

So macht Schreiben Spass

Mit Kreativitätstechniken zum Erfolg

Das E-Book für alle, die sich einen Überblick über
die verschiedenen Methoden verschaffen möchten.
Mit vielen Übungen.



© 2005 – 2011 Heidi Hohl, HohlConsulting

Und das erfahren Sie in diesem Buch ...

- **Wie Sie Kreativitätstechniken optimal nutzen 3**
 - Thema Nummer eins – die Angst vor dem leeren Blatt
 - Was Sie dagegen tun können
 - Tipp: So motivieren Sie sich selbst

- **Methoden für den Schreibstart 8**
 - Freewriting – lässt Gedanken fließen
 - Freie Assoziation – Grundlage weiterer Methoden

- **Kreative Wortspiele 13**
 - Wortschatz-Übungen – Wie Sie neue Worte erfinden
 - Wortgewandtheit trainieren mit Alliterationen

- **Technik der Anfangsbuchstaben 18**
 - Akrostichon und Anagramm
 - Probleme ergründen
 - Lösungen finden

- **Verschiedene Formen des Brainstormings 22**
 - Brainstorming-Regeln im Detail
 - Das schriftliche Brainstorming oder Brainwriting
 - Ideenfindung und Lösungsansätze

- **Inspirationsquelle Clustering 28**
 - Netzwerke von Gedanken erstellen
 - Kreative Prozesse in Gang setzen
 - Und so geht's: Clustering-Regeln
 - Tipps für den Umgang mit dem Clustern

- **Mind-Map-Writing – vielseitiges und effizientes Instrument 36**
 - Der Mind-Map-Schreibprozess
 - Wie man Mind Maps nutzt
 - Ein paar Faustregeln
 - Anwendungsmöglichkeiten

- **Fragetechnik – Methode mit System 41**
 - Präzise Fragen formulieren
 - Mit systematischem Fragen Informationen sammeln
 - Wo die Fragetechnik überall eingesetzt werden kann

- **Metaphorisches Schreiben 46**
 - Die Metapher als wichtige Wortfigur
 - Der kreative Gebrauch von Metaphern
 - Üben mit Begriffsbildern

- **Verschiedene Gedichtformen 49**
 - Die kreative Quelle entdecken
 - Mini-Gedicht ELFchen – Kurzgedicht HAIKU
 - Übungsfeld Sprachskizze
 - Spielerisch mit literarischen Formen umgehen

- **Eigene Texte schreiben 55**
 - Vom Konzept bis zum fertigen Text
 - Ideenfindung
 - Konzeptentwicklung
 - Schreibprozess
 - Textüberarbeitung
 - Sachtexte verfassen

- **Finissage – Empfehlenswerte Literatur 62**

Wie Sie Kreativitätstechniken optimal nutzen

* Was heisst eigentlich „kreativ“? Im grossen Duden-Wörterbuch der deutschen Sprache kann man lesen, dass kreativ „schöpferisch“ bedeutet, „Ideen habend und diese gestalterisch verwirklichend“. Und der Begriff „Kreativität“ wird als „schöpferische Kraft, kreatives Vermögen“ bezeichnet, „mit der sprachlichen Kompetenz verbundene Fähigkeit, neue, nie gehörte Sätze zu bilden und zu verstehen.“

* Einfacher ausgedrückt ist Kreativität die schöpferische Fähigkeit, etwas Neues zu erschaffen, das Nutzen oder Sinn hat.

* Die meisten Menschen sind überzeugt, dass Kreativität eine Begabung, ein Talent ist. Das stimmt nicht. Kreativität kann man wecken, weil Kreativität viel mit spielerischem Tun, mit Experimentierfreude zu tun hat. Leider lernen wir in der Schule nicht, diese Fähigkeit zu entwickeln, vielmehr sind logisch-analytische Denkweisen gefragt. Die Kreativitätstechniken, die Ihnen hier vorgestellt werden, machen es leichter, Ihre Phantasie zu nutzen und Ideen zu entwickeln.

* Das Gleiche gilt für das kreative Schreiben. Die meisten Menschen glauben, es handle sich beim kreativen Schreiben vor allem um Literatur. Das ist eine falsche Annahme, denn schreiben kann jeder und kreativ schreiben kann man lernen.

* Die Kreativitätstechniken, die Sie in diesem Buch kennen lernen, lassen sich überall einsetzen, sei es in Form von Texten im Sachbereich, Gedichten, Geschichten, Erzählungen, Tagebuchaufzeichnungen usw.

* Jetzt werden Sie sich fragen: Was bringt mir das kreative Schreiben? Eine Menge, wie Sie noch sehen werden, zum Beispiel:

- Sie sind fähig, Ideen und Gedanken spielend umzusetzen.
- Sie bekommen Spass am Schreiben.
- Sie können verschiedene Textformen ausprobieren und sie beruflich einsetzen.

- Sie setzen bestimmte Techniken zum Lösen von Problemen ein oder analysieren Ihre Gefühle.
- Sie finden Ideen.
- Sie üben sich in Selbsterkenntnis.

* Wichtig ist, dass Sie die Methoden und Techniken zunächst ausprobieren.

* Noch wichtiger: Übung macht den Meister, die Meisterin. Das gilt auch für das Schreiben. Stephen King, Autor des Buches „Das Leben und das Schreiben“ schlägt 1000 Wörter pro Tag vor. Es ist jedoch wie bei den körperlichen Übungen: Am Anfang ist weniger oft mehr.

Das sollten Sie bereithalten

- Nicht fehlen dürfen Wörterbücher. Wer einen grossen Wortschatz hat, kann sich besser ausdrücken. Die deutsche Sprache bietet über 200 000 verschiedene Begriffe, im Vergleich zum englischen Vokabular mit weit über 600 000 Wörtern nicht gerade imposant. Rund 2000 Wörter muss man kennen, will man die Alltagssprache verstehen (zu ca. 90 Prozent).
- Wenn Sie Wörterbücher nicht schon im Bücherregal haben, sollten Sie sich eines davon anschaffen. Am besten, Sie suchen sich eines nach Ihrem Geschmack aus. Tipp: „Deutsches Universal Wörterbuch“, Duden-Verlag Mannheim, ISBN 3-411-71422-0.
- Wer es hat, profitiert davon. Das grosse Wörterbuch der deutschen Sprache in zehn Bänden ist die umfassendste und aktuellste Dokumentation der deutschen Sprache. Ein richtiger Wörter-Schatz und ein unschätzbares Werkzeug. Duden-Verlag Mannheim, ISBN 3-411-70360-1.
- Eine Fülle anderer Begriffe bietet ein Synonymlexikon. Sehr nützlich, wenn Sie Wortwiederholungen vermeiden wollen. Tipp: „Sag es treffender“ von A.M. Textor, mit über 57 000 Verweisen auf sinnverwandte Wörter und Ausdrücke, rororo-Sachbuch, ISBN 349961388-3.

Thema Nummer eins: die Angst vor dem leeren Blatt

Kennen Sie diesen Zustand?
Sie sitzen vor dem leeren
Bildschirm oder haben ein
weisses Blatt Papier vor sich
– doch nichts geschieht. Es
fällt Ihnen partout nichts ein.
Oder, falls Sie schreiben, das
Schreiben wird zusammen-

hangslos. Noch schlimmer,
wenn sich Ängste einstellen:
„Das schaffe ich nie!“ Diese
Beispiele liessen sich beliebig
fortsetzen; so verschieden
die Menschen, so verschieden
ihre Schreibängste.

So entstehen Blockaden

- Wer kennt das nicht? Sie haben eine mündliche Prüfung. Eigentlich ist Ihr Lampenfieber unberechtigt, denn Sie haben intensiv gelernt und beherrschen den Stoff.
- Doch plötzlich passiert es: Sie können eine Frage nicht beantworten, weil Ihnen nichts mehr einfällt.
- Oder Sie müssen bis zu einem bestimmten Zeitpunkt einen Bericht abliefern, den Sie eigentlich schon längst hätten schreiben sollen. Die Zeit drängt, Sie werden nervös – nichts geht mehr.
- In solchen Situationen stehen Sie unter hohem Stress, dadurch werden die Nervenbahnen im Gehirn blockiert. Sie leiden unter einer Synapsenblockade, wie der wissenschaftliche Ausdruck diesen Zustand nennt.

Daran lassen sich Schreibstörungen erkennen

- Sie lassen sich ablenken und machen etwas anderes.
- Sie starren vor sich hin, das Hirn ist leer.
- Sie können nicht mehr schreiben, mitten im Satz ist Schluss.

- Sie schieben das Schreiben bis zum letzten Moment auf.
- Es fehlen Ihnen die richtigen Worte.
- Das Schreiben wird als Qual empfunden.
- Sie haben den Text geschrieben, wissen aber, dass er nicht viel taugt.
- Sie verspüren innere Widerstände, werden unruhig und nervös.
- Sie sind nicht in Form: keine Motivation, Unlust.
- Sie stellen zu hohe Erwartungen an sich selbst.
- Das Thema passt nicht.
- Eine der Methoden oder Techniken ist nicht die geeignete.

Was Sie dagegen tun können

- Beschreiben Sie Ihre Schreibstörungen, zum Beispiel in einem Gedicht.
- Führen Sie ein Journal und tragen Sie diese Störungen ein.
- Versuchen Sie, sie mit einer der kreativen Methoden zu analysieren.
- Lesen Sie Texte, die Ihnen behilflich sein können.
- Lesen Sie Zeitungen oder Zeitschriften, die Sie sonst nicht lesen (auch Boulevardpresse).
- Probieren Sie andere Methoden, wenn Sie Widerstand gegen eine Methode entwickeln.
- Machen Sie Atemübungen.
- Bringen Sie sich mit Sport wieder in Form. Sport ist das beste Mittel, um auf andere Gedanken zu kommen.

- Streichen Sie niemals Worte durch, wenn Sie mit Schreiben begonnen haben. Das ist das sicherste Mittel, sich selbst zu demotivieren. So stehen Sie immer wieder am Anfang und alles wird schlimmer.
- Bringen Sie Ihre Gedanken mit einer der kreativen Schreibmethoden in Schwung. Neue Impulse gibt Ihnen vielleicht eine Technik, die Sie sonst nicht einsetzen.
- Nehmen Sie ein Wörterbuch oder ein Synonymlexikon zur Hand. Das Lesen von Begriffen wirkt manchmal Wunder.
- Zeichnen Sie Blumen, Bäume, Männchen, Kreise usw. So aktivieren Sie Ihre Kreativität.
- Bewegen Sie sich, üben Sie das Gehen: konzentriert und mit langsamen Schritten.
- Das Wichtigste: Schreiben Sie einfach drauflos. Und damit wären wir beim Freewriting (siehe nächste Seite).



Tipp: So motivieren Sie sich selbst

* Wussten Sie, dass man die Muskeln allein durch die gedankliche Vorstellung stärken kann? Das jedenfalls haben Forscher der Cleveland Clinic Foundation anhand einer Studie bewiesen.

* Fünfmal in der Woche mussten die Probanden ein entsprechendes Training absolvieren. Bei allen Testpersonen wuchs der nur mit Mentalmethoden trainierte Bizepsmuskel um rund 13.5 Prozent.

* Gedanken beeinflussen nicht nur das Handeln, auch die körperliche und mentale Leistungsfähigkeit viel mehr, als wir glauben. Negative Gedanken lösen negative emotionale Zustände aus – kein Wunder, wenn aus der Schreiblust ein handfester Schreibfrust entsteht.

* Das heisst nun nicht, dass Sie extra für dieses Buch ein Seminar für Mentaltraining besuchen müssen. Motivieren Sie sich selbst, das ist ganz einfach.

- Bereiten Sie sich gedanklich auf das Schreiben vor.
- Spielen Sie das Thema, über das Sie schreiben wollen, in Ihren Vorstellungen durch.
- Stellen Sie sich vor, wie Sie mit Freude schreiben und Ihre Gedanken leicht in den Text fliessen.
- Belohnen Sie sich, wenn Sie die Aufgabe gelöst haben. Erstellen Sie vorher eine Belohnungsliste über alles, was für Sie angenehm ist.
- Fangen Sie einfach an zu schreiben, zwei nachfolgende Techniken helfen Ihnen dabei.



Methoden für den Schreibstart

Freewriting lässt Ihre Gedanken fließen

* „Freewriting“ heisst soviel wie „freies Schreiben“ und ist eine Abwandlung der freien Assoziation, die Sie als zweite Technik kennen lernen. Ideal zum Schreibstart, weil man einfach drauflos schreiben soll. Entweder zu einem Thema oder zu einer Fragestellung. Und das geht so:

- Schreiben Sie in Worten, in halben Sätzen, ganzen Sätzen einfach alles auf, was Ihnen zum Thema einfällt.
- Schreiben Sie so schnell wie möglich.
- Schreiben Sie im Fliesstext, das heisst durchlaufend, ohne Abschnitte.
- Vergessen Sie Grammatik, Interpunktionen, Fehler oder Schreibstil.
- Legen Sie eine Textlänge fest, z.B. eine A4-Seite oder eine festgelegte Zeitgrenze.
- Schreiben Sie auch Gedanken auf, die mit dem Thema nichts zu tun haben.
- Fällt Ihnen nichts mehr ein, schreiben Sie einfach „Jetzt fällt mir nichts mehr ein“, die Gedanken kommen dann von selbst wieder.

* Diese Methode ist sehr effizient, macht kreativ und verhilft Ihnen zu einem schnellen Schreibstart. Zudem erleichtert es das Schreiben und macht erst noch Spass. Auch für berufliche Texte sehr geeignet, wenn dem Schreiber oder der Schreiberin nichts mehr einfällt oder der Schreibstart blockiert ist. Diese Methode hilft auch, ein Thema locker zu erforschen.

Übung I mit Freewriting

- Bringen Sie Ihre Gedanken auf das Papier oder den Bildschirm zum Thema „Wie ich mich fühle“. Männer wählen eher ein Thema, das sie zur Problemlösung anregt.
- Schreiben Sie ganz schnell einen Fliesstext wie oben erwähnt. Es muss aber fließen. Wenn Sie beispielsweise nach dem Wort „Leben“ nicht mehr weiter wissen, schreiben Sie dieses Wort so lange, bis Ihnen wieder etwas einfällt.

- Erst wenn es nicht mehr weitergeht, schreiben Sie „Jetzt fällt mir nichts mehr ein“.
- Fällt Ihnen gar nichts mehr ein, beenden Sie das Freewriting.
- Aus dem Freewriting können Texte entstehen, die nicht beabsichtigt waren, wie nachfolgende Sprachskizze zeigt (entstand nach dem freien und schnellen Schreiben zum Thema „Wie ich mich fühle“).
- Das beweist, dass Freewriting kreativ machen kann.
- Natürlich liegt diese Methode nicht jedem Menschen. Das muss sie auch nicht. Es gibt schliesslich genügend andere, die passen.

Lass
Leben fließen
Hältst du es fest
bildet sich
ein Stausee
und deine Seele
versinkt
Lass
Leben fließen
immerzu

Übung 2 mit Freewriting

* Versuchen Sie es doch einmal mit einem Thema aus Ihrem Job. Schreiben Sie zum Beispiel einen kurzen PR-Artikel für die Medien.

* Oder verfassen Sie eine Aktennotiz, die ein unangenehmes Telefongespräch festhält.



Freie Assoziation

* Die freie Assoziation ist für den Schreibstart sehr wirksam. Ausserdem bildet sie die Grundlage weiterer Methoden, wie beispielsweise das vorher beschriebene Freewriting. Bei dieser Methode geht es darum, Ihre Gedanken und Ideen zu notieren, ohne sie vorher zu sortieren.

- Notieren Sie das Thema oder die Frage.
- Schreiben Sie alles, was Ihnen dazu einfällt, in Stichworten auf.
- Schreiben Sie auch die Gedanken auf, die Ihnen unpassend scheinen.
- Um was es sich auch immer handelt, schreiben Sie es unbedingt auf.
- Denken Sie nicht darüber nach, schreiben Sie einfach.
- Notieren Sie nur Stichwörter.
- Jeder Begriff, den Sie aufschreiben, kann Ihnen Denkanstösse geben und vielleicht zu weiteren Einfällen führen.
- Schreiben Sie schnell, ohne auf eine ordentliche Darstellung zu achten.

Beispiel einer freien Assoziation zum Thema Weiterbildung

* Sie möchten sich weiterbilden, doch die geplante Ausbildung dauert mehrere Jahre. Sie wissen nicht, ob Sie die Strapazen auf sich nehmen sollen.

* Damit Sie Ihre Gedanken ordnen können, wenden Sie die Methode der freien Assoziation an. Schreiben Sie auf, was Ihnen dazu einfällt, zum Beispiel:

- Wichtig für Karriere –
- will vorwärts kommen –
- mehr Verantwortung –
- anstrengende Jahre –
- schaffe ich das?
- Und mein Partner?
- Heirat und Karriere?
- Freizeit opfern –
- will ich das?

* Das Beispiel zeigt, dass nur Bruchstücke der Gedanken aufzuschreiben sind. Das Ausformulieren nimmt nur Zeit weg und hält vom Gedankenfluss ab.

* Die Methode der freien Assoziation eignet sich vor allem für den Überblick über ein Thema oder eine Fragestellung. So verlieren Sie wenig Zeit und die Chance, dass Ihnen Ideen verloren gehen, ist gering.

Übung 3 mit der freien Assoziation

* Schreiben Sie alle Gedanken auf zum Thema „Sorgen“. Vielleicht liegt Ihnen dieses Thema nicht. Kein Problem. Sie finden sicher ein eigenes. Tipp: Notieren Sie für diese Übung folgende Elemente, die mit dem Thema zu tun haben:

- Fragen
- Bedenken
- Personen
- Ideen
- Lösungen
- Zitate
- Sinnsprüche

* Damit Sie nicht zu früh aufhören, schalten Sie die Zeitschaltuhr ein. Sie beginnen mit fünf Minuten, erhöhen dann auf weitere fünf Minuten. Wenn Sie mehr schaffen – umso besser!

Vorteile der freien Assoziation

- Sie kann ohne viel Aufwand ausgeführt werden.
- Sie ist sehr schnell.
- Es entstehen weiterführende Gedankenskizzen.
- Gedanken und Gefühle können aktiv genutzt werden.
- Endloses Grübeln wird schnell beendet.

* Die freie Assoziation ist eine unkomplizierte Methode und gerade deshalb sehr wirksam. Vielleicht erscheint sie Ihnen zu einfach. Sie haben Recht, sie ist einfach, doch bei häufigem Gebrauch werden Sie diese Methode schätzen.

Übung 4

Trainieren Sie nun mit Ihren Assoziationen zu diesen Themen:

- Ein Projekt, das Sie in Arbeit haben oder planen.
- Eine Weiterbildung, die Sie vorhaben.
- Ein Buch, das Sie gerade lesen.

Wenn Fragen auftauchen, nehmen Sie Kontakt mit mir auf. Vielleicht kann ich weiterhelfen. Telefon +41 720 94 50 oder h.hohl@hohl-consulting.ch



Kreative Wortspiele

* Das Spiel mit Worten aktiviert Ihre Kreativität. Das Schöne, es stellt keine hohen Ansprüche an Sie selbst. Sie können einfach mit Wörtern, Begriffen und Formulierungen nach Lust und Laune spielen. Alle Übungen können Sie auch zum Aufwärmen und für Schreibtrainings einsetzen. Gleichzeitig sind sie effiziente Wortschatz-Übungen.

Übung 5 – Erfinden Sie neue Worte

- Diese Übung macht Spass. Und so geht sie:
- Haben Sie Vorlieben für bestimmte Worte? Dann schreiben Sie sie auf und erfinden neue hinzu.
- Sie können sie auch rückwärts lesen und ein neues Wort gestalten.
- Wie wärs mit funkeln = kernulf, krenluf usw?
- Mit der Zeit bekommen Sie Routine und erweitern so Ihren Wortschatz.

Übung 6 – Nutzen Sie das Alphabet

- Erstellen Sie verschiedene ABC-Texte von A bis Z, z.B. A = Achtung; B = Biest; C = Comic; D = Denken; E = ...
- Aufgabenlösung am Beispiel der Jugendsprache: affengeil, bockstark, claro, düsen, easy,
- flockig, gigadumm, heavy, irre, jumpen, kübeln, lässig, malochen, nerven, öden, paletti,
- quatschen, realo, schnallen, tigern, ultracool, verpissen, weg-wabern, zombig.

Und jetzt ist Ihre Kreativität gefragt:

- Alphabet der Blumen = Anemone, Berglilie, Cyclame, D ...
- Alphabet der Dichter = Apollinaire (Guillaume), Böll (Heinrich), Celan (Paul), D ...
- Alphabet der Computer-Welt = Arbeitsspeicher, Betriebssystem, Cookie, D = ...
- Alphabet zu Themen Ihrer Wahl ...

Übung 7 – Erstellen Sie Worte ohne Sinn

* Bilden Sie Wortformen, die mehr Unsinn als Sinn ergeben, zum Beispiel Umkehrworte, wie

*Herzbube = Bubenherz
Liebesnacht = Nachtliebe*

Oder neue Zusammensetzungen wie

Ohr und Dampf = Ohrendampf

* Übrigens: Diese Begriffe sind aneinander gereihte Hauptwörter. Wussten Sie, dass nur das Deutsche die Möglichkeit hat, durch die Aneinanderreihung von Hauptwörtern solche Wortperlen wie

<p>Weltschmerz Zeitgeist Katzenjammer Futterneid</p>
--

und viele andere entstehen zu lassen? Das dürfte wohl der Grund sein, dass zusammengesetzte Hauptwörter vom Französischen und Englischen importiert werden, zum Beispiel

*kindergarden
le waldsterben
the vergangenheitsbewaeltigung
le wunderkind*

um nur einige wenige zu nennen.



Wortschatz-Übungen

Übung 8 – Synonyme finden

* Mit dieser Übung erweitern Sie Ihren Wortschatz. Finden Sie möglichst viele sinnverwandte Wörter. Erst im Synonymlexikon nachsehen, wenn Ihnen gar nichts mehr einfällt. Finden Sie für folgende Wörter 8 bis 18 Begriffe:

- feiern, z.B. festen ...
- Feminismus, z.B. Frauenbewegung ...
- riechen, z.B. schnuppern ...
- reizvoll, z.B. attraktiv ...
- leichtfertig, z.B. leichtsinnig ...
- Phrase, z.B. Redensart ...
- Pferd, z.B. Gaul ...

* Nehmen Sie in Ihr Synonym-Repertoire auch umgangssprachliche Begriffe auf oder Fremdwörter. Spielen Sie das Spiel der Synonyme bei jeder Gelegenheit – im Alltag, im Büro, beim Einkaufen usw. Stehen Sie in einer Warteschlange, achten Sie auf alles, was um Sie herum geschieht, welche Begriffe dazu passen.

* Lassen Sie sich sinnähnliche Wörter einfallen für Personen, Kleid, Duft und andere. Hätten Sie gewusst, dass es für den „Duft“ 18 Synonyme gibt?

Aroma, Geruch, Wohlgeruch, Parfüm, Odeur, Blume, Bukett, Geschmack, Wohlgeschmack, Schmackhaftigkeit, Würze, Würzigkeit, Hautgout, Süsse, Süssigkeit, Mief, Muff, Gestank.
--

Wortgewandtheit trainieren

Was sind Alliterationen?

* Alliteration kommt aus der Verslehre und heisst etwas kompliziert nach Duden: „Gleichheit des Anlauts bei betonten Silben bedeutungsschwerer Wörter“.

* Einfacher geht's auch, sonst vergeht Ihnen der Spass: eine Reihe von Wörtern, die mit dem gleichen Buchstaben beginnen, zum Beispiel: „lieber lange leben“.

* Alliterationen fallen nicht einfach in den Schoss; ein grosser Wortschatz ist gefragt.

* Dennoch dauert es manchmal, bis die alliteralen Funken sprühen.

- Im Treppenhaus quengelt gerade ein Kind. Die Alliteration dazu könnte sein: Kinder kreischen konsequent.
- Weitere Beispiele: Bunte Blumen blühen. Menschen machen Mode. Lächelnd los lassen.

Übung 9

* Sie erstellen eigene Alliterationen mit drei, vier oder noch mehr Wörtern.

* Hier einige Beispiele:

- Winde wirbeln Wogen (drei Wörter)
- Verständnis verlangt viel Vertrauen (vier Wörter)
- Linde Lüfte lassen Leute lächeln (fünf Wörter)



Technik der Anfangsbuchstaben

* Bei dieser Technik, Fachbegriff *Akrostichon*, bilden die Anfangsbuchstaben vertikal aneinander gereiht ein Wort. Wenn Sie die Buchstaben dieses Wortes sinnvoll kombinieren, entsteht ein so genanntes *Anagramm*. Diese Methode lässt Ihnen viel Spielraum für das Erforschen Ihrer Gedanken, von Situationen, die Sie gerade beschäftigen.

So funktioniert

* Fällt Ihnen jetzt ein Stichwort ein? Zum Beispiel ein Begriff aus Ihrem Beruf, Ihrer Firma? Oder sonst ein Wort, das Sie mögen? Schreiben Sie es in Grossbuchstaben untereinander. Nehmen wir doch einmal das Wort ABENTEUER. Lassen Sie sich zu den jeweiligen Buchstaben spontane Assoziationen einfallen. Es können einzelne Wörter sein, aber auch Satzteile. Egal, was Ihnen einfällt, schreiben Sie es auf, zum Beispiel:

A ustralien

B ärenjagd

E rfolgserlebnis

N onsens

T ausend Eindrücke

E rinnerungen

U m die Welt

E insam

R astlos

Fügen Sie nun weitere Worte und Satzteile ein, zum Beispiel so:

Australien kennt keine
Bärenjagd, bietet dafür jedes
Erfolgserlebnis. Das ist kein
Nonsens; denn man gewinnt mehr als
Tausend Eindrücke und unvergessliche
Erinnerungen. Obwohl man
Um die Welt reist, ist man manchmal
Einsam und auf eine gewisse Weise
Rastlos – aber trotzdem glücklich.

Und nun feilen Sie am Text so lange, bis Ihnen das Ergebnis gefällt.

Übung 10 – Versuch mit zwei Wörtern

* Sie sind jetzt am Ball. Versuchen Sie es doch einmal mit den Wörtern *kreativ* und *Wiese*. Gehen Sie gleich vor wie oben beschrieben.

* Was ist aus Ihren Übungen mit diesen Wörtern entstanden? Vielleicht möchten Sie Ihre Gedanken austauschen, über Ihre kreativen Schöpfungen sprechen. Kein Problem, Sie erreichen uns rund um die Uhr auf dieser E-Mail-Adresse: h.hohl@hohl-consulting.ch.

Übung 11 – Probleme ergründen

* Sie wissen nun, wies geht. Versuchen Sie einmal auszudrücken, wie eine unangenehme Situation auf Sie wirkt, zum Beispiel mit dem Schlüsselwort *Stress*. Das könnte vielleicht so aussehen:

Situation unerträglich

Total daneben

Riesenärger und Verdruss

Es ist zum Heulen

Soll ich den Bettel hinschmeissen oder macht das keinen

Sinn?

* Vielleicht haben Sie Lust, mit Wörtern zu experimentieren, zum Beispiel mit einigen der Nachfolgenden:

Aktivität – Intuition – Macht – Anerkennung – Highlife – Smalltalk – Überfluss – Erlebniswelt – Luxus – Mutmacher – Dauerbrenner – Zuversicht – Potenzial – Vertrauen – Austausch – Power – Unterhaltung – Abwechslung – Neigung.

Übung 12

Lösungen sind nicht immer schnell parat

* Mit der vorgestellten Methode finden Sie Antworten auf offene Fragen. Nehmen Sie das 6-W-Modell zu Hilfe: Wer? – Was? – Wann? – Wo? – Wie? – Warum? Stellen Sie zu jedem Thema, das Sie bearbeiten, folgende Fragen:

- Wer ist verantwortlich?
- Was ist geschehen?
- Was habe ich tatsächlich getan?
- Was kann ich tun?
- Wann soll ich handeln?
- Wo ist das Problem?
- Wie kann ich es lösen?
- Warum bin ich noch hier?

* Achten Sie darauf, dass Ihre Fragen nicht zu lang sind. Wenden Sie diese Technik in Ihrem beruflichen Alltag an. Sie bringt Sie nicht nur auf kreative Lösungen, sie wirkt zudem positiv auf die Stimmung. Metaphorisch ausgedrückt würde das heissen: „Zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen“.

* Hier noch ein Beispiel mit WARUM:

Wie soll ich reagieren?

Auf diese unberechtigte Beschwerde?

Resolut oder distanziert?

Umgänglich oder sachlich bestimmt?

Muss ich mich absichern? Zustimmung vom Chef?

* Finden Sie nun auf diese Fragen eine Antwort. Diese Übung bietet sich für Problemlösungen im Geschäftsalltag an. Üben Sie damit zum Beispiel bei Konflikten, Reklamationen usw.

Übung 13 – Namen und Erinnerungen

* Zur Vertiefung der Methoden eignet sich die Gestaltung von kleinen Texten mit Namen, Firmennamen, Personen, Erinnerungen. Als Beispiel dieses Anagramm über **IRLAND**.

<p>Insel vom Ozean umschlossen Reich der Kelten, der Märchen und Feen im Land mit Vergangenheit, wo Abenteuerlich der Ginster leuchtet – ich werde dich Nie vergessen Du grüne Insel</p>
--



Verschiedene Formen des Brainstormings

* Alex Osborn entwickelte in den 40-er Jahren die Methode des Brainstormings, was soviel heisst wie Gedankenwirbel, Gedankenblitz. Inzwischen gibt es wohl kaum ein Unternehmen, das Brainstorming als Methode zur Ideenfindung nicht einsetzte. Das Brainstorming wird in erster Linie in der Gruppe eingesetzt, kann aber auch allein angewendet werden. Hier in aller Kürze die Regeln:

- Kritik ist nicht erwünscht, jedoch
- das Spiel der Einfälle.
- Je mehr Einfälle desto besser, es geht nicht um Qualität, sondern um Quantität.
- Die gefundenen Ideen sind allen zugänglich.
- Jeder Teilnehmende sollte die Ideen anderer aufnehmen und weiterführen.

Die Vorteile des Brainstormings

- Entfaltung der gemeinsamen Kräfte im Team.
- Ausschalten von Denkblockaden.
- Partnerorientiertes Kommunikationsverhalten.
- Vermeidung von unnötigen Diskussionen.

* Mittlerweile haben sich verschiedene Varianten entwickelt, einige davon stellen wir Ihnen kurz vor.

Anonymes Brainstorming

* Die gegenseitige Anregung zur Produktion von Ideen fällt weg. Jeder Teilnehmer äussert eine Idee zur Problemlösung und schreibt sie auf einen Zettel. Im offenen Gespräch wird nachher versucht, die Lösungsansätze weiterzuentwickeln.

Collective Notebook

* Die Teilnehmenden erhalten ein Heft, betitelt mit dem gestellten Problem. Während eines Monats werden die Einfälle zum erhaltenen Thema eingetragen. Aus diesen Einfällen wird ein Text verfasst, der den anderen Teilnehmenden vorgelesen wird. Daraus lässt sich ein Konzept zur Lösung des Problems erstellen.

Didaktisches Brainstorming

* Hier wird der Prozess der Ideenfindung gesteuert. Der Moderator informiert die Teilnehmenden nur schrittweise, was die Komplexität des Problems erhöht. Auf diese Weise sollen auf möglichst vielen Ebenen Lösungsansätze entwickelt werden.

Imaginäres Brainstorming

* Bei dieser Variante werden die Rahmenbedingungen des Problems verändert, gewissermassen verfremdet. Die Teilnehmenden sollen auf diese Weise ihre alte Vorstellung aufgeben und frei werden für neue Lösungsansätze.

Individuelles Brainstorming

* Das Thema wird in sechs Schritten erarbeitet:

- Das Problem wird von jedem Teilnehmer schriftlich formuliert.
- Die Gruppe bewertet die Ideen und nimmt eine Auswahl vor.

- Jeder Teilnehmende verfasst einen Text über die beste Idee.
- Diese Texte werden vorgelesen.
- Es folgt eine Diskussion.

* Die Methode lässt sich in einzelnen Schritten individuell anwenden. Sie brauchen aber die Unterstützung von Kolleginnen oder Kollegen, die die Lösungsansätze bewerten.

* Sie könnten zum Beispiel mit dem Thema üben: „Wann ist es sinnvoll, die individuelle Methode des Brainstormings anzuwenden?“

* Allen Varianten ist gemeinsam, dass sie die Teilnehmenden an einer Sitzung wechselseitig anregen. Unterschiedlich ist die Ausführung, die sowohl schriftlich wie auch mündlich durchgeführt werden kann.

Methode 635

* Die Teilnehmenden bearbeiten das Thema zuerst individuell. Nachher erhalten 6 Teilnehmer die Texte der anderen. Sie ergänzen im vorgelegten Text 3 wichtige Wörter in 5 Minuten. Diese Variante wird vorwiegend in der Gruppe durchgeführt.

Die Brainstorming-Regeln im Detail

Lassen Sie Ihre Ideen fließen

* Die so entwickelten Ideen dürfen nicht zensiert werden. Bewerten Sie erst nach dem eigentlichen Brainstorming. Das gilt auch für das Brainwriting.

* Wenn Sie bewerten, geht Spontaneität verloren. Mit der Kreativität ist das so eine Sache: Sie verschwindet augenblicklich, wenn wir den Verstand einschalten und Bedenken haben oder andere einschränkende Gründe. Neues kann nur entstehen, wenn wir das gewohnte Denken verlassen.

* Der Schriftsteller André Gide sagte es treffend: „Wenn man nicht bereit ist, die Küste für sehr lange Zeit aus den Augen zu verlieren, kann man kein neues Land entdecken.“

Nicht so schnell aufgeben

* Das Brainstorming braucht Zeit, mindestens zehn Minuten müssen Sie diesem Vorgang zugestehen. Wenn gar keine Einfälle kommen, zeichnen Sie oder schreiben Sie irgendetwas auf. Die Chance, dass weitere Ideen „geboren“ werden, ist gross. Also niemals die Geduld verlieren.

Die vorgegebene Zeit ist abgelaufen

* Erst jetzt beginnt das Bewerten der Ideen. Sie fragen sich, welche Ideen realistisch sind. Welche umsetzbar oder viel versprechend. Notieren Sie die guten Ideen und beschäftigen Sie sich damit. Vielleicht finden Sie die Lösung schon beim ersten Mal. Wenn nicht, lohnt es sich, eine Ideensammlung anzulegen.

Tipp – Brainstorming mit Kollegen, Freunden, Bekannten

* Legen Sie Listen an mit Personen, die bereit sind, zwischendurch an einem Frage- und Antwortspiel zur Ideenfindung mitzumachen. Das braucht nicht lange zu dauern, denn die Ideen sollen auf die Fragestellung spontan einfallen.

* Beispiel: Sie wollen Begriffe mit Metaphern ersetzen. Es fällt Ihnen im Moment nichts ein. Da kommt die Brainstorming-Liste wie gerufen. Das klappt allerdings nur, wenn die Bereitschaft zum Mitmachen da ist und die Fähigkeit, sich spontan zu äussern – ohne Hemmungen.

BRAINWRITING

Das schriftliche Brainstorming basiert auf der freien Assoziation. Im Gegensatz zur freien Assoziation geht es beim Brainwriting um Ideenfindung oder um Lösungsansätze. Dazu stellen Sie konkrete Fragen. Das schriftliche Brainstorming kann Ihnen vor allem beim beruflichen Schreiben von

Nutzen sein. Setzen Sie es ein, um Ihre Kreativität zu aktivieren. Vielleicht behagt Ihnen diese Methode nicht. Dann probieren Sie es doch wieder einmal mit dem Freewriting, mit dem Sie *einen schnellen Schreibstart oder fließenden Gedankenstrom* erreichen. Zum Beispiel:

* Stellen Sie sich ein berufliches Ereignis vor, das Ihnen Ärger und Verdruss bereitet. Schreiben Sie sich vom Ärger frei, indem Sie 10 bis 15 Minuten ganz schnell alles aufschreiben, was für Sie unangenehm war. Schon das Aufzeichnen bringt manchmal Lösungsansätze hervor und ist erst noch die beste Therapie, die man sich wünschen kann!

Übung 14 – Ideenfindung und Lösungsansätze

* Sie sollten den Text für ein Editorial schreiben und möchten dazu eine passende Idee entwickeln. Nehmen wir an, es handle sich um Naturkosmetik. Und so gehen Sie vor:

- Sie schreiben die konkrete Themen- oder Fragestellung auf. Im Fall der Naturkosmetik könnte die Frage lauten:
- *Was bietet die Naturkosmetik?*
- Zum Aufschreiben der Antworten benutzen Sie Karteikarten oder ein grosses Blatt Papier. Bevor Sie loslegen, schalten Sie die Zeitschaltuhr ein. Entscheiden Sie selbst, wie viel Zeit Sie dazu benötigen. Mindestens 10 Minuten sollten es schon sein.

- Nun sammeln Sie Ideen so lange, bis der Wecker klingelt. Sie sollten die aufgeschriebenen Ideen nicht zensieren.

* Und das könnte Ihnen zum Thema „Naturkosmetik“ eingefallen sein:

- Wohlgefühl im ganzheitlichen Sinn
- vitalisiert, regeneriert
- belebt Körper, Geist und Seele
- neue Lebensphilosophie
- Pflanzenkraft wirkt grob- und feinstofflich
- Reinheit, Spannkraft und Frische
- Wohlbefinden und Schönheit mit Pflanzen aus der Natur
- Echte Naturkosmetik für Sie und die ganze Familie
- usw.
- Vielleicht fällt Ihnen dazu ein Zitat ein oder Sie schlagen nach im Zitaten-Handbuch oder klicken im Internet auf www.zitate.de. Wie wärs mit diesem? *Es gibt nur eine Heilkraft, und das ist die Natur.* Stammt von Arthur Schopenhauer. Und schon kanns losgehen mit dem Text.



Inspirationsquelle Clustering

Die amerikanische Autorin Dr. Gabriele L. Rico entwickelte zu Beginn der 80-er Jahre das Clustern. Cluster heisst soviel wie Büschel, Traube, Gruppe, Haufen, Anhäufung. Informationen, Vorstellungen und Gefühle können miteinander vernetzt werden, wobei man mit einem Gedanken beginnt und um ihn herum ein

Gedankennetzwerk erstellt. Das Clustering baut auf der freien Assoziation auf. Ziel des Cluster-Schreibens ist es, das Zusammenwirken von linker und rechter Gehirnhälfte im Schreibprozess zu ermöglichen. Dr. Gabriele L. Rico beschreibt diese Vorgänge so (Garantiert schreiben lernen, Reinbek 1984, Seite 84):

- *Das Clustering bricht die Vorherrschaft, die wir gewöhnlich der systematischen Arbeitsweise der linken Gehirnhälfte zubilligen, zugunsten der scheinbar zufälligen rechtshemisphärischen Assoziationen, die in nichtlinearer Form zu Papier gebracht werden.*
- *Beim Clustering spielen linkshemisphärische Sprachmerkmale wie Synthese, Folgerichtigkeit und Kausalverknüpfungen kaum eine Rolle. Infolgedessen haben Wörter die Tendenz, ihre herkömmliche begriffliche Bezeichnungsfunktion aufzugeben und Bildcharakter anzunehmen, von wörtlicher Bedeutung zu komplexen und poetischen Vorstellungsbildern überzugehen.*
- *Das Clustering eröffnet der rechten Gehirnhälfte die Möglichkeit, die für ihre Form der Informationsverarbeitung charakteristischen unverbrauchten Wahrnehmungen und bedeutungsvollen Muster zu entwickeln.*
- *Das Clustering bezieht die rechte Hemisphäre dadurch ein, dass es dem Fluss der emotional gefärbten Bilder, Ideen und Erinnerungen freien Lauf lässt, bis sich der erste, vorläufige Entwurf einer Ganzheit abzeichnet und der Schreibprozess mühelos in Gang kommt.*

- *Das Clustering macht sich das kindliche, staunende, unschuldige, neugierige, spielerische, offene, flexible, nach Mustern suchende Denken zunutze, das ich als bildlich bezeichnet habe und dank dessen wir ein kreatives Spiel mit Sprache, Ideen, Rhythmen, Bildern, Lauten und Mustern entfalten können, bevor wir uns auf eine bestimmte Richtung festlegen. Kurz, wir erweitern das Spektrum unserer Möglichkeiten. (Zitatende)*

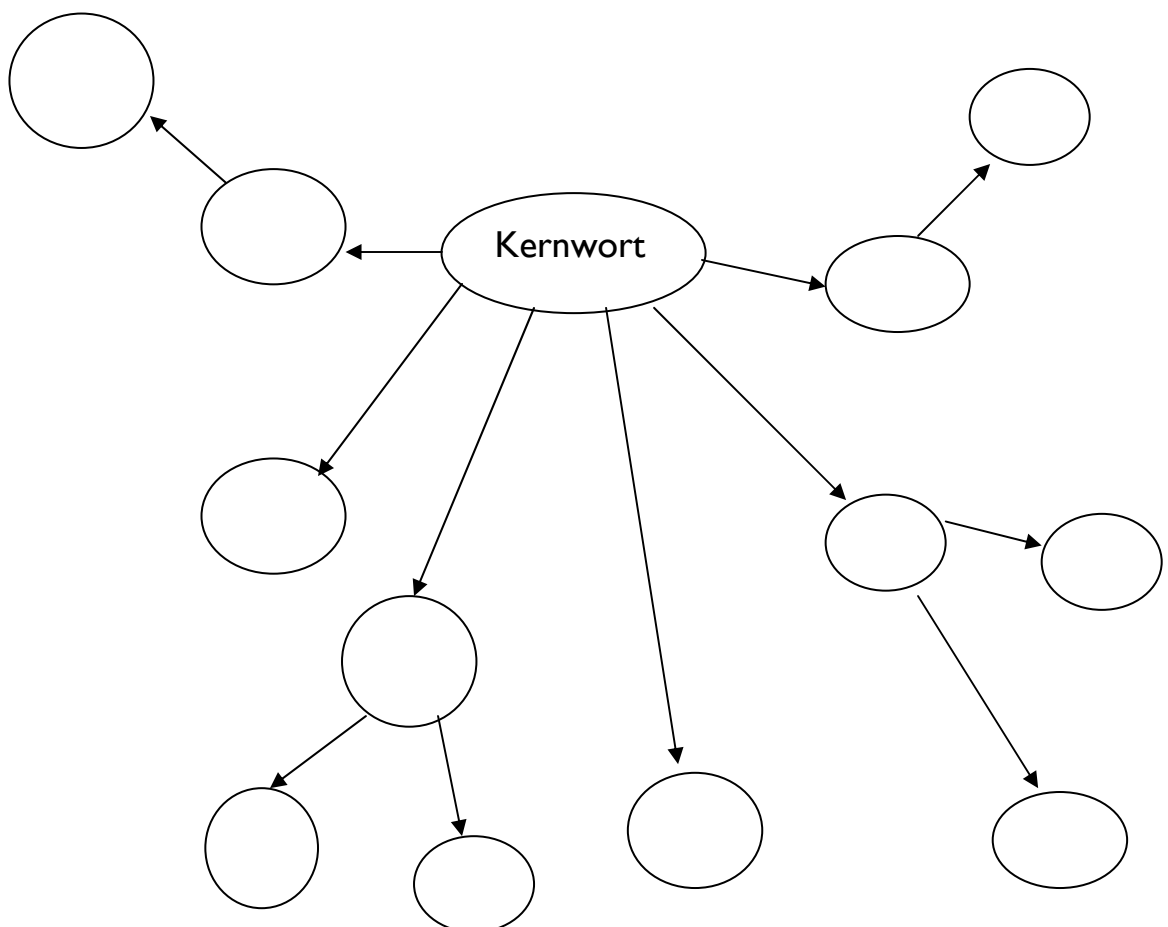
Und so geht's: Clustering-Regeln

- Sie beginnen immer mit einem Kernwort. Schreiben Sie dieses auf ein Blatt Papier, verwenden Sie am besten das Format A3. Setzen Sie das Wort in die Mitte des Blattes. Darum herum ziehen Sie eine Blase (Kreis oder Oval).
- Und nun entspannen Sie sich, lassen Sie sich für einmal treiben. Versenken Sie sich in das Kernwort und lassen Sie sich zu Assoziationen anregen.
- Schreiben Sie die Einfälle rasch auf, setzen Sie die ersten Begriffe oder den ersten Begriff auf das Papier und umrahmen Sie diese. Die so entstandenen Blasen verbinden Sie mit einem Pfeil, ein Strich genügt auch.
- Die Kreise können vom Mittelpunkt aus in alle Richtungen ausstrahlen. Neue Einfälle verbinden Sie mit dem Kernwort und gehen von dort nach aussen, so lange, bis Ihnen zu dieser Assoziationskette nichts mehr einfällt.
- Machen Sie es genauso mit der nächsten Ideenkette.
- Wenn Ihnen zum einen oder anderen Begriff etwas einfällt, hängen Sie das Wort einfach daran und verbinden Sie die zusammenpassenden Begriffe.
- Halten Sie sich nicht auf, wenn Sie neue Ideen haben, die sich nicht verbinden lassen. Hängen Sie sie einfach an das Kernwort, dort bleiben sie stehen, bis Ihnen dazu eine Assoziation einfällt – oder auch nicht.

- Wenn Ihnen plötzlich klar wird, worüber Sie schreiben wollen, beenden Sie das Cluster und beginnen einfach zu schreiben. Sie werden überrascht sein, wie leicht das geht.
- Haben Sie Vertrauen und lassen Sie die Worte einfach kommen. Es ist schon so, wie Gabriele Rico in Ihrem Buch ausführt: „Das Cluster ist die Kurzschrift Ihres bildlichen Denkens, und das weiss, wohin es steuert, auch wenn es Ihnen selbst noch nicht klar ist.“

Übung 15 – Sprachskizze

* Die Blasen haben eine wichtige Funktion. Durch ihre Formen regen sie den schöpferischen Prozess an. Der Kreis ist eine Ganzheit, die eingekreisten Wörter des Clusters tragen ganze Gedankenketten in sich.

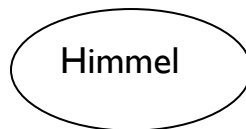


* Sie können die Kreise oder Ovale und Striche auch ohne Text zeichnen und sie zu einem hübschen Muster rund um das Kernwort anordnen, wie das Beispiel auf der vorigen Seite. Diese vorbereitende Übung entspannt, die Assoziationen kommen dann von selbst.

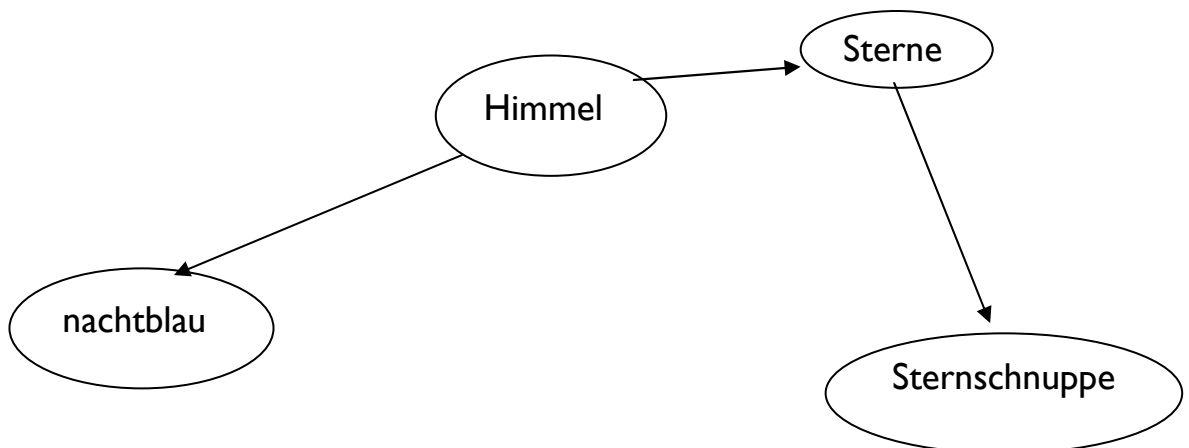
So erstellen Sie eine Sprachskizze

* In drei Schritten können Sie nachvollziehen, wie eine Sprachskizze entsteht.

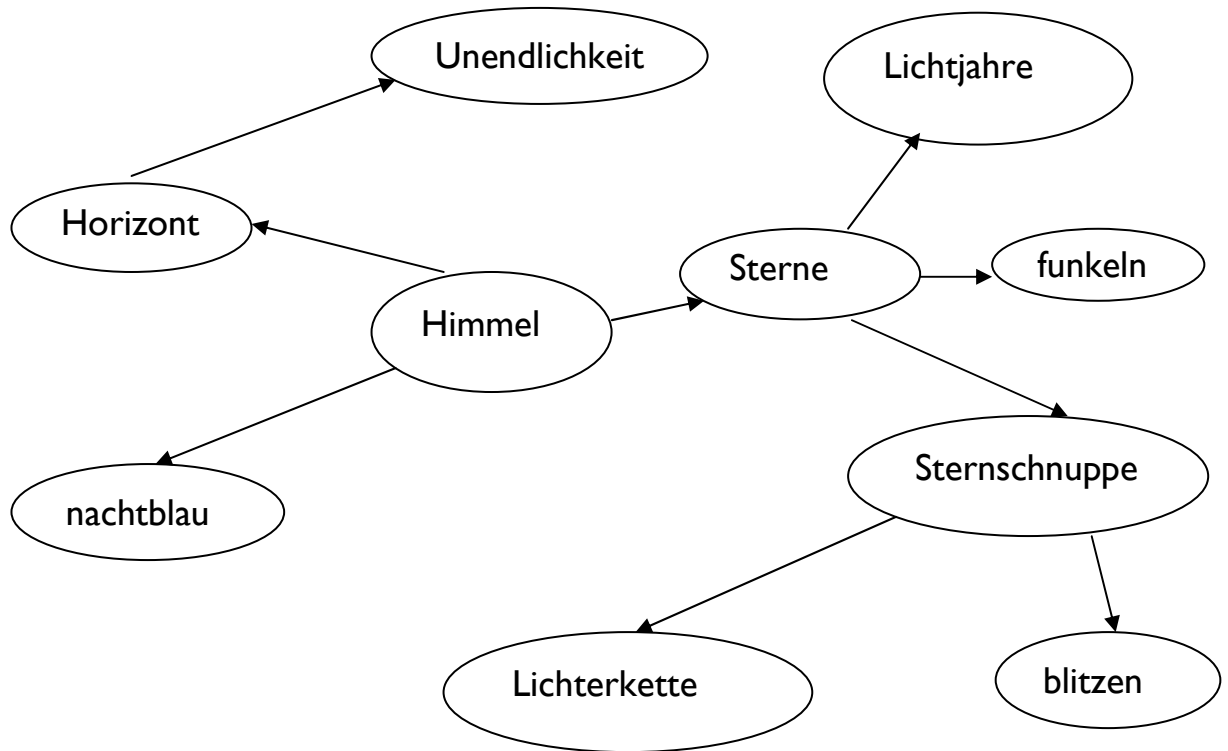
1. Schreiben Sie das Wort HIMMEL in die Mitte eines Blattes.



2. Hängen Sie weitere Begriffe an das Kernwort, hier *Sterne*, *Sternschnuppen*, *nachtblau*.



3. Vervollständigen Sie die Assoziationskette mit den Begriffen *Lichtjahre*, *Lichterkette*, *blitzen*, *Horizont*, *Unendlichkeit*.



* Jetzt haben Sie das Gerüst für die Sprachskizze. Und nun entspannen Sie sich, lassen die Einfälle fließen und dann schreiben Sie ganz leicht und locker. Sie werden überrascht sein, wie einfach sich die Begriffe verknüpfen lassen. Aus der vorgestellten Sprachskizze in drei Schritten ist dieser Kurztext entstanden:

Am nachtblauen Himmel
Lichtjahre entfernt
funkeln Sterne
wie pures Gold
blitzen Schwärme von
Sternschnuppen
Lichterketten gleich
flackern, verlöschen
verlieren sich
in der Unendlichkeit
des nachtblauen Himmels

Tipps – So regen Sie Ihr bildliches Denken an

- Wenn Sie üben, schreiben Sie nach Vorlagen, zum Beispiel nach literarischen Texten. Ein gutes Training, das inspiriert.
- Wenn aus Ihrem Cluster ein Gedicht werden soll, nehmen Sie Gedichte von Schriftstellern oder Dichtern als Vorlage. Zum Beispiel das Gedicht von Peter Meinke, das so beginnt: „dies ist ein gedicht für meinen sohn Peter ...“.
- Ihr Gedicht würde dann vielleicht beginnen mit „Dies ist ein Gedicht für ... (Name), die (der) mir in guten und schlechten Tagen zur Seite stand ...“
- Oder nach einem Film: Erinnern Sie sich an „Jenseits von Afrika“ mit Meryl Streep und Robert Redford? Die Story beginnt mit: „Ich hatte eine Farm in Afrika ...“ – und schon fließt die Erzählung. Verwenden Sie „Ich hatte ...“ am Anfang eines Textes – schon beginnt Ihr Text zu fließen.
- Üben Sie mit kurzen Texten ohne Abschnitte. Denn bei Texten mit Abschnitten setzen wir voraus, dass sie nicht abgeschlossen sind. Aus dem Cluster soll jedoch etwas Abgeschlossenes entstehen, ein rundes Ganzes mit einer Handlung.
- Spielen Sie mit Ihren Assoziationen, lassen Sie Ihre Einfälle fließen, zensieren Sie auf keinen Fall.
- Spielen Sie mit Bildern aus einem Bereich, den Sie gut kennen oder der Ihnen Spass bereitet. Vielleicht sind es Sport oder andere Freizeitbeschäftigungen, künstlerische Tätigkeiten usw.
- Clustern Sie mit Ihren Träumen, sie verschaffen Ihnen Bilder, die Sie kreativ nutzen können.
- Eine Fülle von Bildern sind im „Goldenen Notizbuch“ von Doris Lessing zu finden, wie der Beginn dieses Textes zeigt. „Ich hatte einen wunderbaren Traum. Ich träumte von einem riesigen, ausgebreiteten, schönen Gewebe ...“

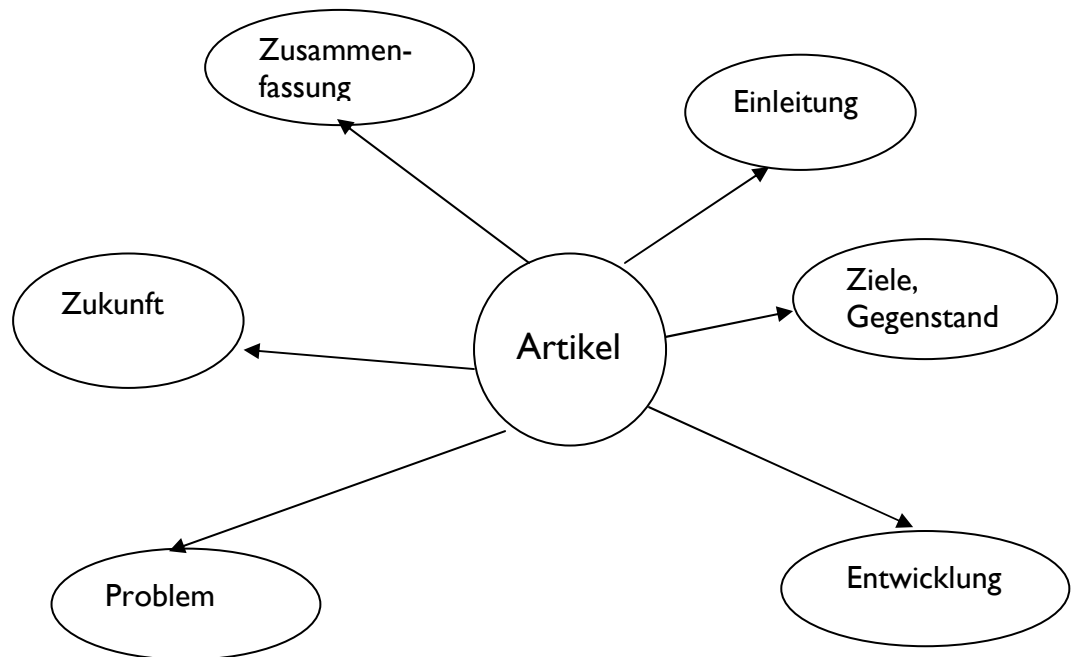
Wo und wie Sie das Clustern anwenden

Nutzen Sie diese Technik, um

- * Artikel, Sachtexte, Vorträge vorzubereiten
- * Informationen zu bearbeiten
- * Ideen zu entwickeln
- * Ideen für Gedichte und Geschichten zu kreieren
- * Projekte zu erforschen
- * Briefe zu entwerfen
- * Geschäftsberichte zu verfassen
- * Protokolle zu schreiben
- * Anzeigen und andere Werbemittel zu texten
- * Persönliche Probleme zu lösen

Übung 16 – Konzeption für einen Artikel

* Natürlich können Sie für die Konzeption eines Artikels alle bis jetzt vorgestellten Methoden verwenden. Wenn Sie das Clustering einsetzen, arbeiten Sie zuerst mit einem so genannten Gliederungscluster.



- * Erweitern Sie nun das Cluster mit Ihren Assoziationen, so dass eine Kette entsteht.
- * Wenn Sie das Thema kennen, also das Kernwort wissen, eröffnen Sie einfach ein zweites Cluster oder, falls notwendig, ein drittes usw.
- * Schreiben Sie dann eine Kurzfassung und zwar schnell, ohne Rücksicht auf Rechtschreibung und Grammatik.
- * Bearbeiten Sie den Text und bauen Sie Zitate ein oder auf den Artikel zugeschnittene Ideen bzw. Verweise usw.

Tipps für kreative Übungen mit dem Clustering

- * Schreiben Sie über verschiedene Themen, zum Beispiel über Gefühle wie Angst, Liebe, Trauer, Freude.
- * Zum Beispiel über einen Menschen, den Sie mögen, oder über den wichtigsten Menschen in Ihrem Leben – Sie selbst.
- * Wie wärs mit dem Wort SCHREIBEN? Was fällt Ihnen dazu ein?
- * Oder entwerfen Sie ein Cluster über Ihre Familie und schreiben Sie eine kleine Chronik.
- * Sammeln Sie Ihre schriftstellerischen Arbeiten, Ihre Notizen und alles, was mit dem kreativen Schreiben zusammenhängt. Sie geben Ihnen später wertvolle Anhaltspunkte.
- * Schreiben Sie ein Journal, eine Mischung aus Tage- und Notizbuch. Der Stil darf locker sein, die Einträge können Sie nach Lust und Laune vornehmen.
- * Vertrauen Sie Ihren kreativen Fähigkeiten. Beherzigen Sie den nachfolgenden Mutmacher von Stephen King:

Schreiben: Sie können es, Sie dürfen es, und wenn Sie genug Mut für den Anfang aufbringen, dann schaffen Sie es auch. Schreiben ist Magie, ist das Wasser des Lebens, genau wie jede andere kreative Kunst auch. Es ist umsonst. Trinket also. Trinket und erquicket euch.

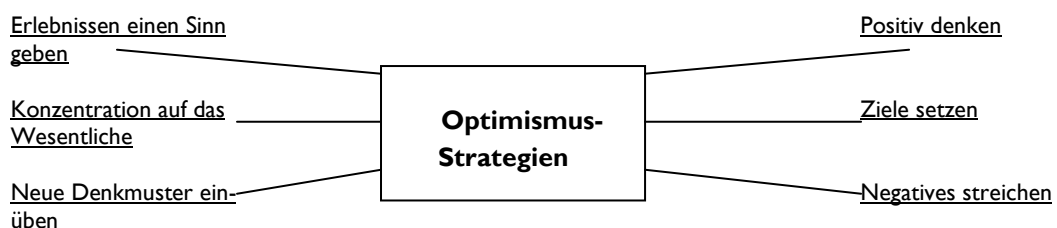


Die Methode des Mind Mapping

* Der Engländer Tony Buzan entwickelte diese Methode in den 70-er Jahren. Sie basiert auf der Grundidee, dass Informationen von einem zentralen Begriff in der Mitte des Blattes ausgehen. Also nicht vertikal von links oben nach rechts unten.

* Der zentrale Begriff im nachfolgenden Beispiel – zur Veranschaulichung das Einfachste vom Einfachen – lautet: Optimismus-Strategien. Die Hauptäste werden an dieses Kernwort gezeichnet oder gemalt.

* **Zum Üben gibt's übrigens eine sehr gute Software, die Testversion steht Ihnen während 21 Tagen kostenlos zur Verfügung.** Auf <http://www.mindjet.com.de> klicken.



* Mind Maps sind gehirngerecht, sie fordern beide Gehirnhälften, wobei es auf das Zusammenspiel der beiden ankommt. Wenn Sie ein Mind Map zeichnen, sprechen Sie beide Gehirnhälften an. Sie stimulieren die rechte Gehirnhälfte durch das Zeichnen der Äste, durch Zeichnungen und Bilder. Mit der linken Gehirnhälfte beschäftigen Sie sich durch die sprachlichen Elemente wie Schlüsselwörter und Symbole. So fördern Sie ein ganzheitliches Denken.

* Das Mind Mapping ist eine Aufzeichnungsmethode, die vielfältig genutzt werden kann. Sie fördert die Kreativität und lässt sich immer dann einsetzen, wenn Sie nachdenken, Ihre Gedanken aufzeichnen oder planen und Ihre Projekte weiterentwickeln möchten. Und – ganz wichtig – Mind Maps

- sind schnell hergestellt
- strukturieren Ihre Gedanken
- bauen auf der Sprache Ihres Gehirns auf
- enthalten Ihre Schlüsselwörter
- sind „Gedankenlandkarten“ aus Ihren eigenen Gedanken

* Nutzen können Sie diese Methode, um

- Themen zu erarbeiten
- Texte zu strukturieren
- Informationen zu notieren
- Ideen zu finden
- Projekte zu planen
- Lösungen zu entwickeln u.v.m.

Und so funktioniert

Schritt I

* Nehmen Sie wie für das Clustering ein Blatt, A 4 oder A 3. Denken Sie daran, dass Sie viel Platz brauchen. Schreiben oder zeichnen Sie das Kernwort, Schlüsselwort oder Thema in die Mitte des Blattes.

Schritt 2

* Zeichnen oder malen Sie Linien – Hauptäste genannt – an das Kernwort. Dann sammeln Sie Einfälle und schreiben sie auf diese Linien (Hauptäste). Hat grosse Ähnlichkeit mit dem Clustern, nicht wahr? Wenn Sie keinen Ast mehr zur Verfügung haben, zeichnen Sie einen neuen.

* **Klicken Sie auf <http://www.mindmap.ch>, dort finden Sie Beispiele in grosser Zahl, mit PC-Programmen erstellt oder von Hand gezeichnet.**

Schritt 3

* Sammeln Sie vor allem Schlüsselwörter und nur kurze Sätze (Substantiv und Verb). So sparen Sie Zeit und können Ihre Gedanken auf das Wesentliche konzentrieren. Schreiben Sie alles auf, was Ihnen einfällt.

* Damit Sie sich einfühlen können, erstellen Sie selbst ein solches unstrukturiertes Mind Map. Wählen Sie ein beliebiges Thema, es geht hier in erster Linie um das Probieren.

Schritt 4

* Sortieren Sie die Schlüsselwörter und finden Sie vier bis fünf Oberbegriffe, die Sie auf ein neues Blatt schreiben. Wählen Sie inhaltliche Oberbegriffe, unter denen sich Ihre Einfälle einordnen lassen.

Schritt 5

* Erweitern Sie nun die Oberbegriffe. Hängen Sie zu jedem Oberbegriff weitere Zweige mit den passenden Wörtern an. Benutzen Sie zur Gestaltung Ihres Mind Maps Farben und Symbole. Damit können Sie das Thema gedächtnisgerecht gestalten.

Faustregeln

für das Zeichnen und Schreiben von Mind Maps

- Beginnen Sie immer in der Mitte des Blattes.
- Schreiben Sie in Druckbuchstaben.
- Schreiben Sie auf jede Linie ein Wort.
- Benutzen Sie Farben.
- Benutzen Sie Symbole, Zeichen und Pfeile.
- Gestalten Sie Ihr Mind Map zu einem Gemälde.
- So bleibt das Mind Map in Ihrem Gedächtnis haften,
- besonders wenn Sie eigene Zeichnungen, Bilder oder Symbole kreieren.
- Verwenden Sie für die Bezeichnung der Äste Wörter oder kurze Sätze (nur Substantiv und Verb), sie sind besser geeignet (Platzmangel), besonders wenn Sie von Hand geschrieben werden.

Kriterien als Oberbegriffe

* Wählen Sie Oberbegriffe, bei denen Sie Ihre Ideen einordnen können, zum Beispiel:

- Ergebnisse
- Einsatzgebiet
- Voraussetzungen
- Methoden

* Wenn Sie eine Struktur in Ihr Thema bringen wollen, sind folgende Oberbegriffe von Vorteil:

- Offene Fragen
- Einsatzgebiete
- Probleme
- Lösungen
- Beispiele usw.

Oder wählen Sie als Hauptäste die sechs W-Fragen:

- Wer? – Was? – Wann? – Wie? – Wo – Warum?

Weitere Oberbegriffe

Zum Beispiel für eine Info-Präsentation:

- Einleitung
- Kernfrage, Kernproblem
- Analyse
- Synthese
- Beispiele aus der Praxis
- Zusammenfassung
- Schluss

Zum Beispiel für die Ideenfindung

* Nicht immer können Ideen frei entwickelt werden. Oft müssen Rahmenbedingungen berücksichtigt werden oder rechtliche Vorgaben.

* Verwenden Sie die Hauptäste für diese Bedingungen und alle anderen Fakten.

* Suchen Sie nach Problemlösungen, ordnen Sie die Antworten zu den betreffenden Hauptästen.



Anwendungsmöglichkeiten mit Übungstipps

Planen von Projekten

- Sie können das Mind Map auch im Team erstellen.
- Einigen Sie sich zuerst auf das Kern- oder Schlüsselwort zum anstehenden Projekt.
- Legen Sie die Hauptäste des Mind-Maps fest.
- Versuchen Sie diese Übung:
- Erstellen Sie drei Äste für Vision, Realisation, Kritik.
- Erstellen Sie vier Äste für Problem, Ursache, Lösung, Umsetzung.
- Erstellen Sie sieben Äste für Zieldefinition, Gründe für das Ziel, Standort, Sinn, Vorgehen, Mitarbeiter, Folgen bei der Zielerreichung.



Die Methode der Fragetechnik

* Die Fragetechnik ist eine einfache Methode, die Sie schnell befähigt, systematisch nachzudenken. Nicht nur, weil sie zu einer Fülle von Ideen führt.

* Mit dieser Methode finden Sie schnell Lösungsansätze. Ein grosser Vorteil: Bei dieser Technik bleiben Sie konzentrierter als bei einer anderen, Ihre Gedanken schweifen weniger ab.

Wo Sie die Fragetechnik einsetzen können

* Sie können sie immer dann einsetzen, wenn Probleme der Lösung harren, zum Beispiel Probleme bei

- Sachverhalten
- Entscheidungen, persönliche oder geschäftliche
- Themen für Texte
- Handlungen von Geschichten, Artikel usw.

* Aber auch in der erfolgreichen Gesprächsführung ist sie unverzichtbar. Hier kann man sagen: Wer fragt, bestimmt die Richtung des Gesprächs.

Die Fähigkeit, Fragen zu stellen

* Wer Fragen stellt, gibt dem Partner die Möglichkeit, selbst Antworten zu finden. Wer Monologe führt, beeinflusst den anderen, ohne es zu wollen, mit den eigenen Gedanken. Was steckt eigentlich hinter dem Fragenstellen?

- Sie möchten mehr wissen über ein Thema.
- Sie möchten einem Thema offen und neugierig begegnen und es bearbeiten.
- Sie möchten Antworten finden über ein Thema, einen Sachverhalt usw.

Die Antworten sind nur so gut wie die Fragen

* Um Ihre Fragen gezielt stellen zu können, braucht es etwas Übung. Die Wirksamkeit der Fragetechnik beruht darauf, wie gut Sie Ihre Fragen formulieren. Manchmal sind allein dadurch Erkenntnisse und richtige Antworten möglich.



Und so funktioniert's

- Sie schreiben in die Mitte eines Papiers Ihr Thema und schreiben so viele Fragen auf, wie sie Ihnen einfallen.
- Sie können ähnliche Fragen zusammenstellen, wie Sie das schon beim Brainwriting getan haben. Die Fragen richten sich natürlich nach den individuellen Gegebenheiten. Gibt es Probleme im Geschäft, könnten sich diese Fragen stellen:
- Wieso gibt es Ärger? – Was fehlt mir? – Was fehlt den anderen? – Was genau stört mich im Moment? – Was will ich? – Warum bekomme ich keine Anerkennung? – Was habe ich falsch gemacht?
- Oder: Was ist mir wichtig? – Im Geschäft? – Privat? – Warum gelingt nichts? – Leide ich zu sehr unter diesem Betriebsklima? – Was kann ich ändern? – Was wäre eine echte Herausforderung?

* Wie bei allen Kreativtechniken gilt auch hier: Alles aufschreiben, was Ihnen einfällt. Auch Fragen, die Sie unbedeutend finden, gehören auf das Blatt. Sonst stockt der Schreibfluss.

* Haben Sie keine Fragen mehr, können Sie mit der Zusammenstellung beginnen.

- Fragen, die Sie als unwichtig erachten, scheiden Sie aus.
- Nun erstellen Sie eine Liste mit allen wichtigen Fragen zu Ihrem Thema.
- Jetzt beginnen Sie, auf alle diese Fragen Antworten zu finden.
- Wenn Sie keine Antworten finden, fragen Sie jemanden, der Ihnen behilflich sein kann.

- Schreiben Sie alle Antworten auf, daraus erhalten Sie wertvolle Lösungshinweise.

Üben mit der Fragetechnik

* Probieren Sie es einmal mit folgenden Themen:

- Wie ich in Zukunft leben möchte
- Wie sind meine Zukunftschancen?
- Oder selbst gewählte Themen

Wenn der Fragen- und Antwortenfluss stockt

* Nicht immer läuft alles so reibungslos, wie das hier beschrieben wird. Manchmal findet man keine Fragen, manchmal keine Antworten. In solchen Fällen überlegen Sie sich, wo Sie sich über Ihr Thema informieren können. Vielleicht kennen Sie Personen, die Ihnen weiterhelfen. Vielleicht gibt's Seminare zu Ihrem Thema oder Ratgeber in Form von Büchern.

* Oder Sie fragen sich,

- was Sie hindert, die richtigen Fragen zu finden.
- was Ihnen helfen könnte, die Fragen zu beantworten.
- was Ihnen an Wissen fehlt, um weitere Fragen zu stellen.
- wie Sie mehr über Ihr Thema erfahren können.

* Nicht alle Fragen können beantwortet werden. Lassen Sie los, wenn es einfach nicht gelingen will. Sie können aber auch ein schriftliches Brainstorming durchführen oder eine andere Technik einsetzen, die Ihre Phantasie zum Fließen bringt.

Was Sie beachten sollten

* Es kann sein, dass Ihnen die Fragetechnik am Anfang nicht viel bringt. Vielleicht liegt es auch daran, dass Sie nicht genau genug gefragt haben. In solchen Fällen können Detailfragen Sie weiterbringen. Stellen Sie einfach die W-Fragen und hängen das Wörtchen „genau“ daran.

- Was genau?/Was bedeutet es?/Was für Folgen und Konsequenzen?
- Wie genau?
- Wer genau?
- Wann genau?
- Wo genau?
- Warum genau?

* Sie sind gerade dabei, sich beruflich weiterzuentwickeln. Bevor Sie sich entschieden haben, haben Sie sich sicher gefragt, was Sie besonders gut können. Ihre Antwort: *Ich kann gut schreiben*. Sie können nun Ihre Antwort vertiefen, indem Sie fragen

- Was genau kann ich gut schreiben?
- Wann genau kann ich besonders gut schreiben?
- usw.

* Üben Sie ein bisschen mit diesen Fragen und Sie werden bald wissen, welche Antworten Sie genauer unter die Lupe nehmen müssen.



Das metaphorische Schreiben

* Was ist metaphorisches Schreiben? Die Metapher, lat. metaphora, ist ein Stilmittel, bei dem ein Wort oder eine Wortgruppe aus seiner ursprünglichen Bedeutung in eine andere übertragen wird. Ein direkter Vergleich wird nicht verdeutlicht, hingegen die bildliche Übertragung, Beispiel: Das Gold ihrer Haare – Die Sonne lacht ...

* Noch näher umschreibt Gabriele de Rico die Metapher: *Wenn wir ein Bild in einen überraschenden Zusammenhang stellen, das mit seiner wörtlichen Bedeutung nichts zu tun hat, schaffen wir ein neues Verknüpfungsmuster – eine Metapher, die eine intensive bildhafte Aussage vermittelt ... Die Metapher ersetzt nicht die im begrifflichen Denken vollzogene Zuordnung von Wort und Bedeutung, sondern ergänzt diese durch die Wahrnehmung des bildlichen Denkens.*

* Das metaphorische Denken entwickelt sich in der Kindheit. Wahrscheinlich ist deshalb unsere Alltagssprache voll von Metaphern. Gabriele de Rico beschreibt in ihrem Buch „Garantiert schreiben lernen“, wie ihre Tochter auf Fragen metaphorische Antworten gab (Seite 201):

- *Wie ist dieser Stern dort? – Wie eine Blume ohne Stiel.*
- *Wie ist der Mond? – Wie ein lächelnder Mund.*
- *Wie ist ein Schuh? Wie ein kleines Boot.*
- *Wie ist deine Nase? – Wie ein winziger Hügel.*
- *Wie sind meine Augenbrauen? – Wie zwei Brücken über zwei Teichen.*

* Diese Antworten zeigen einmal mehr, wie viel wir von Kindern lernen können. Sie besitzen noch jene Natürlichkeit und unverdorbene Kreativität, die uns spätestens in der Schule abhanden gekommen ist.

Natürlich schreiben mit Metaphern

* Natürliches Schreiben besitzt sehr viel Ausdruckskraft, die durch den metaphorischen Sprachgebrauch erreicht wird. Diese Fähigkeit muss geübt werden, indem Sie ein Gefühl für das bildliche Denken entwickeln. Üben Sie mit einer Wolke, die vorüberzieht. Was sehen Sie? Ihr Verstand wird sagen: „Das ist eine Wolke“, Ihr bildliches Denken kommt aber zu einem ganz anderen Schluss. Es sieht ein Tier, zum Beispiel ein Reh, oder andere Bilder.

So aktivieren Sie Ihr bildliches Denken

* Besonders effektiv ist es, mit Begriffen zu üben, die Sie in Bilder übersetzen. Sie können einmal mit Begriffsbildern üben und die folgenden Begriffe in Metaphern umsetzen.

- Schreiben ist Magie (zum Beispiel)
- Lernen ist ...
- Ein Argument ist ...
- Eine Idee ist ...
- Glück ist ...

Übung 17

* Metaphern oder Redewendungen in unserer Sprache vermitteln wichtiges Wissen über den Zusammenhang von Körper und Seele. Bilden Sie aus diesen Beispielen kleine Texte.

- Sie tötet mir den Nerv
- Mir bleibt die Spucke weg
- Mir stehen die Haare zu Berge
- Das schlägt mir auf den Magen

Übung 18 – über Sie selbst und andere

- Stellen Sie sich einmal vor, wie Sie sich, Ihre Kolleginnen und Kollegen metaphorisch sehen. Bezeichnen Sie sie mit Tiermetaphern. Wen sehen Sie als lahme Ente, schwarzes Schaf, aussen weich und innen hart?
- Beschreiben Sie Ihren beruflichen Werdegang in Form eines Märchens. Was entspricht Ihnen am besten? „Schneewittchen“, die „Prinzessin auf der Erbse“? Oder für Männer vielleicht „Der Drachentöter“, „Don Quichotte“ oder „Hans im Glück“. Märchen-Ideen finden Sie im Internet: <http://www.internetmaerchen.de>.
- Sie können auch mit der Zeitung als Metapher üben. Schreiben Sie zum Begriff „Die Zeitung ist ...“ alles auf, was Ihnen einfällt. Dann wählen Sie eine Zeitungsmetapher als Kernwort und clustern damit. Daraus dürfte ein interessanter Text entstehen.

Verwenden Sie Metaphern sparsam

* Das metaphorische Schreiben kann gerade in journalistischen Texten beeindrucken und die Sache auf den Punkt bringen. Dennoch sollte man mit Metaphern massvoll und passend umgehen.

* Metaphern lassen sich durch Häufung verstärken, wie das Beispiel von Raymond Chandler, „Die kleine Schwester“, zeigt:

- „Ich war schwindlig wie ein Derwisch, schwach wie eine müde Waschmaschine, ich hing durch wie ein Dachsbau, war so scheu wie eine Spitzmaus, und meine Chancen waren so gering wie die von einem Ballettmädchen mit einem Holzbein.“

* Im Beispiel ist die Absicht klar: einen witzigen Text zu verfassen, der durch die Häufung von Metaphern noch verstärkt wird. Das Beispiel zeigt aber auch, dass Metaphern sparsam eingesetzt werden sollten – ganz nach dem Motto: „Weniger ist oft mehr.“

Verschiedene Gedichtformen

Entdecken Sie Ihre kreative Quelle

Mit dem Gedicht können Sie in wenigen Zeilen

- * Gefühle und Situationen wiedergeben
- * Stimmungen herbeizaubern
- * Gedanken frei und assoziativ entfalten

Früher verdiente ein Gedicht erst dann diese Bezeichnung, wenn es in einem bestimmten Versmass und in Reimen geschrieben war. Heute hat es diese Bedeutung verloren. Das Gedicht ist zu etwas Abstraktem geworden. Zur Veranschaulichung hier ein „abstraktes“ Gedicht von Franz Wurm:

Sommer unterm Dach

Eingeholt, bei-
läufig. Mich kocht
Was ich treibe.
Blasen?

So kann man heute alles, was in Zeilenform geschrieben ist, als Gedicht bezeichnen. Gerade die Kurzformen ELFchen und Haiku zeigen, welche Welten sich öffnen, wenn wir uns der Poesie hingeben.

Mit Gedichten können Sie sehr viel ausdrücken. Sammeln Sie Ihre Gedanken und lassen Sie sich zu einem Gedicht inspirieren, dichten Sie über Naturerlebnisse, Begegnungen mit Menschen, eigene Gefühle und Empfindungen.



Mini-Gedicht ELFchen

Wie der Name sagt, besteht das ELFchen aus elf Wörtern, die sich auf fünf Zeilen verteilen. Es wurde im Rahmen eines Projekts zum kreativen Schreiben entwickelt und von Jos van Hest 1988 in Aachen vorgestellt. Es ist ganz einfach und geht so:

1. Zeile = 1 Wort = Farbe (Adjektiv)
zum Beispiel **Rot**
2. Zeile = 2 Wörter = Gegenstand, Thema (Nomen)
= zum Beispiel **der Mohn**
3. Zeile = 3 Wörter = wie oder wo der Gegenstand ist
= zum Beispiel **leuchtet im Ährenfeld**
4. Zeile = 4 Wörter = was der Schreiber denkt, fühlt
= zum Beispiel **Farbtupfer in flirrender Luft**
5. Zeile = 1 Wort = Schluss, Gegensatz, Pointe
= zum Beispiel **Mittagshitze**

Nach diesen Regeln lässt sich zu jedem Thema, das Ihnen einfällt, ein Gedicht gestalten. Sie brauchen sich aber nicht starr an diese Regeln zu halten. Spielen Sie zur Abwechslung mit anderen Wörtern und dichten Sie einfach aus dem Bauch heraus, so wie diese Beispiele entstanden sind:

Lächeln	Frühling
ist wie	zaubert Düfte
Weisheit der Schönheit	so unvergleichlich zart
Lächeln gleicht der sanften	in die blauen Lüfte –
Abendsonne	Stimmt's?

Eine grosse Zahl an heiteren und gefühlvollen ELFchen veröffentlicht Christine Sturm auf ihrer Website <http://www.christinesturm.de>. Die Vielfalt inspiriert zu eigenen Formen des Elfchens.



Kurzgedicht HAIKU

Das Haiku ist eine japanische Gedichtform aus drei Zeilen. Haikus sind also drei Zeilen lang und bestehen aus 17 Silben, verteilt auf

1. Zeile = 5 Silben
2. Zeile = 7 Silben
3. Zeile = 5 Silben

Die Silben können auch auf 5, 5 und 7 oder 7, 5, 5 verteilt werden. Im Gegensatz zum Elfchen sind hier die Lesenden aufgefordert, das Haiku mit ihren eigenen Gedanken zu ergänzen. Denn die drei Zeilen lassen immer etwas offen, was von den Lesenden ergänzt werden muss, kann oder darf.

Beispiele: Es glänzt und glitzert
 diamantengleich am Strauch.
 Oh, Wassertropfen ...

 Der Bach fließt murmelnd
 Fische springen hoch –
 Am Ende wartet das Meer ...

Wie würden Sie diese Zeilen ergänzen? Es wäre interessant, darüber mehr zu erfahren (<mailto:h.hohl@hohl-consulting.ch>).

Das Haiku hat sich in der japanischen Literatur seit dem 9. Jahrhundert etabliert. Doch erst der Dichter Matsuo Bashô gab dem Gedicht im 17. Jahrhundert seine Prägung und verhalf ihm zu seiner Blüte. Das Haiku beschreibt vor allem Naturerlebnisse in einer bestimmten Jahreszeit. Ein so kurzes Gedicht braucht Bewegung,

sonst wird es zur blossen Bildbeschreibung. Das Haiku erhält Spannung, wenn Sie Verben im Präsens verwenden, Reime, Fremdwörter und Wortwiederholungen vermeiden. Das Gedicht sollte nur dem Ereignis gelten und keine Meinungsäußerung enthalten. Nur so können die Lesenden das Erlebnis mitempfinden.

Die Haikus von Japans grösstem Dichter (1644 – 1694) sind von hohem künstlerischem Ausdruck und geben das feine Naturempfinden der Japaner wieder. Beispiele:

Auf den dürren Ast
Hat sich ein Rabe gesetzt
Herbstlicher Abend

Uralter Weiher
Von dem Sprung eines Frosches
Im Wasser ein Ton.

Wussten Sie, dass das Haiku im Internet zu den beliebtesten Gedichtformen zählt? Auch weltweit widmen sich zahlreiche Institutionen der Pflege dieser literarischen Gedichtform. Interesse für nähere Information? Dann klicken Sie auf <http://www.haiku.de>.

Übung 19 – Sprachskizzen

Schreiben Sie nun nach Herzenslust Sprachskizzen in beiden Gedichtformen. Denken Sie daran:

Alles, was Sie anspricht, lässt Ihre Kreativität fließen

Sowohl das Elfchen wie auch das japanische Kurzgedicht Haiku können Sie als Anwärmbung benutzen. Bevor Sie zu schreiben beginnen, genügt ein Blick aus dem Fenster, wo sich Themen zu Hauf anbieten. Dichten Sie Elfchen aus dem Berufsleben, über Geschehnisse im und ums Geschäft, über die Natur

usw. Auch für das Haiku sind die Themen unerschöpflich. Schreiben Sie Haikus zum Geburtstag, zu einer Feier oder anderen Gelegenheiten. Schreiben Sie zum Beispiel ein Jahreszeiten-Haiku, Haikus über das Glück und über alles, was Sie persönlich interessiert.

Üben Sie mit beiden Methoden – Spass macht's so oder so.

Spielerisch mit literarischen Formen umgehen

* „Scribendo discas scribere“ oder „Durch Schreiben schreiben lernen“ bringt es auf den Punkt: Schreiben und nochmals schreiben macht die Meisterin oder den Meister. Dazu eignet sich das Schreiben von Geschichten optimal.

* Vor allem die Kürzestgeschichte ist eine literarische Form, die die Kreativität fördert. Es sind Minigeschichten, die Sie in fünf Minuten schreiben, ohne auf Grammatik, Rechtschreibung oder gar Tippfehler zu achten (siehe „Literatur in 5 Minuten“ von Roberta Allen, Literaturverzeichnis im Anhang). Was dabei entsteht, wird Sie vielleicht überraschen und kann Sie zu weiteren „Taten“ motivieren.

* Versuchen Sie es. Wählen Sie ein Thema, stellen Sie die Zeitschaltuhr auf 5 Minuten und schreiben Sie. Die zeitliche Begrenzung zwingt Sie, konzentriert und spontan zu schreiben. Hier ein äusserst knappes Beispiel von Franz Kafka.

Eine kleine Fabel

„Ach“, sagte die Maus, „die Welt wird enger mit jedem Tag. Zuerst war sie so breit, dass ich Angst hatte, ich lief weiter und war glücklich, dass ich endlich rechts und links in der Ferne Mauern sah, aber diese langen Mauern eilen so schnell aufeinander zu, dass ich schon im letzten Zimmer bin, und dort im Winkel steht die Falle, in die ich laufe.“ „Du musst nur die Lauf-richtung ändern“, sagte die Katze und frass sie.

* Ob Sie kurze oder längere Prosatexte schreiben,

darauf kommt es beim Schreiben von Geschichten an

- Geschichten müssen spannend sein, lustig, traurig, mitreissend, abenteuerlich, unfassbar, nur eines dürfen sie nicht sein: langweilig. Schon Voltaire sagte: „Jede Art zu schreiben ist erlaubt – nur eine langweilige nicht.“

- Sie können aus Ihren eigenen Gefühlen und Sehnsüchten und aus allem, was Sie erlebt haben, eine Geschichte entwickeln. Dazu eignen sich die Methoden der freien Assoziation, des Clustering oder Methoden nach Ihrer Wahl.
- Was Sie dazu brauchen, ist Mut und Selbstvertrauen. Und das Wichtigste: Üben, üben und nochmals üben.
- Üben Sie mit Sprachskizzen, spielen Sie mit Texten für einen Einstieg, auch wenn Sie nicht wissen, wie es weitergehen soll. Zum Beispiel wie bei diesem Einstiegstext:

Die Sonnenstrahlen im lichtdurchfluteten Raum wirbelten Staub auf. Myriaden von winzigen Partikeln tanzten in Bahnen quer durch das Zimmer. Der Raum war gross und hell. Licht strömte herein aus drei Fenstern, die bis zur Decke reichten. Eines davon war leicht geöffnet. Der hereinströmende Wind wölbte die weissen Tüllvorhänge, die mit leisem Singsang den Boden streiften.

Das Zimmer war tadellos aufgeräumt. Alles deutete darauf hin, dass der Mensch, der hier wohnte, nicht so schnell zurückkehren würde. Der Erker verlieh dem Raum eine Tiefe, die ihn noch grösser machte. Im Erker selbst stand ein Sofa aus weissem Leder, darauf lagen bunte Kissen in einem gekonnten Durcheinander.

Als Inspektor G. genauer hinsah, entdeckte er, was das Sofa neben den bunten Kissen sonst noch barg. Eine Frau lag dort. Sie trug ein weisses Kleid mit schmalen Trägern. Das Kleid war bedruckt mit schwarzen Rosen. Zwischen den einzelnen Blumen leuchtete es tiefrot, so als hätte jemand mit dem Pinsel grosse und kleine Tupfer hingemalt. Er näherte sich dem Sofa. Der linke Arm der Frau lag auf dem Kleid; aus dem Handgelenk tropfte Blut.

- Und nun sind Sie an der Reihe. Schreiben Sie Geschichten über Gegenstände in Ihrer Wohnung, im Büro oder nach Fotos.

- Oder wählen Sie Ihren Arbeitsplatz als Thema. Mit ein wenig Phantasie lassen sich lustige, freche, aggressive, liebevolle Charakterstudien zaubern.
- Sie finden über 300 Übungsvorschläge und Themen im Buch „Literatur in 5 Minuten“ von Roberta Allen – ein weiterer Grund, sich mit der Fünf-Minuten-Prosa intensiver zu beschäftigen.



Eigene Texte schreiben

Vom Konzept bis zum fertigen Text

* Sie haben verschiedene Kreativitätstechniken kennen gelernt, die Sie beim Texten einsetzen können. Nun geht es darum, längere Texte zu planen – zum Beispiel einen Artikel, den Sie schreiben wollen oder müssen.

* Damit Sie gute Resultate erzielen, gehen Sie schrittweise vor, zum Beispiel so:

- Phase 1 – Ideenfindung
- Phase 2 – Konzeptentwicklung
- Phase 3 – Start Schreibprozess
- Phase 4 – Textüberarbeitung

Phase 1 – Ideenfindung

I. Sie wissen, was Sie schreiben wollen

* Es kann sein, dass Sie bereits eine Vorstellung davon haben, welches Thema Ihrem Text zu Grunde liegen soll. Bevor Sie zu Phase 2 schreiten, sollten Sie das Ziel definieren und schriftlich formulieren.

- * Zum Beispiel: „Ich schreibe einen Artikel für mehr Ökologie in Industrie und Wirtschaft.“
- * Vielleicht kommen Sie dabei auf weitere Ideen, die Sie in den Artikel einbauen können.
- * Wenn Sie sich über den Inhalt noch nicht im Klaren sind, wenden Sie zur Ideenfindung eine der Kreativitätsmethoden an. So können Sie Ihre Ideen im Einzelnen besser entwickeln.

2. Sie wissen noch nicht, was Sie schreiben wollen

- * Es kann aber auch sein, dass Sie erst eine Idee finden müssen. Wenden Sie entweder die freie Assoziation an, das Brainwriting oder das Clustering.
- * Daneben können Sie noch andere Methoden zur Themenfindung einsetzen. Wenn Sie einfach Lust haben, schnell einen Text zu schreiben, nehmen Sie ein Buch, schliessen die Augen und stechen mit dem Bleistift in eine zufällig aufgeschlagene Seite. Wählen Sie dann dieses Wort zu Ihrem Thema.
- * Lassen Sie sich von Zeitungen, Zeitschriften und Magazinen anregen. Dort finden Sie schnell eine Idee, die Sie in einem kleinen Text verarbeiten können.
- * Das Wörterbuch literarischer Themen und Motive ist eine Fundgrube für eigene Themen.
- * Ebenso das Symbollexikon.

Phase 2 – Konzeptentwicklung

- * Nun erstellen Sie ein Grobkonzept, das den Inhalt Ihres Textes enthält. Thematisieren Sie Ihre Ziele mit folgenden Fragen.
 - Was will ich mit meinem Text, meinem Artikel, meiner Erzählung usw. erreichen?
 - An welche Zielgruppe soll sich der Text wenden?

- Wie kann ich mein Ziel erreichen?
- Welche Mittel kann ich dafür einsetzen?

* Setzen Sie nun eine der Kreativitätstechniken ein, die Ihnen besonders liegt. Für ein Grobkonzept eignen sich die Fragetechnik, das Mind Mapping und die Cluster-Methode.

Phase 3 – Start Schreibprozess

Bleiben Sie flexibel

* Sind alle Vorbereitungen unter Dach und Fach, beginnen Sie mit dem Schreiben. Hier gibt es keine starren Vorschriften. Bleiben Sie flexibel und entwickeln Sie Ihre eigenen „Regeln“.

Lassen Sie sich von Störungen nicht beeinflussen

* Bei Schreibblockaden oder Schreibstörungen wenden Sie eine der Methoden an, die Sie kennen gelernt haben. Auf keinen Fall sollten Sie sich zum Schreiben zwingen. Hier noch einmal zur Erinnerung, was Sie dagegen tun können.

* Wenden Sie das Freewriting an. Thematisieren Sie Ihre Schreibstörung mit: „Ich kann nicht schreiben, weil ...“. Auf diese Weise kommen Sie in Kontakt mit der Störung und erfahren die Gründe, die zur Blockade oder Störung geführt haben.

* Schreiben Sie über Ihre Erfahrungen und Ängste, die Sie beim letzten Mal erlebt haben. So erfahren Sie die Zusammenhänge, die Ihnen bisher nicht bewusst waren.

* Clustern Sie oder legen Sie ein Mind Mapping an. Schreiben Sie in die Mitte des Blattes „Mögliche Gründe für die Schreibstörung“.

* Entspannen Sie sich und lassen Sie die Gedanken einfach fließen.

Planen Sie Ihr Projekt

* Erstellen Sie einen Zeitplan, vor allem bei grösseren Schreibprojekten. Im Zeitplan können Sie den Inhalt in kleinere Schritte aufteilen, zum Beispiel in Abschnitte, bei einer Erzählung in Kapitel usw.

Phase 4 – Textüberarbeitung

* „Wenn es möglich ist, ein Wort zu streichen – streiche es.“ Diesen Rat von George Orwell sollten alle, die schreiben, beherzigen.

* Die Lesenden möchten klare und verständliche Texte. Karl Popper sagte einmal: „Wers nicht einfach und klar sagen kann, der soll schweigen und weiterarbeiten, bis ers klar sagen kann.“

* Das Überarbeiten ist eine wichtige Aufgabe im Schreibprozess. Denn niemand ist in der Lage, auf Anhieb einen guten Text zu erstellen.

* Viele Schriftsteller überarbeiten ihren Text mehrmals. Friedrich Dürrenmatt hatte die Gewohnheit, das Manuskript zuzuschneiden und ganze Abschnitte neu einzufügen. Andere schreiben einen Text mehrmals neu!

* Seien Sie kritisch bei der Überarbeitung Ihrer Texte, ohne sich entmutigen zu lassen. Es kann auch Spass machen, seinen Text immer wieder zu formen, bis ein kleines Kunstwerk daraus geworden ist.

Tipps, wie Sie Ihren Text überarbeiten

- Lesen Sie den Text viermal. So bekommen Sie einen Eindruck, ob er als Ganzes stimmt. Es ist der schnelle Weg, um einen Text zu überarbeiten. Beim ersten Mal lesen Sie den ganzen Text. Beim zweiten Mal nur die Abschnitte, beim dritten Mal alle Sätze, beim vierten Lesen jedes Wort auf seine Stimmigkeit hin.
- Lesen Sie den Text laut. So hören Sie, wie der Text klingt. Untersuchungen an der City University von New York haben ergeben, „dass mit dem lauten Lesen ungefähr 60 Prozent aller grammatikalischen Fehler beseitigt werden“. (R. Anderson, a.a.O. S. 47).

- Auch Stilfehler werden hörbar, Fehler im Satzrhythmus und die Dichte der Argumentation treten beim Lautlesen zutage.
- Erst nach diesen zwei Schritten beginnen Sie mit dem Umschreiben. Es empfiehlt sich, den Text etwas liegen zu lassen. So gewinnen Sie die nötige Distanz.

* Dann nehmen Sie Ihren Text nach dieser Checkliste von R. Anderson (a.a.O. S. 48-52) nochmals vor.

Checkliste

- Ist mein Text klar?
- Ist er richtig gegliedert?
- Ist er wirkungsvoll formuliert?
- Ist er logisch und überzeugend?
- Ist er vollständig?
- Ist er positiv?
- Ist er korrekt?

Noch ein Wort zum Feedback

* Es gibt gute Gründe für und gegen das Einholen von Feedback. Dafür spricht das Korrekturlesen, denn wer schreibt, übersieht Fehler. Diese Art von Feedback ist sehr hilfreich und spart Zeit.

* Meinungen von anderen können leider auch verunsichern. Man sollte es sich gut überlegen, von welchen Personen ein konstruktives Feedback zu erwarten ist.



Wie Sie Sachtexte verfassen

* Wenn Sie Sachtexte schreiben, vermitteln Sie Informationen und Wissen. Die Lesefreundlichkeit ist das A und O eines Sachtextes. Heute, da uns Informationen ständig überfluten, ist besonders darauf zu achten, die Texte in verständlicher Form zu schreiben.

* Welche Anforderungen müssen gute Sachtexte erfüllen?

- Fassen Sie sich kurz, langatmige Ausführungen oder verschachtelte Sätze sind schwerfällig. Sie werden von den Lesenden nicht auf Anhieb verstanden.
- Drücken Sie sich klar aus. Ihre Leser und Leserinnen können Sie nur verstehen, wenn sie sofort wissen, was Sie wollen.
- Schreiben Sie einfach und verständlich. Vermeiden Sie einen ausschweifenden Stil, der an der Aufmerksamkeit des Lesers vorbeizieht.
- Bringen Sie das, was Sie sagen wollen, sofort auf den Punkt. Vermeiden Sie alles, was vom Leser zuviel Aufmerksamkeit verlangt.
- Schreiben Sie anschaulich. Verwenden Sie anschauliche Verben und Adjektive. Vermeiden Sie Fremdwörter.
- Wählen Sie statt des allgemeinen den besonderen Ausdruck.
- Bevorzugen Sie Verben anstelle von Nomen. Zu viele Hauptwörter machen den Text schwerfällig.
- Im Synonym-Wörterbuch finden Sie hunderte von treffenden Ausdrücken, die Ihren Stil präzisieren.
- Wählen Sie zur Veranschaulichung praktische Beispiele.

- Verwenden Sie Gedankenstriche. Der Gedankenstrich ist ein ausgezeichnetes Stilmittel. Mit ihm lassen sich komplizierte Satzgebilde vereinfachen, Texte optisch unterbrechen.
- Nutzen Sie den Gedankenstrich als Pausenzeichen, um Kernaussagen hervorzuheben und Kernpunkte zu unterstreichen.

So gewinnen Sie Aufmerksamkeit

- * Der Aufbau sollte klar sein und eine logische Struktur enthalten. Wenden Sie allenfalls Mind Mapping an, um den Aufbau vorzubereiten.
- * Stellen Sie sich die Frage, welchen Nutzen die Lesenden haben. Ist der Text interessant für sie?
- * Der Text sollte kurze Abschnitte haben mit Zwischenüberschriften. So bekommt der Leser einen schnellen Überblick.
- * Heben Sie Wichtiges mit Fettdruck hervor.
- * Machen Sie kurze Aufzählungen, verwenden Sie dafür Aufzählungszeichen.
- * Heben Sie wichtige Informationen deutlich hervor.
- * Benutzen Sie Grafiken und Illustrationen, Cartoons u.ä.
- * Überlegen Sie sich, welche Bezüge zum Leben der Lesenden Sie herstellen können.
- * Verwenden Sie Fallbeispiele aus der Praxis und gestalten Sie das Theoretische auf diese Weise anschaulich.
- * Schmücken Sie trockene Themen mit Geschichten und Anekdoten aus, damit erzeugen Sie Spannung.

- * Bauen Sie den Text vom Allgemeinen zum Speziellen auf und vom Wichtigen zum weniger Wichtigen.
- * Fassen Sie am Ende eines Textes die wichtigsten Erkenntnisse zusammen.
- * Verwenden Sie zum Schreiben von Sachtexten die freie Assoziation. Erfassen Sie mit dem PC alle Stichworte. Schreiben Sie sie untereinander, ohne zu zensieren. Erst wenn Ihnen nichts mehr einfällt, bringen Sie die Begriffe in eine Ordnung, sodass Sie daraus einen Text verfassen können.



Finissage

Damit endet unser Exkurs in die Welt der Kreativität. Wenn Sie dazu die eine oder andere Frage haben, schreiben, telefonieren, faxen oder e-mailen Sie – ich bin immer für Sie da.

Ich hoffe, das Buch habe Ihnen einen Überblick über die verschiedenen Methoden verschafft, wertvolle Impulse vermittelt und Sie zum Schreiben inspiriert. Vielleicht wählen Sie aus der nachfolgenden Literaturliste, auf die ich mich zum Teil beziehe, das eine oder andere Buch aus, um das Thema zu vertiefen.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg beim kreativen Schreiben.

Schreiben: Sie können es, Sie dürfen es, und wenn Sie genug Mut für den Anfang aufbringen, dann schaffen Sie es auch. Schreiben ist Magie, ist das Wasser des Lebens, genau wie jede andere kreative Kunst auch. Es ist umsonst. Trinket also. Trinket und erquicket euch.

Stephen King, amerik. Schriftsteller, Buchauflage weltweit über 200 Millionen

Empfehlenswerte Literatur

Allen, Roberta: Literatur in 5 Minuten – Ein Schnellkurs – Zweitausendeins, ISBN 3-861150-440-5. Das Schreiben von kurzen Texten fördert die Kreativität und das Gefühl für den eigenen Stil. Und Sie haben erst noch viel Spass dabei!

Besser-Siegmund, Cora: Magic-Words. Der minutenschnelle Abbau von Blockaden. Junfermann, ISBN 3-87387-477. Eine einfache und wirksame Methode, Schreib- und andere Blockaden abzubauen. Die Methode lässt sich spielerisch und locker anwenden.

De Bono, Edward: De Bonos neue Denkschule – kreativer denken, effektiver arbeiten, mehr erreichen. Junfermann, ISBN 3-8738-7493-8. Wer seine Denk- und Kreativitätsleistungen steigern möchte, kann von den vielschichtigen Methoden und Techniken nur profitieren (mit vielen Übungen).

Buzan, Tony: Kopftraining. Eine Anleitung zum kreativen Denken, Goldmann-Verlag, ISBN 3-4421-0926-4. 1993 erschienen ist das Buch inzwischen zum Klassiker geworden. Sie erfahren, wie Ihr Gehirn funktioniert und wie sie dessen Potenzial ausschöpfen können. Mit den praktischen Übungen fällt es Ihnen leicht, das theoretische Wissen umzusetzen. Zudem erfahren Sie Methoden und Anwendungen von Mind Maps.

Buzan, Tony und Buzan, Barry: Das Mind-Map-Buch. Untertitel: Die beste Methode zur Steigerung Ihres geistigen Potenzials. ISBN 3-478-71731-0.

Meier-DellOlivio, Rosmarie: Schreiben wollte ich schon immer: gekonnt Tagebuch führen. Oesch-Verlag, 2001 – ISBN 3-858-33585-1. Eine Anleitung zum kreativen Tagebuchschreiben, die richtig Spass macht.

Mohl, Alexa: Das Metaphern-Lehrbuch. Geschichten und Anleitungen aus der Zauberwerkstatt. Junfermann, Paderborn, ISBN 3-873-87349-4. Sie erfahren, wie man Metaphern entwickelt und sie zu Geschichten verarbeitet. Geeignet auch für Trainer und Berater.

Rico, Gabriele L.: Garantiert schreiben lernen – Rowohlt, 1984, ISBN 3-498-05703-0.

Ein Muss für alle, die sich mit dem Clustering näher befassen wollen.

Werder, Lutz von: Erfolg im Beruf durch kreatives Schreiben – Schibri-Verlag, ISBN 3-928878-24-7. Praxisorientiert, ausgerichtet auf das Schreiben für verschiedene Berufe (Journalisten, Manager u.a.)

Werder, Lutz von: Lehrbuch des kreativen Schreibens – Schibri-Verlag, ISBN 3-928878-05-0. Sehr umfassend, gilt als Standardwerk zum kreativen Schreiben. Viele Übungen.

Wieke, Thomas: Kreativ schreiben – eine praktische Vers- und Reimschule. Falken-Verlag Niedernhausen, ISBN 3-806-82-7001

Romane und Geschichten schreiben

Allen, Roberta: Literatur in 5 Minuten – Ein Schnellkurs – Zweitausendeins, ISBN 3-861150-440-5. Das Buch enthält eine Liste von 300 Themen, die als Anregung zum Schreiben dienen. Einfach den Wecker auf fünf Minuten stellen und sofort anfangen. Sie werden staunen, wie schnell es geht, eine Kürzestgeschichte zu schreiben.

Frey, James N.: Wie man einen verdammt guten Roman schreibt. - Hermann-Josef Emons Verlag, ISBN 3-924491-32-1. Das Buch eignet sich gut für alle, die gern schreiben – ob Anfänger oder professionelle Autoren. Ein Crash-Kurs des Geschichtenerzählens.

Gesing, Fritz: Kreativ schreiben, Handwerk und Techniken des Erzählens - DuMont Köln, ISBN 3 770-13375-7. Grundlagenwerk für alle Arten von Texten. Theoretische und praktische Informationen über das Schreiben und die Techniken des Erzählens.

Kaplan, David M.: Die Überarbeitung. Wie Geschichten packender, Charaktere plastischer, Dialoge stärker und Beschreibungen anschaulicher werden. Ein Lehrbuch für Autoren. Zweitausendundeins-Verlag, Frankfurt a.M., ISBN 3-861 5044-3. Ein hilfreiches Buch mit vielen Tipps und Beispielen.

King, Stephen: Das Leben und das Schreiben, Heyne-Taschenbuch, ISBN 3-453-19927-8. Im zweiten Teil des Buches gibt Stephen King Einblick in die Entstehung seiner Romane und Geschichten. Tipps, von denen alle, die in irgendeiner Form schreiben, profitieren.

Kruse, Otto: Kunst und Technik des Erzählens. Wie Sie das Leben zur Sprache bringen können. Zweitausendeins, Frankfurt a.M., ISBN 3-861-50392-1. Das Buch enthält auch Elemente des kreativen Schreibens und viele praktische Übungen.

Scheidt, Jürgen vom: Kurzgeschichten schreiben. Fischer Verlag Frankfurt a.M., ISBN 3-596 11639-2. Klein, aber fein – ein Taschenbuch, das alles Wesentliche zusammenfasst.

Sachtexte, Stil

Becker, Howard: Die Kunst des professionellen Schreibens – Campus, ISBN 3-59336-710-6.

Förster, Hans-Peter: Texten wie ein Profi – F.A.Z –Institut, Frankfurt am Main, ISBN 3-927282-90-1. Mit über 5000 Wort-Ideen zum Nachschlagen. Interessant für alle, die schreiben, auch für Texter, Redaktoren u.ä.

Franck, Norbert: Schreiben wie ein Profi. Artikel, Berichte, Pressemeldungen, Protokolle, Referate und andere Texte. Bund Verlag. ISBN 3-766-33239-2

Schneider, Wolf: Deutsch fürs Leben - Rowohlt-Taschenbuch, ISBN 3-499-19695-6.

Ein Deutschkurs für alle, für die das Lernen nach der Schule nicht aufhört.

Schneider, Wolf: Deutsch für Profis, Wege zum guten Stil - Goldmann-Taschenbuch, ISBN 3-442-16175-4. Eine unterhaltsame Pflichtlektüre für alle, die mit Sprache zu tun haben.

© 2005 – 2011 Heidi Hohl HohlConsulting
Sulzbergstrasse 1, CH-8404 Winterthur, Tel./Fax +41 52 720 94 50
E-Mail: info@hohl-consulting.ch
Internet: <http://www.hohl-consulting.ch>