



# Die Kreativ-Lösung durch das andere

Franz Sedlak

Man kann Probleme monologisch (nachdenken, analysieren, aufschreiben) oder dialogisch (sich anregen lassen im Dialog oder in der Gruppe) lösen. Das hängt von der jeweiligen Problemstellung ab.

Vorausgesetzt man erkennt, dass man ein Problem hat, dann ist das Durchdenken der verschiedenen Problemdimensionen allein gut realisierbar. Der Check-up, ob Einseitigkeiten die Problemsicht verzerren, ist sicher im Miteinander (Gruppe als Realitätsprüfung) sehr effektiv.

Eine Kreativ-Lösung verbindet das Alleinsein mit einer Einbeziehung des anderen: Man denkt das Problem so intensiv wie möglich durch. Man formuliert dann das Problem und sucht ein Antwortsymbol, einen Gegenstand in der freien Natur oder zu Hause. Der intuitiv gewählte Gegenstand wird auf seine Eigenschaften hin analysiert und zu den ermittelten Eigenschaften wird assoziiert. Schließlich überprüft man das Ergebnis wieder, allein oder im Dialog.

Ein Beispiel: In einer beruflichen Situation hat jemand zwei Reaktionsmöglichkeiten, nämlich kämpfen oder nachgeben. Er hat die Alternativen intensiv in Gedanken analysiert. Nun die Kreativ-Lösungshilfe durch anderes. Der Sucher im Wohnzimmer wählt intuitiv eine Schachtel mit einem Wundheilungs-Gel. Die Schachtel ist weiß, eher klein, länglich, mit einer braunen Schrift versehen. Eine Aufschrift besagt: „Zur äußerlichen Anwendung“. Die Person assoziiert eher für das Nachgeben: Weiß und Braun sind eher friedliche Farben, klein spricht auch für Nachgeben, das Wund-Gel ist auch eher für heilende Aktivität. Länglich weist auf eine lange Zeit-Lösung hin. Nun ist ein Gespräch mit jemandem sinnvoll. Wichtig ist, dass man sein Bauchgefühl in die Entscheidung mitnimmt.

Psychologisch relevant ist, dass immer sehr viele, sogar gegensätzliche Assoziationen möglich sind wie z.B.: Weiß ist eine absolute Farbe, das spricht für Kampf, klein bedeutet einen kurzen Kampf, länglich ein langer Kampf – also beides ist möglich. Das Wund-Gel kann assoziiert werden mit: Der kranke Zustand erfordert massive Maßnahmen und „Zur äußeren Anwendung“ heißt, es geht nicht ohne äußere Auseinandersetzung.

Dass die „Nachgeben-Assoziationen“ sich vorgedrängt haben, zeigt die Neigung in Richtung „Nachgeben“. Ob man seiner Neigung folgt, muss nochmals durchdacht werden – allein oder im Dialog.