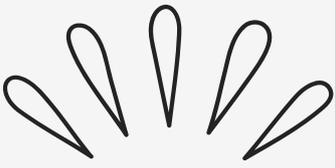
5. AUSTAUSCH

7. IDEEN AUFSCHREIBEN

6. REFLEXION

9. NEUE FÄHIGKEITEN

8. INSPIRATION



MEHR IDEEN



11. ANDERE BRANCHEN

10. UMSETZUNG

14. ERFOLGSJOURNAL

12. NICHTS TUN

13. ÜBEN

15. KOMFORTZONE
VERLASSEN

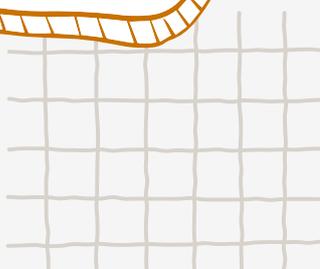
16. FEEDBACK

17. AKZEPTANZ

18. KREATIVITÄTS-
TECHNIKEN

19. ANALYSIEREN

20. ANKER



1.

UMFELD SCHAFFEN

Es ist wichtig zu bedenken, dass ein kreatives Umfeld für jeden Menschen unterschiedlich sein kann. Manche arbeiten gerne mit anderen zusammen, wieder andere sind lieber alleine.

Es geht nicht nur darum einen Ort zu finden oder zu erschaffen, der inspirierend ist, sondern vor allem Raum für die freie Entfaltung

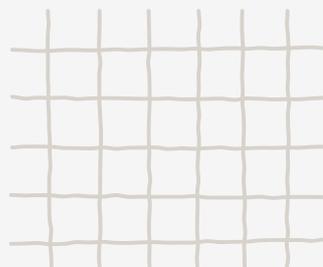
Mir hilft es z.B. einen aufgeräumten Arbeitsplatz zu haben. So simpel wie sich das anhört, In meinem Kopf ist schon so viel los, da kann ich das nicht auch noch auf meinem Schreibtisch gebrauchen.

2.

WEITERBILDUNG

Indem du dich kontinuierlich weiterbildest und offen für neue Erfahrungen bleibst, kannst du deine kreative Denkfähigkeit stärken und innovative Lösungen finden.

Und nicht nur das. Du erhältst Fachwissen und ein tieferes Verständnis in einem bestimmten Bereich der die neue Perspektiven und Sicherheit bietet



3.

AB IN DIE NATUR

Loslassen, ist der Schlüssel. Dabei geht es nicht darum den Geist komplett abzuschalten, sondern darum bewusst Freiraum zu schaffen.

Das wird auch als passives Denken bezeichnet. Vielleicht kennst du ja diesen berühmten Moment unter der Dusche. Plötzlich hast du eine Idee und endlich eine Lösung gefunden.

Der Geist schaltet niemals komplett ab. Im Hintergrund laufen immer Prozesse. Deswegen funktioniert auch das Visualisieren so gut - unbewusst hast du dein Ziel immer vor Augen.



4.

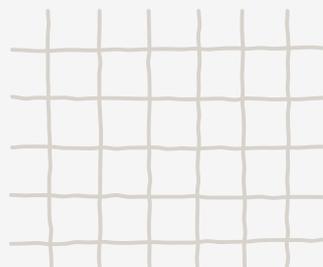
FESTE STRUKTUREN VERLASSEN

Damit meine ich nicht die Komfortzone zu verlassen. Es ist auch nicht grundsätzlich schlecht Strukturen zu haben, ganz im Gegenteil.

Ich meine die Strukturen, die dich einengen, dir Freiheit und Flexibilität nehmen.

Lerne bewusst Strukturen zu verlassen, egal ob gedanklich oder als Handlung im Alltag.

Das schult auch die Achtsamkeit und du wirst vieles mit anderen Augen wahrnehmen.





5.

AUSTAUSCH MIT ANDEREN

Ich bin ein introvertierter Mensch und beziehe meine Energie vor allem aus der Ruhe. Für mich ist es kein Problem eine längere Zeit allein zu sein.

Doch wenn mein kreativer Akku leer ist, dann ist es für mich das Beste mich mit anderen zu treffen. Das müssen nicht immer kreative Menschen sein, ganz im Gegenteil, auch andere Sichtweisen bringen mich weiter.

Der Austausch mit anderen ist eine sehr wertvolle Ressource für die eigene Kreativität weil wir dadurch an neuen Perspektiven dazu gewinnen und das eigene Potenzial fördern.

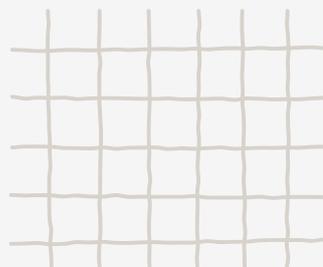
6.

REFLEXION

Ich würde sagen, dass Reflexion sogar der wichtigste Punkt für die Weiterentwicklung deiner Kreativität ist.

Durch eine bewusste und auch kritische Auseinandersetzung mit dir selbst, schaffst du erst die Bereitschaft dich besser kennenzulernen.

Es hilft dir dabei deine Ziele und Absichten genau zu klären weil du erst einmal darüber nachdenken musst, was du eigentlich möchtest.



7.

IDEEN AUFSCHREIBEN

Bei mir ist so viel los im Kopf, dass ich meine Gedanken, Ideen und Impulse aufschreiben muss. Es geht nicht darum alles umzusetzen. Mir ist es schon oft passiert, dass ich ein Jahr später auf eine Idee zurückgegriffen habe.

Ich habe immer ein Notizbuch bereitliegen. Für mich funktioniert es analog besser, doch wenn du lieber dein Handy benutzt, dann geht das natürlich auch.

Es kann auch sehr interessant sein später einmal zu sehen welchen Weg du gegangen bist und wie die Idee ursprünglich einmal entstanden ist.

8.

INSPIRATION



Egal welches Projekt ich anfangen, ich hole mir immer Inspiration bei anderen. Viele haben den Anspruch etwas völlig Neues zu erfinden. Vorsicht Spoiler! ... das gibt es nicht.

Auch ein Michelangelo hat sich inspirieren lassen. Die Kunst ist es aus der Inspiration etwas Innovatives zu entwickeln.

Also sieh dir z.B. eine Ausstellung an, lies ein interessantes Buch, schau Dokus, höre Musik, zeichne, pflücke Blumen oder geh Seilspringen... was auch immer dir dabei hilft.



9.

NEUE FÄHIGKEITEN ERLERNEN

Seit ein paar Jahren habe ich Ideen von Bildern in meinem Kopf die ich nicht umsetzen kann, weil ich dafür zeichnen können muss.

Der Wunsch diese Bilder endlich aus meinem Kopf zu bekommen ist jetzt so groß geworden, dass ich angefangen habe zeichnen zu üben.

Viele könnten jetzt sagen: "Du bist doch Bildbearbeiterin, dann nimm dir doch einfach ein Stockfoto und bearbeite das." Nein, das ist nicht dasselbe. Jeder der zeichnet weiß was ich meine.

Das neue Wissen kann ich jedoch sehr wohl auch auf Photoshop anwenden und mich so noch mehr verbessern. Deswegen ist es immer gut auch Neues zu erlernen.

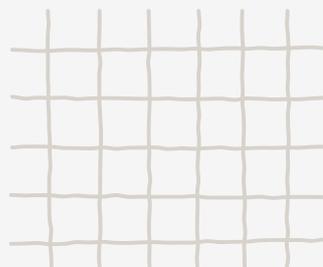
10.

UMSETZUNG

Just do it! Wenn du eine Idee hast, dann "zerdenke" sie nicht. Auch wenn sie noch nicht ganz ausgereift ist, sie entwickelt sich beim machen.

Du kannst dir in deinem Kopf alles wunderschön vorstellen, es nützt dir die schönste Idee nichts wenn du sie nicht in die Welt bringst.

Erst dann kannst du z.B. durch Feedback von anderen das volle Potential deiner Idee entfalten und sogar verbessern.



11.

ANDERE BRANCHEN ANSEHEN

Stell dir vor du möchtest ein Problem lösen, das in deiner Branche oft vorkommt. Du hast alles schon dazu durchgelesen, geschaut wie Kollegen das machen und du findest einfach keine Lösung

Schau dir doch mal andere Inhalte an. Vielleicht entdeckst du da ja einen Trend, den du für dich nutzen kannst.

Auf jeden Fall erweiterst du so deinen Wissens-horizont und bist in der Lage eine Verbindung zwischen unterschiedlichen Themen herzustellen um innovative Lösungen zu finden.

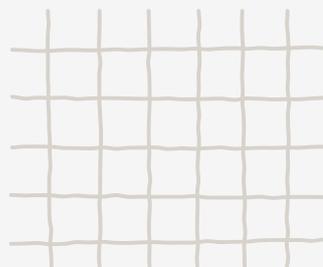
12.

NICHTSTUN

Das wir uns jetzt nicht falsch verstehen, es geht nicht darum faul zu sein. 😊

Diese "Leerzeit" ist wichtig um einen Freiraum zu schaffen damit du etwas mit mehr Abstand betrachten kannst. Oft haben wir uns in einer Idee so festgefahren, dass wir nicht weiter kommen.

Nenne es von mir aus auch "mentale Freiheit", einfach mal die Gedanken schweifen lassen ohne bestimmte Ziele oder Aufgaben im Kopf zu haben. Reisen ist zum Beispiel ein schönes "nichtstun"



13.

ÜBEN

Sich ein Video anzusehen oder ein Buch über etwas zu lesen, heißt noch nicht, dass du etwas Neues gelernt hast.

Manches sieht scheinbar auch so einfach aus, dass jeder leicht versucht ist zu denken: "Ach, das kann ich auch." Meistens liegt der Teufel im Detail.

Ich will nicht sagen das Üben allein ausreicht um etwas kreativer anzugehen. Nein, das ist sicherlich nicht so, doch es macht es einfacher Ideen umzusetzen.

Außerdem lernst du dabei sehr viel über dich selbst, z.B. wie du mit Disziplin und Rückschlägen umgehst.

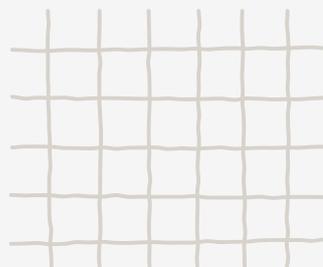
14.

ERFOLGSJOURNAL

Ja, manchmal brauche ich ein Motivation und Bestätigung um weiter zu machen. Dabei hilft es mir wenn ich mir einmal ansehe, was ich schon alles geschafft habe.

Außerdem hast du dich nicht nur "gefühl" weiter entwickelt, sondern du hast es schwarz auf weiß.

Schreibe dir deswegen deine Fortschritte auf und freu dich über jeden Meilenstein. Das ist ein riesiger Booster um dran zu bleiben.



15.

KOMFORTZONE VERLASSEN



Anders als bei den Strukturen, geht es jetzt darum aus sich heraus zu kommen.

Kreativität entsteht immer aus Chaos und nicht aus Sicherheit. Deine Komfortzone zu verlassen bedeutet Wachstum und neue Perspektiven.

Du musst jetzt nicht gleich einen Bungee Sprung von einer Brücke machen. Bei mir war es Sport, denn wenn ich etwas gar nicht mag, dann ist es das.

In einem Jahr 10km laufen zu können war mein Ziel und ich habe es geschafft. Was glaubst du habe ich dadurch alles gelernt, was nichts mit Sport zu tun hat? Ich kann nur sagen, es hat einiges geändert. Vor allem habe ich Disziplin gelernt,

16.

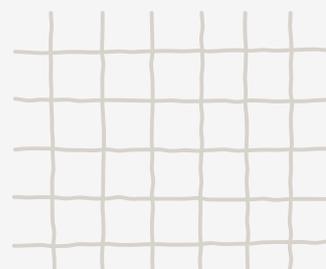
FEEDBACK

Eins vorab, nicht jedes Feedback ist hilfreich und relevant. Gerade auf Social Media bekommen wir oft ungefragt Meinungen zu unseren Post's

Such dir immer Personen, die in dem was du machst, schon richtig gut sind oder in deinem Thema Profis.

Nimm das Feedback auch nicht einfach nur an, sondern reflektiere auch, ob es für dich gut ist.

Wir alle sind Menschen mit unterschiedlichen Ansichten und Erfahrungen. Wirklich konstruktive Kritik eröffnet dir neue Möglichkeiten und Sichtweisen



17.

AKZEPTANZ

Perfektion ist wie ein Einhorn, du wirst es nicht finden.
Akzeptiere einfach, dass du es niemals allen recht machen kannst.

Wenn du das aus deinem Kopf bekommst und diesen Anspruch ablegst, dann wirst du viel freier deine Kreativität ausleben können und Ideen werden sich leichter umsetzen lassen.

Es gibt ein sehr schönes Zitat vom Peanuts Erfinder Charles M. Schulz, das mir persönlich sehr geholfen hat.

"Be yourself, no one can say you're doing it wrong."

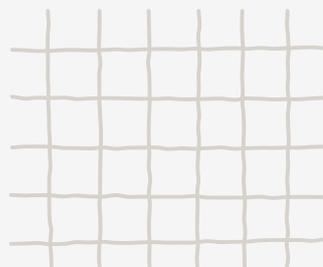
18.

KREATIVITÄTSTECHNIKEN

Wenn es wirklich mal nicht vor und nicht zurück geht, du völlig auf dem Schlauch stehst und gar keine Ideen hast, dann kannst du sie dir erarbeiten.

Du kennst sicherlich einige Techniken wie:
Brainstorming, Mind Mapping, Moodboard, Scribbles, Improvisation...

Experimentiere einfach, was für dich am besten funktioniert. Im Zweifel geht immer Punkt Nr. 6.



19.

ANALYSIEREN

Analyse und Kreativität können sich wunderbar ergänzen. Ich rede nicht von Statistiken, obwohl das manchmal auch helfen kann, sondern eher von verstehen durch beobachten.

Nehmen wir an ich möchte meine Maltechnik verbessern. Ich würde z.B. in einem Museum den Pinselstrich meines Lieblingskünstlers analysieren.

Egal in welcher Branche du also unterwegs bist, es gibt ganz sicher jemanden der ein Vorbild für dich ist. Schau genau wie dieser Mensch arbeitet und setze es für dich um.

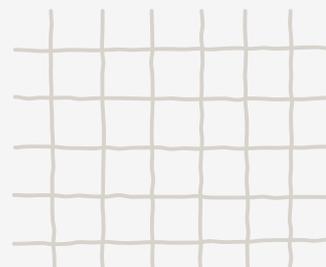
20.

ANKER/ TRIGGER

Es gibt eine Methode mit der ich sofort, quasi auf Knopfdruck, kreativ werden kann. Das ist Musik.

Musik ist mein Trigger und ein ganz bestimmtes Lied mein Anker. Wenn ich das höre komme ich in eine ganz andere Stimmung und habe sofort Bilder vor Augen und manchmal schreibe ich auch Texte dazu.

Überlege dir einmal was das bei dir sein könnte und nutze es um deine Kreativität steuern zu können und zwar dann wenn du sie brauchst.



JETZT BLEIBT MIT NOCH ZU SAGEN:



...UND DANKE FÜR DEINE ZEIT!

In meinen 20 Jahren Berufserfahrung in fast allen Bereichen der Fotografie, durfte ich unter anderem auch mit vielen Künstlern zusammenarbeiten. Eins kannst du mir glauben, sie alle haben genau die gleichen Zweifel und Unsicherheiten wie wir alle.

Sie haben aber Wege und Techniken gefunden damit umzugehen. Das "wie" ist für jeden individuell. Ich hoffe, dass ich dir einige Ansätze und Inspirationen mit auf den Weg geben konnte.

Wenn du Feedback zu deinem visuellen Content haben möchtest, egal ob Social Media, Website, Onlineshop oder Fotos allgemein, dann schreibt mir einfach.

Alles Liebe, ♥
Kate

Schau auch mal auf meiner website vorbei und hol dir noch mehr Informationen bei meinem [BLOG](#).

“KREATIV COMMUNITY”



Wenn dir mal gar nichts einfällt, du keine Idee hast, dann heißt das nicht, dass du grundsätzlich nicht kreativ bist. Du hast einfach nur jetzt gerade keine Idee.

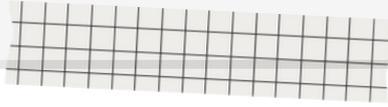
Neben all meinen Tipps, ist eins noch viel wichtiger für Kreative - der Austausch.

Dafür haben wir die [“Kreativ Community”](#) auf der Plattform Skool gegründet zu der ich dich ganz herzlich einladen möchte. Mit über 100 Kreativen aus allen möglichen Bereichen, findest du Wissen und Erfahrungen, die unbezahlbar sind.

Das ist deine Möglichkeit, all deine Fragen zu stellen und es geht nicht nur um Kreativität, sondern auch um alles, was dazu gehört. Wir unterstützen uns, geben Feedback, sprechen über Themen wie Social Media, KI, Technik, Produktfotografie, Website, Onlineshop und alltägliche Herausforderungen.

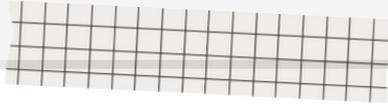


NOTIZEN



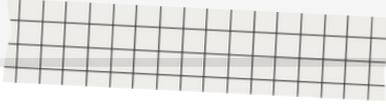
A series of horizontal gray lines forming a ruled page for taking notes.

NOTIZEN



A series of horizontal grey lines forming a ruled page for taking notes.

IDEEN



A series of horizontal gray lines providing a template for writing ideas.