

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 88 (2010)
Heft: 9

Artikel: "Kreativität ist ein Spiegel"
Autor: Keel, Gallus / Bachmaier, Helmut
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-725195>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

«Kreativität ist ein Spiegel»

Herr Bachmaier, warum sollen wir überhaupt kreativ sein? Kreativ meinte ursprünglich, das Schöpferhandeln Gottes nachzuhahmen. So wie Gott den Makrokosmos hervorgebracht hat, so sollte der Mensch – als Gottes Ebenbild – einen eigenen Mikrokosmos gestalten, also «schöpferisch» ein eigenes Werk schaffen. Heute wird «kreativ» meistens ohne den theologischen Hintergrund verstanden und meint die Produktion von Gegenständen und Zeichen, die der subjektiven Einstellung zur Welt entspringen. Auch Inspiration gehört dazu, ohne dass noch angenommen wird, ein besonderer Geist sei in einen hineingefahren. Das alte Inspirationsschema ging ja davon aus, dass in den künstlerisch tätigen Menschen von aussen eine Idee oder Vorstellung hineingetragen wird, etwa durch die Musen: Er oder sie wird von den Musen geküsst, wie es so schön heisst.

Vom Kuss der Musen spricht man zwar heute noch – trotzdem haben wir ein anderes Verständnis von Kreativität. Seit dem 18. Jahrhundert verstehen wir kreative Prozesse als Ausdruck der Subjektivität und ihrer freien Gestaltungsmöglichkeit. Aus der Nachahmung göttlichen Wirkens ist die Repräsentation individueller Bewusstseinszustände geworden. Kreatives Handeln dient damit der Selbstverständigung: Das Werk wird zum Spiegel, in dem wir uns wahrnehmen und reflektieren. Diese Selbstverständigung und Selbstgestaltung ist eine Form, in der sich die Erfahrung des Älterwerdens oder des Alterns niederschlagen kann.

Dabei müssen aber keine grossen Werke entstehen? Genau, es geht nicht vorrangig um die grosse Kunst. Auch bei der



Helmut Bachmaier ist Professor an der Philosophischen Fakultät der Universität Konstanz und Präsident des Stiftungsrates der im thurgauischen Berlingen domizilierten Tertianum-Stiftung (www.stiftung.tertianum.ch). Sein bevorzugtes Thema: Altern gestalten lernen und Innovationen im Alter.

Gartenarbeit kann Kreativität entwickelt werden. Wie Blumen gepflanzt und gepflegt werden, ist ebenso Ausdruck von Kreativität. Der Garten ist ein besonderes Spielfeld für die Kreativität im Alter. Eigentlich geht es dabei um Kombinationen, nämlich aus bekannten, alten oder alltäglichen Dingen etwas Neues zu machen. Kreativität ist Kombinatorik, ars combinatoria, Kombinationskunst.

Der Kreativitätsforscher Edward de Bono meint, wir müssten dafür ein neues Denken einüben. Zur Kreativität gehört ganz wesentlich, dass man Denkschablonen und ausgetretene Pfade verlässt. Etwas so zu machen, weil es schon immer so gemacht wurde, ist selten kreativ. Neugier oder Experimentierlust können zu einem neuen Denken führen. Am einfachsten sind Inversionen, also einmal etwas auf den Kopf stellen, eine andere Perspektive einnehmen oder das Gegen teil vom Gewohnten durchdenken. Ein guter Witz besteht darin, dass er etwas auf überraschende Weise anders zeigt, als es gewöhnlich wahrgenommen wird. Kreativ sein heisst deshalb auch gewitzt sein.

Wir können also kreativ sein bis ins Grab. Im besten und schönsten Fall: Ja! Kreativität kennt wenige Grenzen, man kann bis ins hohe Alter grundsätzlich alles erlernen. Man muss aber auch etwas wagen, wenn man sich Neuem, dem Ziel der Kreativität, verschreibt. Filmdiva Mae West lag nicht falsch mit ihrer Behauptung: «Alt werden ist nichts für Feiglinge.» Deshalb ist es wichtig, auf den Wagemut kreativer älterer Menschen zu setzen und ihn zu fördern. Für ein erfülltes oder erfolgreiches Alter gilt es, kreativ, lernwillig, wagemutig und neugierig zu bleiben.

Muss Kreativität zwingend Neues erschaffen? Überhaupt nicht. Wenn wir davon ausgehen, dass Alterskultur bedeutet, die Persönlichkeitsentwicklung eines Menschen lebenslang zu fördern, dann ist Kreativität ein wichtiger Hebel, um diese Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen. Kreativität umfasst die ganze Person: ihre Vorstellungswelt, ihre Fantasien, ihre Werte, ihre Hoffnungen, ihre Möglichkeiten, ihre Ziele. Kreativität ist die Spur, die zu einem selbst führt.

Kreativität sollte man also nicht nur in den engen Nischen der Freizeit ausüben, sondern als Lebensgestaltung betrachten? Kreativität ist ein motivierendes, strukturierendes Element der Lebensgestaltung. Wo im Alter Kreativität fehlt, nisten sich Langeweile, Passivität und Frustration ein. Diese sind oft die Ursachen von Depressionen und anderer Altersleiden. Kreativität ist dagegen pure Lebensfreude. Man fühlt sich aktiv, geistesgegenwärtig, ausgreifend, gestaltend, zukunftsgewiss. Kreativität macht Lust auf das Abenteuer des Lebens – auch im Alter.

Interview: Gallus Keel

Inserat



Eisenmangel



Müde?
Lustlos?
Erschöpft?
Keine Energie?

Gutschein
Geschenk Wert 19.90, Bon im Internet:
WWW.FLORADIX.CH

FLORADIX® A die Nr. 1, natürlich gut verträglich, empfohlen von Allergie Suisse