



S3All Sara Pieters: Hoe innovatie begint bij het trainen van je creatieve spier

Inleiding

In deze aflevering van Elk stapje telt spreekt Geert Hoffbauer met Sara Pieters, oprichter van Red Zezel en expert in creativiteit en innovatie. Met haar energieke en menselijke aanpak laat ze zien hoe je je creatieve spier kunt trainen – als individu én als team. Ze deelt hoe nieuwsgierigheid, speelsheid en bewust vertragen leiden tot duurzame vernieuwing, samenwerking en werkgeluk.

Spreker: Sara Pieters – Red Zezel

Gastheer: Geert Hoffbauer – Elk stapje telt

Inhoudstafel

- Introductie en welkom – 0:00
- Wie is Sara Pieters? Creativiteit als menselijke motor – 0:50
- Creativiteit als spier en waarom vertragen loont – 3:40
- Inspiratie buiten je sector: prikkels en perspectieven – 9:34
- Nieuwsgierigheid en de kracht van waarom-vragen – 12:10
- Van “ja-maar” naar “ja-en”: de mindset van groei – 15:41
- Creativiteit als motor voor teams, werkgeluk en innovatie – 19:00
- Speelsheid en verbeelding in workshops en samenwerking – 24:49
- Hoe je je creatieve spier onderhoudt en traint – 28:08
- Verbeeldingskracht als persoonlijke innovatiekracht & afsluiting – 31:43

Kerninzichten per hoofdstuk

Introductie en welkom (0:00)

Sara Pieters bewijst dat creativiteit niet alleen voor kunstenaars of grote bedrijven is. Ze helpt mensen hun verbeelding te herontdekken in de drukte van elke dag. Met haar Zezel-methode maakt ze van creativiteit een praktische motor voor vooruitgang.

Wie is Sara Pieters? Creativiteit als menselijke motor (0:50)

Creativiteit is volgens Sara een spier die iedereen kan trainen. Net zoals in de fitness begin je klein – met eenvoudige oefeningen in het dagelijkse leven. Die kleine momenten van improvisatie houden je brein lenig en versterken je vertrouwen om nieuwe oplossingen te vinden.

Creativiteit als spier en waarom vertragen loont (3:40)

Vertragen lijkt op het eerste gezicht tijdverlies, maar net daardoor ontstaan meer ideeën. Door bewust te pauzeren creëer je ruimte om alternatieven te zien en beter te kiezen. In een wereld die draait op snelheid, is vertraging vaak de kortste weg naar echte vernieuwing.

Inspiratie buiten je sector: prikkels en perspectieven (9:34)

Innovatie ontstaat zelden binnen de muren van één vakgebied. Sara toont hoe bedrijven leren van totaal andere sectoren. Door te kijken naar hoe anderen uitdagingen aanpakken – zelfs een datingsite – ontdek je nieuwe principes die je eigen organisatie vooruithelpen.

Nieuwsgierigheid en de kracht van waarom-vragen (12:10)

Nieuwsgierigheid is brandstof voor creativiteit. Sara pleit voor het herontdekken van kinderlijke verwondering: blijf “waarom” vragen en stel vanzelfsprekendheden in vraag. Zo train je niet alleen je creatieve spier, maar ook je vermogen om open te blijven kijken.

Van “ja-maar” naar “ja-en”: de mindset van groei (15:41)

Het vervangen van “ja-maar” door “ja-en” klinkt eenvoudig, maar het verandert alles. Sara legt uit hoe deze kleine taalverschuiving ideeën laat groeien in plaats van ze af te remmen. Zo ontstaat in teams meer ruimte voor experiment, energie en vertrouwen.



Creativiteit als motor voor teams, werkgeluk en innovatie (19:00)

Creatieve vrijheid verhoogt niet alleen innovatie, maar ook werkgeluk. Sara verwijst naar bedrijven die hun medewerkers tijd geven om te experimenteren. Speelruimte en vertrouwen zorgen voor eigenaarschap, motivatie en duurzame resultaten.

Speelsheid en verbeelding in workshops en samenwerking (24:49)

Met post-its, lego en metaforen zoals een "vissekom" laat Sara teams letterlijk spelen met hun samenwerking. Die visuele werkvormen maken onderliggende dynamieken zichtbaar en brengen gesprekken op gang die anders moeilijk zouden ontstaan.

Hoe je je creatieve spier onderhoudt en traint (28:08)

Creativiteit groeit door herhaling. Sara adviseert teams om dagelijks of wekelijks kleine oefeningen te doen: vijf minuten volstaan om nieuwe verbindingen in je brein te activeren. Zo wordt creatief denken een gewoonte in plaats van een uitzondering.

Verbeeldingskracht als persoonlijke innovatiekracht & afsluiting (31:43)

Verbeeldingskracht is ook een persoonlijke tool. Sara daagt luisteraars uit om hun ideale werkdag of project voor zich te zien. Door te dromen en te visualiseren bouw je stap voor stap aan de toekomst die je wilt creëren – de essentie van innovatie.

Meer weten?

Wil je meer weten over Red Zezel of contact opnemen met Sara Pieters? www.sarapieters.com, sara@redzezel.com.

Meer over Elk stapje telt: www.elkstapjetelt.be.

