

KREX- das kreative Experimentierfeld

Kennst du das auch?

Du hast jede Menge Ideen im Kopf aber oft bleiben sie eben genau dort.

In deiner Fantasie siehst du da Ergebnis schon genau vor dir, fühlst die Energie, die dabei freigesetzt wird und die ist richtig „geil“.

Und dann klingelt der Wecker, steht der nächste Termin an oder die Kinder müssen aus der Kita abgeholt werden.... Mist, wieder keine Zeit anzufangen und die Idee umzusetzen. Kein Material zusammensuchen, schon mal provisorisch zusammenlegen, kurze Skizze anfertigen, weiterentwickeln und dem Fow folgen können. Keine Zeit zum Ausprobieren, Entwickeln, Reifen lassen.

Die Idee schafft es nicht durch den „Geburtskanal“, hinaus ins Leben und verkümmert. Viele dieser „Gedankenleichen“ können ziemlich viel Energie binden, frustrieren und deprimierend wirken.

Kommt dann noch ein hoher Anspruch an Perfektion hinzu, kann das leicht der Todesstoß für so manch geniale Idee sein.

Was tun, wie der Perfektionsfalle entgehen? Mein Vorschlag: Es mal mit „gut sein lassen“, vielleicht sogar das perfekte Ziel für einem Moment aus den Augen lassen und einen kleinen persönlichen Umweg gehen.

Mit KREX (= kreatives Experimentierfeld) gibt es einen Raum, der einen aus der Lethargie und dem Gefangen sein im eigenen Denken, den eigenen Ansprüchen herausführt. Ganz einfach dadurch, dass es hier mal nicht um was geht, nichts Perfektes oder gar Geniales entstehen muss.

Stattdessen „spielen“ wir mit dem, was da ist. Bei diesem Spiel wird keine Technik oder die „richtige“ Handhabung gelehrt. Es steht auch nicht alles zur Verfügung, was es braucht, um es perfekt zu machen. Ein bisschen ist es so, wie wir als Kinder gespielt und uns die Welt erobert haben, als es uns noch nicht um was ging und frei waren eigene Antworten zu finden. Genau darin liegt die Chance: Du startest wieder bei dir, bist da mit deinem Befinden, deiner Lust, deiner Begeisterung und lässt dich von ihr führen. Hier beginnt dein persönliches Abenteuer ohne, dass du erst alles durchdenken musst. Du darfst einfach losreisen und schauen, wo es dich hintreibt. Verbunden mit deinem „Bauchgefühl“ entdeckst du Dinge, eigene Fähigkeiten neu, gehst vielleicht auch mal andere Wege, um zum vorläufigen Ziel zu kommen. So findest so heraus, was für dich funktioniert, du ändern willst und vor allem, was dir wichtig ist und worum es im Wesentlichen geht.