

Übungen im kreativen Schreiben

Clustering

Diese Methode ist dem Mindmapping verwandt. Das nichtlineare Clustering verknüpft assoziativ Vorstellungen und Ideen und zählt zu den Funktionen des bildlichen Denkens. Dazu nimmst du dir ein Stück Papier und notierst einen Begriff, den du mit einem Kreis versiehst. Ausgehend von diesem Mittelpunkt schreibst du nun um das zentrale Wort weitere Begriffe, die dir dazu einfallen. Dabei geht es nicht um Ordnung, du notierst einfach nur spontane Ideen. Anschliessend nimmst du dir die einzelnen notierten Worte vor und überlegst dir wiederum Begriffe, die dir dazu einfallen. So entstehen nacheinander vom Fokusbegriff ausgehend verschiedene Gedankenketten, deren Zusammenhänge du dir später überlegen kannst. Diese Übung hilft dir, dich einmal von grossen Konzepten loszumachen und wirklich völlig spontan die Gedanken fließen zu lassen. Das Ergebnis sieht dann in etwa so aus:



Clustering zum Begriff Zeit (Quelle: Methodenpool der Uni Köln)

Freewriting

Ein ähnliches Ziel verfolgt die Übung Freewriting, die dir vor allem bei Schreibblockaden helfen soll. Dazu nimmst du dir eine Zeitspanne vor, in der du ohne abzusetzen schreibst. Zu Beginn kann es sich dabei auch nur um fünf Minuten handeln. Die Regel dabei ist nur, dass du mit dem fortlaufenden Schreiben wirklich nicht aufhörst. Wenn du die Übung handschriftlich machst, setzt du den Stift nicht ab und musst zur Not Hilfslinien machen oder einzelne Worte wiederholen. Machst du die Übung am Computer, darf das Klackern der Tasten in der vorgegebenen Zeit nicht verstummen.

Was am Ende dabei herauskommt, ist völlig egal, du kannst den Text hinterher einfach wieder löschen oder das Blatt Papier wieder wegwerfen. Wichtig ist nur, dass du den Stift einfach immer weiterschreiben lässt. Dafür hörst du auf deine Intuition und lässt dich davon tragen. Damit förderst du dein assoziatives Denken und bringst es mit dem Schreiben in Verbindung. Vertrau deinem Stift!

Bildimpulse für das kreative Schreiben

Die beiden oben genannten Übungen kannst du wunderbar mit einer weiteren Technik verbinden, die häufig für das kreative Schreiben empfohlen wird: mit Bildimpulsen. Bilder regen bei uns einen ganz anderen Wissensvorrat an als Wörter – das bildliche ergänzt das begriffliche Denken. Bilder inspirieren und fördern durch das Zusammenspiel der beiden Gehirnhälften die Kreativität. Das wirst du merken, wenn du einmal die oben aufgeführten Übungen mit Bildern variierst. Für die Cluster-Übung verwendest du dafür ganz einfach Bilder, statt von einzelnen Worten auszugehen. Diese skizzierst du ganz einfach. Du kannst zum Beispiel mit einem Baum beginnen und davon ausgehend immer weitere Bilder skizzieren, die dir dazu einfallen (Vogel, Wolke, Regen, Fluss usw.).

Die zweite Übung zum Freewriting änderst du, indem du ein Bild zum Ausgangspunkt der Schreibübung machst. Sieh dir dazu einige Minuten ein bestimmtes Foto an. Das kann ein Familienfoto sein oder auch ein Gemälde oder eine Zeichnung, die du gerne magst. Versuche dann, dich in die abgebildete Szene hineinzusetzen. Anschliessend kannst du mit der Schreibübung beginnen. Vielen fällt es leichter, sich zu einem Bild assoziativ eine Geschichte einfallen zu lassen.

Quelle: Reich, K. (Hg.): Methodenpool. In: URL: <http://methodenpool.uni-koeln.de> 2007 ff