



ULRIKE HARTMANN

ACHTSAMKEIT - DER SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG

Trainerin · Speakerin · Business-Coach



ERFOLGS-IMPULSE FÜR ACHTSAMKEIT IM BERUFSALLTAG

Impuls Nr. 2:

Wege zur Innovation -
Achtsamkeit zur Förderung
der Innovationsfähigkeit



Impuls Nr. 2: Wege zur Innovation - Achtsamkeit zur Förderung der Innovationsfähigkeit

Gerade in Zeiten wirtschaftlicher Unsicherheit ist die Fähigkeit, Innovationen hervorzubringen, ein zentrales Thema für jedes Unternehmen: Wer langfristig wettbewerbsfähig und erfolgreich sein will, ist kontinuierlich auf Innovationen bei seinen Produkten und Dienstleistungen angewiesen. - Das bedeutet eine enorme Herausforderung für die Innovationsfähigkeit!

Aber wie kann die Innovationsfähigkeit in Organisationen gezielt gestärkt werden? Wie gelingt es, kreative Offenheit und innovationsförderndes Denken zu entwickeln und zu etablieren, um so eine Unternehmenskultur zu schaffen, die Kreativität und Innovationen gezielt fördert?

Achtsamkeit ist ein guter Weg dazu, weil sie uns lehrt, die Aufmerksamkeit auf das Neue zu richten, in Problemen die Lösungen zu sehen und zu verstehen, dass Fehler oder Krisen Impulse des Neuen sind, die immer mit Chancen verbunden sind.

Mit der systematischen Anwendung von Achtsamkeitstechniken kann es gelingen, aus eingefahrenen Denkmustern und Routinen auszubrechen und für neue Blickwinkel und alternative Zugänge zu Innovation und Kreativität zu sorgen.

Der Gewinn:

mehr Innovationskraft und eine nachhaltig gesteigerte Innovationsfähigkeit.

Impuls Nr. 2:

Wege zur Innovation -
Achtsamkeit zur Förderung der Innovationsfähigkeit



ULRIKE HARTMANN

ACHTSAMKEIT - DER SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG

Trainerin · Speakerin · Business-Coach



4 wichtige Prinzipien der Achtsamkeit auf dem Weg zur Innovation

1. Nicht-Wissen
2. Nicht-Streben
3. Nicht-Werten
4. Fehlertoleranz



1

Nicht-Wissen Anfängergeist als Impuls für frisches Denken

Wenn wir Experte in einer Sache sind, kommt es häufig dazu, dass unsere Erfahrung und unser Wissen uns regelrecht betriebsblind machen. Sie hindern uns daran, offen zu sein für alternative Sichtweisen und neue Wege und blockieren damit das Aufdecken neuer Möglichkeiten und Chancenfelder.

Die Haltung eines Anfängers (»Beginners Mind«) ist hingegen eine wunderbare Möglichkeit, eine unvorbelastete Frische in unser Denken zu bringen und Dinge so wahrzunehmen, als würden wir zum ersten Mal damit konfrontiert. Daraus entsteht ganz automatisch eine Einstellung, die das Neue willkommen heißt und aus sich heraus entstehen lässt - ganz ohne den einschränkenden Blickwinkel von Erfahrung. Und genau diese Haltung hilft dabei, Innovationen zu entdecken.

Keine Frage: Den Anfängergeist in unseren Berufsalltag zu integrieren, ist nicht einfach und erfordert Selbstreflexion, Geduld, Aufmerksamkeit und auch Disziplin. Aber es lohnt sich allemal, den gelernten Ballast abzuwerfen und damit Raum für neue Erfahrungen und Entdeckungen zu schaffen.

Impuls Nr. 2:

Wege zur Innovation -
Achtsamkeit zur Förderung der Innovationsfähigkeit



ULRIKE HARTMANN

ACHTSAMKEIT - DER SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG

Trainerin · Speakerin · Business-Coach

2

Nicht-Streben

Mühelose Suche ohne Zielvorgaben und ohne Zeitdruck

Dieses Prinzip der Achtsamkeit klingt auf den ersten Blick wie ein Widerspruch im Kontext Innovation. Schließlich strebt man insbesondere, wenn es um Innovationen geht, danach, etwas zu verbessern, ein Problem zu lösen oder etwas Neuartiges zu erschaffen.

Aber gerade bei der nicht-strebenden, ungerichteten Suche nach Innovationen sieht man im Ergebnis, wie Antworten auf Fragen entstehen, die man noch gar nicht kennt und nach diesen man folglich auch gar nicht streben kann. Im Gegenteil, je mehr man es versucht, desto weiter entfernt man sich von echter Innovation.

Deshalb ist es ganz wichtig, in Unternehmen geschützte Freiräume zu schaffen, in denen Menschen frei und ungezwungen - quasi mühelos - ohne strenge Zielvorgaben und Zeitdruck experimentieren und ausprobieren können.

Das öffnet den Raum für spielerische Kreativität und wahre Innovationskraft.



3

Nicht-Werten

Keine Wertung und keine Urteile bei der Ideengewinnung

Wenn es um Vorschläge und Ideen geht, können die meisten von uns es nur schwer lassen, ständig zu bewerten und zu beurteilen. Aber gerade bei der Ideengewinnung für die Lösung von Problemen ist es enorm wichtig, zunächst einmal kein Urteil abzugeben. Viel besser ist es, **Ideen zunächst einfach für sich stehen zu lassen, um möglichst uneingeschränkt möglichst weit denken zu können.** Eine Idee später aufzugeben geht schließlich immer noch, aber sie erst gar nicht zuzulassen, verhindert Innovation.

Das Problem dabei ist, dass ein negatives Urteil im weiteren Schritt die Denkrichtung vorgibt: Wir müssen dann nämlich entweder uns selbst oder die anderen vom Gegenteil überzeugen. Dabei wird unnötig Zeit und Energie verschwendet, die man für eine unvoreingenommene, objektive Annäherung an das Thema hätte besser verwenden können. Oder aber wir schalten aufgrund der negativen Beurteilung komplett ab und halten alles, was mit der Idee zu tun hat, für Unsinn.

In beiden Fällen geht vielleicht eine schöne Chance zur Steigerung der Innovationsfähigkeit verloren.



4

Fehlertoleranz

Fehlschläge akzeptieren und Stolpersteine begrüßen

Wer neue Wege gehen will, muss damit rechnen, hin und wieder zu stolpern und Rückschläge zu erleiden. Das lässt sich praktisch gar nicht vermeiden. Deshalb ist es auf dem Weg zur Innovation wichtig, Fehler einzukalkulieren und zu akzeptieren. Die Angst vor Misserfolg lähmt nämlich den Erfolg.

Noch viel besser ist es, wenn Sie die Stolpersteine auf Ihrem Weg begrüßen. Dabei hilft es, seine Einstellung strikt zu ändern: Sehen Sie Fehler und Rückschläge nicht als negativ an, sondern als wichtige Erfahrungen und Learnings auf dem Weg in die richtige Richtung. Oder anders gesagt: **Betrachten Sie Fehlschläge als Input, der dabei hilft, die richtige Lösung zu finden.**

Dazu passt das schöne Zitat von Thomas Alva Edison der sagte: »Ich bin nicht gescheitert - ich habe nur 10.000 Wege entdeckt, die nicht funktioniert haben.«
Der Erfolg gibt ihm Recht!

ERFOLGS-IMPULSE FÜR ACHTSAMKEIT IM BERUFSALLTAG



Haben Sie Interesse an weiteren Erfolgs-Impulsen, um Achtsamkeit gewinnbringend in Ihren Berufsalltag zu integrieren? Sind Sie an einem Impuls-Vortrag, Training oder Coaching zum Thema Achtsamkeit im Business interessiert?

Dann freue ich mich schon jetzt darauf, von Ihnen zu hören!

Ihre
Ulrike Hartmann



Ulrike Hartmann
- **Expertin für Achtsamkeit im Business** -
Trainerin · Speakerin · Business-Coach

T: +49 (0) 75 61 / 988 19 20
F: +49 (0) 75 61 / 988 19 21
mail@ulrike-hartmann.info

www.ulrike-hartmann.info