

Kreativität

Die eigenen Bilder reflektieren

Kreativität

Kreativität ist eine notwendige **Grundfähigkeit des Menschen zur Problemlösung**

- Kreativität ist die **Fähigkeit schöpferisch zu denken** und zu handeln,
- Umkehrschluss: **Schöpferischen Leistungen zugrunde liegt Kreativität.**

Kreativität im weitesten Sinn beruht auf der Fähigkeit des menschlichen Gehirns,

- Dinge oder **Gegebenheiten miteinander zu verknüpfen**,
welche **nicht sinnvoll durch Logik miteinander verbundenen** sind oder sich
nicht sichtbar aufeinander beziehen
- und die Lücke zwischen diesen Dingen durch die
Schaffung von Sinnbezügen zu füllen.
- Dazu bedarf es freier **Assoziation mit bereits Bekanntem**
- und spielerischer Theoriebildung (**Fantasie**).

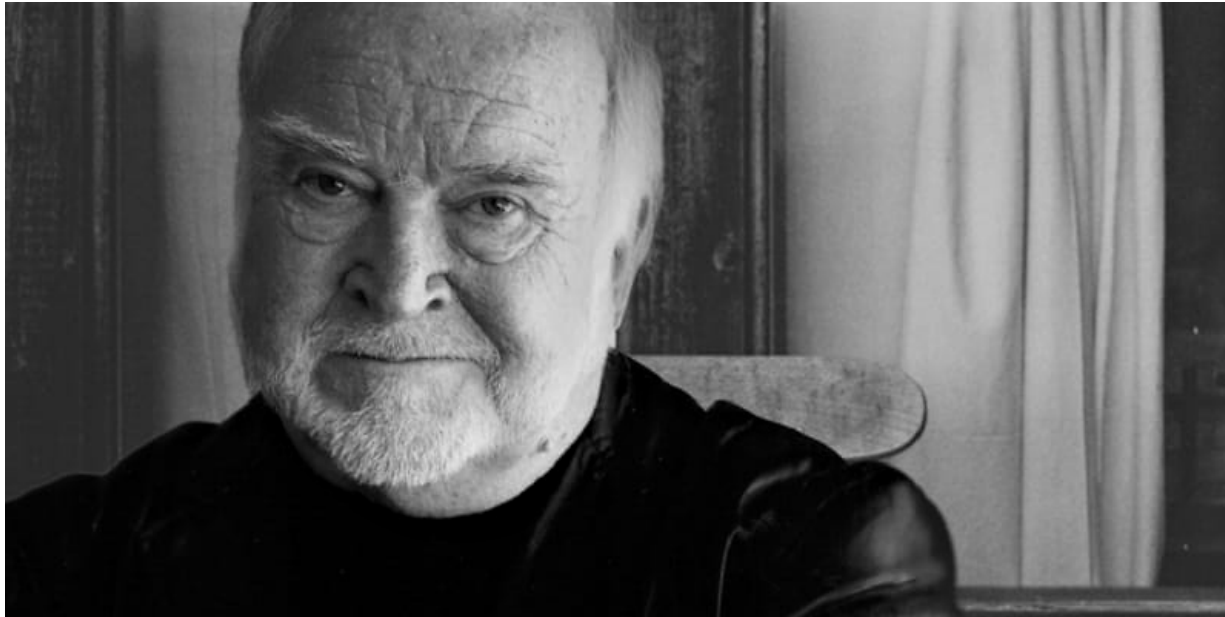
Was haben kreative Personen gemeinsam?



Frida Kahlo (Malerin) / Mary Douglas (Sozialanthropologin) / Ada Lovelace (Informatikerin) / Imogen Cunningham (Fotografin) / Marie Curie (Physikerin)

- Das Vorgehen erwiesenermassen kreativer Personen wurde genauestens untersucht.
- Es fanden sich darin **praktisch keine Gemeinsamkeiten**.
- Ausser vielleicht einem gemeinsamen Punkt:
Die genialen Ideen stellten sich bei diesen Personen **nicht einfach spontan ein, ohne das diese dafür etwas getan hätten**.

Das 5 Phasen Modell der Kreativität



Mihály Csíkszentmihályi (1934 - 2021)

- **Vorbereitung** (Präparation)
- **Reifung** (Inkubation)
- **Erleuchtung** (Illumination)
- **Bewertung** (Verifikation)
- **Ausarbeitung** (Elaboration)

Vorbereitung

- Einstimmung auf das Problem, die Herausforderung oder Tätigkeit.
 - **Wir beschäftigen uns bewusst mit einem Problem.**
 - Wenn dieses unserem Interesse entspricht oder unsere Neugier geweckt ist, so hat die Vorbereitungsphase einen stark **entdeckenden Charakter.**
- Ideen entstehen nicht aus dem Nichts:
 - **Wir sammeln Informationen** um die Ideen zu füttern,
 - Recherche und Zusammenlesen ist Nahrung für die Kreativität.
 - Somit werden **Wissen und Fähigkeiten** aufgebaut.
 - Dieses angesammelte Rohmaterial ist die Basis, auf welcher später kreative Lösungsansätze entstehen können.
- Kurz: **Wir erlernen etwas**, zum Beispiel Fotografieren.

- In dieser Vorbereitungsphase wird hauptsächlich das analytische Denken der **linken Hirnhemisphäre** eingesetzt.
- Irgendwann haben wir relevantes Wissen und erste Fähigkeiten.
- Diese führen in der Regel jedoch noch nicht zu einem befriedigenden Ergebnis. **Die gestellte Aufgabe ist so noch nicht zu lösen.**
- **Das unbedingte Suchen nach der Kreativität bewirkt daher eher das Gegenteil** und ist der Kreativität selbst abträglich. Sobald man ins Grübeln kommt, sind **Zweifel und Blockaden** nicht weit.
- Irgendwann kommt dieser Punkt: **Es geht nicht weiter.**
- Problemdruck und Frustrationsgefühle steigen. **Man legt das Thema zur Seite.**



Reifung

- **Kreative Pause:**
 - Beschäftigung mit themenfremden Gegenständen.
 - Einfache, manuelle Tätigkeiten zur Ablenkung.
 - Arbeiten, die routinierte Fertigkeiten benötigen.

- Das Problem wird **an das Unterbewusstsein abgegeben.**
 - Wenn man sich nicht mehr bewusst mit dem Problem beschäftigt, kommen im Hirn andere Denkprozesse in Gang.
 - Die Abkehr vom Problem ermöglicht den Ausbruch aus den gewohnten Denkmustern.

- **Gedankenprozesse laufen nun unbewusst ab:**
 - Sämtliche **Informationen und bisherige Erkenntnisse** über das Problem werden in **Verbindung mit anderweitig gemachten Erfahrungen** gebracht.
 - Es kommt zur simultanen **Nutzung der linken und rechten Hemisphäre** des Gehirns.
 - Das Problem verteilt sich über das ganze Gehirn.
- Von aussen betrachtet ist dies eine **Phase des Nichtlernens und Nichtstun.**
 - Wir erleben sie als **Zeit des Stillstandes.**

Erleuchtung

- Neue und unerwartete Verknüpfungen sind gebildet, **die Ideen treten jetzt aus dem Unbewussten wieder an die Oberfläche:**
 - Es dämmert und eine Idee steht schemenhaft im Raum,
 - wir erkennen sich noch nicht genau, aber wir wissen, dass sie existiert.
 - **Die Idee wird anders sein als die Gedanken zuvor.** Sie enthält eine Erkenntnis.
 - Diese Ideen entstehen meist nur, wenn wir uns nicht mit dem Problem oder der Tätigkeit beschäftigen, also nicht am «Kreativarbeitsplatz».
- Auf diesen Moment muss man also achtsam sein, damit die Lösung nicht wieder verschwindet.
 - **Es ist sehr einfach, ein Thema, welches man weggelegt hat, nicht wieder neu aufzunehmen.**

Bewertung

- Die Idee ist da:
 - Die neue **Erkenntnis/Idee überprüfen**.
 - Entscheiden, ob diese wertvoll und lohnend ist.
 - Bildlich gesprochen: Hat man das eine Ende des Fadens erst mal in der Hand, kann man daran (vorsichtig) ziehen um zu sehen wie lange er ist.
- Vielleicht brauchen wir noch **zusätzlichen Input und weitere Recherche**, um mehr Ideen zu sammeln.
 - Hierfür wird also wieder die eher sequenziell, analytisch arbeitende linke Gehirnhälfte genutzt.
- In jedem Fall heisst es jetzt: **Dranbleiben und weitermachen**.

Ausarbeitung

- Jetzt sind wir tief eingetaucht, es ist an der **Zeit produktiv zu werden**.
- Die gefundenen Lösungsansätze bedeuten noch nicht die völlige Lösung eines Problems, aber **ein Weg ist offen und kann gegangen werden**:
 - Die Idee nimmt «Form» an, es ist die Phase der Ausarbeitung.
- Der Arbeitsprozess wird zu einem **wiederholten Ausprobieren und Auswerten**.
 - Wir pendeln hin und her zwischen Tun und Reflektieren.
- Wir kommen in den **Flow**:
 - Der Flow ist der intensive **Arbeitsbereich zwischen Unter- und Überforderung**.

Über den Tellerrand schauen

- Offen sein für Neues und Ungewohntes,
- weltoffen sein,
- neue Eindrücke bekommen,
- sehen, wie andere Menschen leben,
- einen weiten Horizont haben,
- die Konsequenzen des eigenen Tuns bedenken,
- nicht egozentrisch sein.

Diese Haltung die Grundlage für Ideen und damit für Kreativität.

- Kreative Pause: **Beschäftigung mit anderen Themen.**
 - Unser Horizont erweitert sich.
 - Wir erhalten neue Impulse.
- Diese neuen Themen sind **neue Schaltstellen in unserem Hirn,** an welche bestehendes Wissen und Erfahrungen anknüpfen kann.
- Dieses Rohmaterial kann daher später Basis für kreative Lösungsansätze sein.
- **In Bereichen, die wir noch nicht kennen sind die Ideen zu finden, die wir jetzt noch nicht kennen.**
- Alles, womit wir uns beschäftigen wird sich in unserer kreativen Arbeit niederschlagen.
- **Erst wenn wir aus anderen Quellen schöpfen als unsere Kollegen, wird sich unsere Arbeit von der ihrigen unterscheiden.**

Serendipität

- Eine zufällige Beobachtung von etwas ursprünglich nicht gesuchtem, das sich als neue und überraschende Entdeckung erweist.
- Verwandt aber nicht identisch: glücklicher Zufall.
- Serendipität betont die Fähigkeit, offen für unerwartete Entdeckungen zu sein: intelligente Schlussfolgerung oder Findigkeit.
- Die Entdeckung kommt, wenn jemand viel daran gearbeitet hat, aber oft ungezwungen. Sie fällt ihm dann zu.
- «Der Zufall begünstigt nur einen vorbereiteten Geist».



Die eigenen Bilder reflektieren

Bilder, welche Du gemacht hast haben einen Einfluss auf die, welche du machen wirst. So ist das Leben. (John Sexton)

Vorgehen

- Zuerst:**
- Die Wirkung (Spontan, Selbstbeobachtung)
- Objektiv:**
- Das Bild
 - Die Entstehung
 - Die Bedingungen
- Subjektiv:**
- Das Potential
 - Die Inspiration
- Ziel:**
- Klarheit, ein Fazit

Wirkung 1

Es gibt keine zweite Chance für einen ersten Eindruck:

- Erste spontane Reaktion auf das Bild?
- Welcher Aspekt ist als erstes aufgefallen?
- An was erinnert das Bild?
- Welche Gefühle und Assoziationen löst das Bild aus?

Es gibt eine zweite Chance für einen ersten Eindruck:

- Lassen Sie ihre Bilder eine Weile abhängen, dann können Sie sie neu entdecken.

Das Bild (objektiv) in Worte fassen

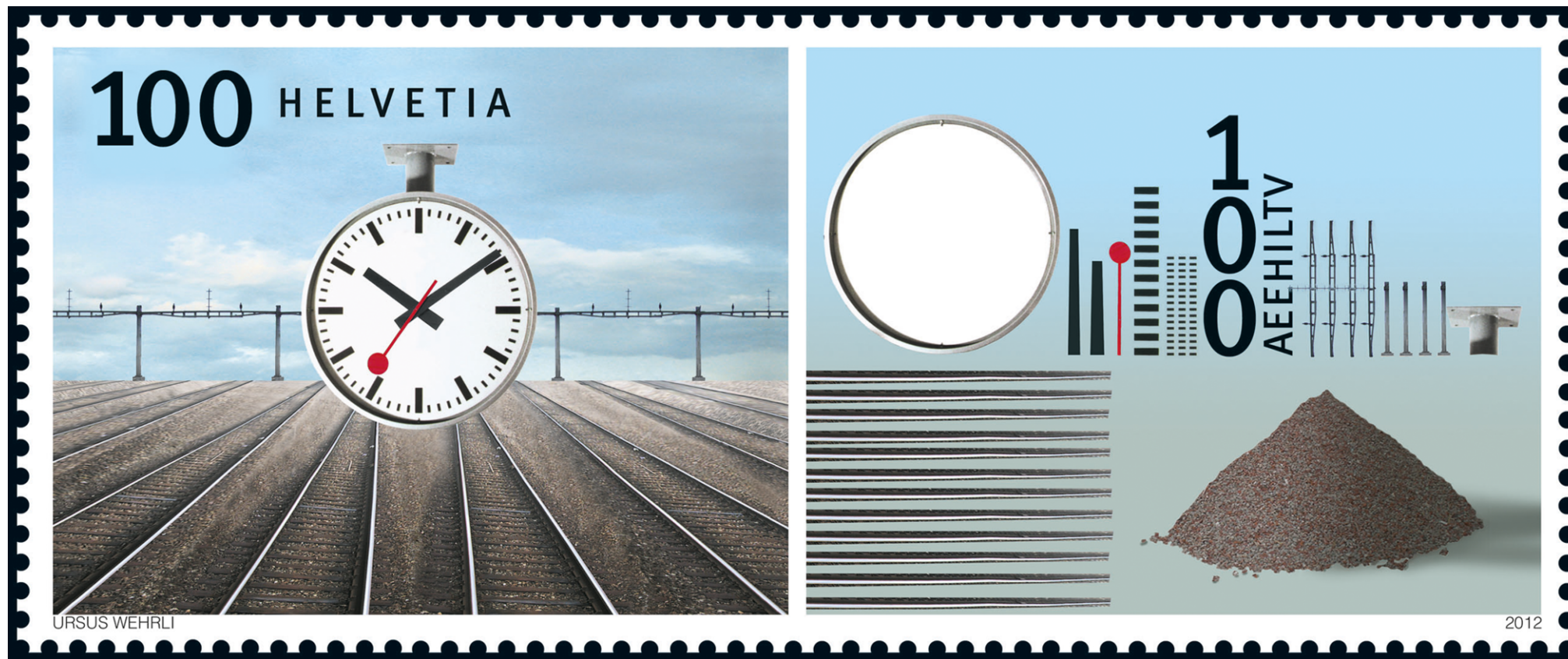


Bild: Kunst aufräumen © Ursus Wehrli

Formal

- Figur & Grund
- Bildeinteilung, Linienführung, Tiefe ...
- Bildformat, Ausschnitt, Ränder
- Lichtgestaltung, Kontraste ...
- Farbgestaltung, Warm-Kalt ...
- Einsatz der Schärfe
- Formaler Kontext (Serie, Triptychon ...)

Inhaltlich

- Welche Ideen enthält das Bild?
- In welchem inhaltlichen Kontext steht das Bild

Bildeinteilung, Linienführung, Tiefe



Bild: Fatma Nayir (zB. Diplomkurs 15)

Bildeinteilung, Linienführung, Tiefe



Nachzeichnen mit maximal 5 Linien.

Bildformat, Ausschnitt, Ränder



Bild: Bettina Diethelm (zB. Diplomkurs 9)

Bildformat, Ausschnitt, Ränder



Technische Realisierung?

- Belichtung, ISO ...
- Schärfe, Schärfentiefe ...
- Farbe, Weissabgleich ...
- Neigen, Kippen (Bildbearbeitung)
- Präsentation (Rahmen ...)

Vorbereitung, Erfahrung

- Wie waren die Bedingungen?
- Was hat gefehlt?
- Was war nicht notwendig?
- Was werde ich anders machen?

Welches Potential hat das Bild?

- Nachbearbeitung: Ausschnitt, Format, Farbgebung ...



Photoshop Shortkey: Shift+Ctrl+L

- In Kontext stellen: Serie, Thema, Umfeld ...
- Welche Ideen will ich weiterverfolgen?

Wirkung 2

- Welche Wirkung hat das Bild jetzt?
- Geben Sie dem Bild einen Titel.
- In wenigen Sätzen das Essentielle zusammenfassen.
- Wo würden Sie es aufhängen?
- Wem würden Sie das Bild schenken?

Zusammengefasst:

- Der zentrale Aspekt besteht darin,
die eigenen Bilder in Worte zu fassen.
- Das ist so schwierig nicht.

Linktipp: <https://www.punctumgallery.ch/services/ahbah/index.html>