



Zeitlos Handeln

WORKBOOK · Methoden & Werkzeuge

Walt-Disney-Methode

Version 1.0 · 2026

© Matthias Leo Wegner
www.levara.info

Walt-Disney-Methode

Überblick



Drei Stühle, drei Rollen, ein Durchbruch. Die Walt-Disney-Methode trennt, was im Kopf oft durcheinander gerät: Träumen, Planen und Kritisieren. Durch den physischen Wechsel zwischen drei Positionen wird es leichter, jede Denkweise konsequent einzunehmen – und am Ende eine Idee zu haben, die kreativ, machbar und robust ist.

Aspekt	Details
Ziel	Kreative Lösungsfindung durch systematischen Perspektivenwechsel
Weg	Drei Rollen (Träumer, Realist, Kritiker) physisch durchlaufen
Alternative Methoden	Brainwriting, Tetralemma, Scenario-Technik
Dauer	45–90 Minuten
Teilnehmer	1–6 Personen

Grundprinzip

Walt Disney soll drei verschiedene Räume genutzt haben: einen zum Träumen, einen zum Planen und einen zum Kritisieren. Die Methode macht daraus ein strukturiertes Vorgehen.

Die drei Rollen

Rolle	Denkweise	Haltung
Träumer	Visionär, grenzenlos	Keine Hemmungen, verrückte Ideen willkommen. Kosten und Zeit spielen keine Rolle.
Realist	Pragmatisch, planend	Nüchtern abwägen. Welche Ressourcen? Wer macht was? Welcher Zeitplan?
Kritiker	Analytisch, prüfend	Die Idee auf Schwächen klopfen. Was könnte schiefgehen? Was fehlt?

Warum die Trennung wichtig ist

Träumer ohne Realist: Ideen bleiben Luftschlösser. Realist ohne Kritiker: Konzeptionelle Fehler werden übersehen. Kritiker ohne Träumer: Keine neuen Ideen, nur Probleme. Und wenn alle drei gleichzeitig reden – was der Normalzustand im Kopf ist – blockieren sie sich gegenseitig.

Vorteile und Grenzen

Vorteile	Grenzen
Fördert kreatives Denken durch Rollentrennung	Erfordert Bereitschaft zum Perspektivwechsel
Strukturierte Ideenprüfung aus drei Blickwinkeln	Kritiker-Rolle kann destruktiv werden, wenn sie dominiert
Verhindert vorschnelle Kritik in der Ideenphase	Braucht ausreichend Raum für drei Positionen
Einfach zu erlernen	Für Einzelpersonen anstrengend

Vorgehensweise

Vorbereitung

Drei Stühle aufstellen und beschriften. Flipchart bereitstellen. Fragestellung klar formulieren.

Durchführung

- Träumer** (15 Min.): Auf dem Träumer-Stuhl Platz nehmen. Alle Ideen sammeln – ohne jede Bewertung. Je wilder, desto besser.
- Realist** (15 Min.): Zum Realisten-Stuhl wechseln. Ideen auf Machbarkeit prüfen: Ressourcen, Zeitplan, Verantwortlichkeiten. Was brauchen wir? Was ist der erste Schritt?
- Kritiker** (15 Min.): Auf dem Kritiker-Stuhl die Ideen hinterfragen: Risiken, Schwächen, offene Punkte. Was könnte schiefgehen? Was haben wir übersehen?

4. **Iteration** (variabel): Bei Bedarf zurück zum Träumer – die Kritik als Ausgangspunkt für neue Ideen nutzen.
5. **Abschluss** (10 Min.): Ergebnisse zusammenfassen, nächste Schritte festlegen.

Tipps

Zwischen den Stühlen bewusst aufstehen und physisch wechseln. In jeder Rolle konsequent bleiben – keine Kritik beim Träumen. Bei Gruppen: Alle wechseln gemeinsam die Position.

Übungen

Solo-Disney (20 Min.)

Drei Post-its oder Zettel als „Stühle“ auf den Tisch legen. Ein aktuelles Problem wählen. Auf jedem Zettel die Perspektive der jeweiligen Rolle aufschreiben. Nicht zwischen den Rollen springen – erst eine Rolle zu Ende denken.

Team-Disney mit Rotation

In einer Dreiergruppe übernimmt jeder eine Rolle fest. Ein Problem wird vorgestellt. Jeder spricht nur aus seiner Rolle. Nach 10 Minuten: Rollen rotieren. Dreimal durchlaufen. Am Ende: Was überrascht?

Quellen

- Dilts, Robert: Strategies of Genius – Vol. 1, 1994

*Menschen sind zum Geliebtwerden geschaffen, nicht zum Funktionieren.
Und wenn wir Organisationen als Gewächshäuser gestalten
– Räume, die schützen, nähren, ermöglichen –
dann kann etwas wachsen, das größer ist als wir selbst.*

Mehr erfahren:
www.levara.info