

SEIEN SIE INNOVATIV

KARRIERE-REGEL NR.

2

VON MAREN LEHKY

Madonna macht uns seit Jahrzehnten vor, was es bedeutet, innovativ zu sein. Ihr Erfolgsrezept ist weder eine besonders ausgeformte Stimme noch ihr soziales Engagement – es ist die Kunst, sich immer wieder neu zu erfinden. Dabei setzt sie auf Trends, entwickelt sich und ihren Stil permanent weiter und bleibt damit seit Jahren ganz oben.

Ich kann Sie förmlich seufzen hören: „Innovativ sein? Ich bin doch überhaupt nicht kreativ!“ Dabei muss man unterscheiden: Während Kreativität die Schöpfung von etwas ganz Neuem bedeutet, baut Innovation auf Bestehendem auf und ist die Kunst der Erneuerung. Innovativ können Sie im Job auf verschiedene Weise sein. Zu Ihrem persönlichen Vorteil, aber auch zum Vorteil des Unternehmens. Denken Sie quer und fragen Sie sich etwa bei Routineschritten im Berufsalltag, wo Sie Geld sparen, etwas verschlanken und optimieren könnten. Betreiben Sie mit Kollegen Brainstormings für Verbesserungen in Ihrer Abteilung. Oder gründen Sie eine Arbeitsgruppe mit Mitarbeitern aus verschiedenen Abteilungen. Gemeinsam über komplexe Fragen nachzudenken, ist sinnvoll, weil Innovation und Kreativität manchen mehr liegt als anderen und die Teilnehmer einer Gruppe sich gegenseitig befruchten.

Innovation kann auch Sie als Person betreffen. Sie können sich selbst erneuern, indem Sie Ihre Rollen in Job und Privatleben hinterfragen: Wo agieren Sie – und wie? An welchen Stellen sind Sie wie eingebunden? Passt das noch zu Ihnen, oder wünschen

Sie sich schon länger, eine andere Rolle zu spielen? Sie haben es in der Hand, Ihr Leben und Ihre Rollen zu verändern. Das gilt auch für Ihr Image bei Kollegen und Vorgesetzten. Trägt Ihr Auftreten zum Erfolg bei, oder wird es Zeit, dass Sie sich von typischen Verhaltensweisen verabschieden, die vielleicht einmal passten, heute aber eher hinderlich sind, weil Sie immer in derselben Schublade landen? Auch bei Ihren Aufgaben können Sie innovativ sein, indem Sie sich fragen: Wenn ich nicht hier arbeite, wo dann? Wenn nicht dies, was dann? Und wenn nicht mit diesen Personen, mit wem dann?

Innovation beinhaltet immer Veränderung – und dafür sind Menschen unterschiedlich offen. Der eine begrüßt Veränderungen freudig, bevor er sie hinterfragt. Der andere analysiert zunächst alles, bis er den ersten Schritt wagt. Wieder andere müssen zu ihrem Glück gedrängt werden. Veränderungsfähigkeit und -bereitschaft hängen eng mit unseren Erfahrungen zusammen, die wir mit Neuem gemacht haben. Eine gute Übung: Erstellen Sie eine Liste aller Veränderungen, die Sie bereits

durchlebt haben: Ihre Entwicklung in der Familie, Schicksalsschläge, Krankheiten, Beziehungen. Überprüfen Sie die Rollen, die Sie in Schule, Studium und Beruf übernommen haben. Welche technologischen Veränderungen haben Sie gemeistert? Zum Beispiel E-Mails schreiben, DVDs brennen, Musik aus dem Internet herunterladen. Bei welchen Veränderungen waren Sie von Anfang an begeistert, und bei welchen haben Sie eher ängstlich reagiert? Mit welcher Vorgehensweise haben Sie letztlich die Herausforderungen gemeistert?

All diese Erfahrungen tragen Sie als Schätze in einem imaginären Rucksack mit sich, und niemand kann sie Ihnen nehmen. Schöpfen Sie daraus die Kraft für die nächste Veränderung – dann wird Innovation zum Erfolgsrezept, das Sie mit einem offenen Blick für Neuerungen durchs Leben gehen lässt. Innovation kann das befreiende Gefühl sein, eine Hülle abzustreifen, die nicht mehr passt. So wie eine Schlange sich häutet: Sie räkelt und schubbert sich und lässt am Ende ein Häufchen von nicht mehr Benötigtem zurück, um sich befreit weiter voranzubewegen.

06

KRAFTQUELLE 2 ► **RUHERAUM.** Der englische Psychologie-Professor **Richard Wiseman** beschäftigt sich seit Jahren mit der Frage, was es mit dem Glück auf sich hat. Seine Schlussfolgerung: Das Gefühl absoluter Zufriedenheit geht einher mit körperlicher Entspannung – und diese ist ein rares Gut in stressigen Zeiten. Also richtete Wiseman auf dem Campus der Universität im britischen Hertfordshire einen perfekten Ruheraum ein. Dort liegen die Gestressten in schummrigen grünen Schein unter einem künstlichen blauen Himmel und hören Musik. Dazu erklärt Richard Wiseman: „Studien belegen, dass gedämpftes grünes Licht die Produktion des Glückshormons Dopamin steigert. Das Himmelblau wiederum weckt Sehnsüchte, die unsere Aufmerksamkeit auf unser Inneres und weg vom Stress des Alltags lenken.“ Die Musik hat der britische Musikwissenschaftler Tim Bliko geschrieben: „Langsame und klare Rhythmen, Töne in tiefen Frequenzen und keine Tempowechsel. Dazu eine Sopranstimme, die uns an die heilende Kraft der menschlichen Stimme erinnert.“ www.richardwiseman.com · VON ANDRÉ BOSSE