

1 HEUTCHEN

1. Zeile: Heute...
2. Zeile: Sinneseindruck
3. Zeile: frei formulieren
4. Zeile: Sinneseindruck
5. Zeile: Ich ...

Heute am Schreibtisch, es ist zehn Uhr.
Ich lausche in mich hinein und staune.
Zeit nur für mich, die schenke ich mir.
Das schmeckt nach Abenteuer.
Ich kann es kaum fassen.

2 SoP (SCHREIBEN OHNE PAUSE)

Beim **S**chreiben **o**hne **P**ause schreiben Sie zu einem gegebenen Impuls innerhalb eines meist knappen Zeitraums (z.B. 3 - 8 Minuten) einen Text, ohne nachzudenken und ohne den Stift abzusetzen. Sie schreiben ungefiltert, was Ihnen zu dem Impuls einfällt. Wenn's mal stocken sollte, schreiben Sie immer wieder „*Mir fällt nichts ein*“ oder was Ihre Feder gerade hergibt. Bis es wieder fließt.

3 SERIELLER TEXT

Beginnen Sie jeden Satz z. B. mit „Wenn ich ..., ...“ (8 bis 10 Sätze). Schreiben Sie den Anfang des Satzes immer wieder neu (keine „Gänsefüßchen“). Nur so kommt das Schreiben in den Fluss.

Wenn ich lese,
Wenn ich lese,

Variante

Möglich ist auch, dass sich ausgewählte Zeilen wiederholen, dass sich z.B. die Zeilen 1, 4, 8 wortwörtlich wiederholen und die anderen Zeilen ohne jegliche Vorgabe gefüllt werden können.

4 SCRABBLE

Sie haben eine Anzahl von Buchstaben, aus denen Sie **spontan** Wörter legen wie beim Scrabble-Spiel oder Sie legen an ein vorgegebenes Wort Wörter an, die Ihnen **zum Thema** einfallen.

Aus den von Ihnen gefundenen Wörtern schreiben Sie einen neuen Text.

L IEBLINGSBSCHAEFTIGUNG
E NTSPANNUNG
P A U S E
E NTDE CKUNGEN
D ENKAN STOSS

5 ELFCHEN 1

Ein ELFCHEN besteht aus 5 Zeilen und **11 Wörtern**.

In der 1. Zeile steht ein Wort, in der 2. zwei, in der 3. drei usw.

Die 5. Zeile zieht in einem Wort ein Résumé oder gibt einen Ausblick

Lesen

1	_	Lust
2	__	bereiten mir
3	---	abends im Bett
4	----	abenteuerliche Reisen in neue
5	-	Welten

6 ELFCHEN 2

1	_	Schlüsselwort/ Thema
2	__	Nomen mit Adjektiv
3	---	Wo oder wie ist das?
4	----	Bezug zu mir
5	-	Pointe/ Zusammenfassung

Lektüre
Kraftspendende Freude
Freiheit Leben Fantasie
Beflügelt mich so sehr
Reichtum

7 ELCHEN 3

ZEIT FÜR MICH
Schreiben als Anker 

- 1 _ Ein Gedanke, ein Gegenstand, eine Farbe, ein Geruch...
- 2 _ _ Was macht das Wort aus Zeile 1?
- 3 _ _ _ Wo oder wie ist das Wort aus Zeile 1?
- 4 _ _ _ _ Was denken Sie?
- 1 _ Fazit: Was kommt dabei heraus?

Buch
ist Verlockung
lauernd im Regal
Ich kann nicht widerstehen
Sucht

8 GEFÜHLS-ELFCHEN

ZEIT FÜR MICH
Schreiben als Anker 

- _ ein Gefühl
- _ _ ohne Vorgabe
- _ _ _ ohne Vorgabe
- _ _ _ _ die Entwicklung
- _ _ _ _ _ das neue Gefühl

Sympathie
Ein Blick
Im Vorübergehen nur
Ein Treffen lange Gespräche
Zuneigung

9 ELFEN-SYMPHONIE 1

ZEIT FÜR MICH
Schreiben als Anker 

Sie schreiben mehrere Elfchen hintereinander.

Das **letzte** Wort des ersten Elfchens ist das **erste** Wort des zweiten.
Das **letzte** Wort des zweiten Elfchens ist das **erste** Wort des dritten
Elfchens. Wenn Sie es besonders rund machen wollen, dann wiederholt
das **letzte** Wort des dritten Elfchens das **erste** Wort des ersten.

9 ELFEN-SYMPHONIE 2

ZEIT FÜR MICH
Schreiben als Anker 

Einschlafen

Ohne Buch
Meine Zuflucht fehlt
Der Alltag überrollt mich
Ruhelos

Ruhelos

Suche ich
Antworten auf unsägliche
Fragen nach dem Sinn
Leben

Leben

Entdecke ich
Wieder beim Lesen
Dann kann ich endlich
Einschlafen

10 VERDICHTUNG 1

ZEIT FÜR MICH
Schreiben als Anker 

Verdichten bedeutet, dass Sie einen Text, den Sie spontan geschrieben haben, radikal kürzen, dass Sie alles Nebensächliche weglassen und sich auf eine zentrale Idee fokussieren.

Versuchen Sie beispielsweise, den Inhalt eines SoPs auf drei aussagekräftige Zeilen zu reduzieren, sodass ein knapper 3-Zeiler daraus entsteht.

Am besten gelingt das, indem Sie sich wenige Wörter und Wendungen markieren, denen Sie beim Durchlesen intuitiv am meisten Bedeutung beimessen. Dann formulieren Sie, nach einer erneuten Auswahl, assoziativ Ihren 3-Zeiler. Sie müssen sich nicht an die Regeln des Satzbaus halten.

10 VERDICHTUNG 2 (1. SCHRITT)

ZEIT FÜR MICH
Schreiben als Anker 

15-SoP: Warum schreibe ich?

Das kreative Schreiben habe ich durch eine Freundin kennen gelernt. Zumindest war das der endgültige Anstoß, mich ihm zu widmen. Schon Jahre vorher bin ich ihm begegnet, es nannte sich nur anders. Seit ich regelmäßig an einem Schreibkurs teilnahm, ließ es mich nicht mehr los, sondern beflügelte mich eher, immer mehr zu wollen, immer mehr zu schreiben, immer süchtiger zu werden. Selbst nach 6 Stunden Schreibwerkstatt hatte ich nicht genug, und ging nach Hause, um mich gleich wieder hinzusetzen und meine Texte zu genießen oder um an ihnen zu feilen, bis sie so waren, wie ich es wollte. In Pandemie-Zeiten hat es mich wunderbar über Wasser gehalten und bei zahlreichen Online-Veranstaltungen lernte ich immer mehr kennen. Das Schreiben trägt mich seitdem über jede Klippe hinweg, ist mir Helferin und Begleiterin geworden an schönen und bedeckten Tagen. Mit ihm habe ich mich aufgeschwungen, neue Schritte zu unternehmen. Das Resultat liegt vor Ihnen.

10 VERDICHTUNG 3 (2. SCHRITT)

Daraus könnte auf 3 Zeilen verdichtet Folgendes werden:

Kreatives Schreiben beflügelt mich.
Hält mich über Wasser, trägt mich.
Wunderbare Begleiterin, mit der ich abhebe.

11 ZEVENAAR

Der Zevenaar hat 7 Zeilen.
Zeile 6 wiederholt Zeile 1,
Zeile 7 wiederholt Zeile 2.

1. Ort/ Zeit
2. Ich Handlung
3. Frage/ Vergleich
4. Detail
5. Detail fokussiert
6. Wh: 1. Zeile
7. Wh: 2. Zeile

Abends im Bett
Ich versinke
Was gibt es Schöneres?
Weich und warm gebettet
Mit einem Buch in der Hand
Abends im Bett
Ich versinke

12 10 SCHRITTE ZUR ERKENNTNIS

Mit 10 Zeilen zur Erkenntnis kommen Sie folgendermaßen:

Die erste Zeile beginnt mit „ES IST ZEIT“, das wiederholt sich in Z. 8.
Zeile 10 schließt das „Gedicht“ ab mit „ES IST HÖCHSTE ZEIT ...“.

1. Es ist Zeit ...
2. ...
3. ...
4. ...
5. ...
6. ...
7. ...
8. Es ist Zeit
9. ...
10. Es ist höchste Zeit ...

Variante Zeile 10: Es ist nie zu spät ...

13 DIALOG

Der Dialog ist eine variabel einsetzbare, sehr lebendige Schreibübung, die es fast automatisch mit sich bringt, dass Emotionen frei gesetzt werden. Er kann ernsthaft geführt werden oder mit viel Humor. Oft treffen unterschiedliche Meinungen aufeinander, die durchaus mit viel Gefühl geäußert werden dürfen. Es kann ein liebendes, ein ärgerliches oder ein verständnisvoll sachliches Gespräch entstehen.

Vorstellbar sind Dialoge zwischen vollkommen unterschiedlichen „Gesprächspartnern“, die nicht zwangsläufig aus dem Bereich des Menschlichen stammen. So können beispielsweise auch Tiere oder Gefühle miteinander sprechen oder der „Schreibtisch“ mit dem „Bett“.

Da die Aufgabe nach enger zeitlicher Vorgabe geschrieben wird, wird häufig recht impulsiv geschrieben. Genau das will das Kreative Schreiben fördern. Schreiben Sie herausfordernd und frech.

14 AKROSTICHON 1

Liebe Lust Läuterung
Ernst Erbauung Enthusiasmus
Sucht Sehnsucht Sahnehäubchen
Echte Entdeckungen Erkenntnisgewinn
Nicht nur Neues

Lese Lustiges
Ernstes Erlesenes
Suche sehnsüchtig
Etwas Erhellendes
Nicht nur nachts

14 AKROSTICHON 2

Sie können auch einen Fließtext schreiben,
der zeilenweise mit je einem Buchstaben des Akrostichon-Wortes beginnt.

Langeweile gibt es für mich nicht.
Es gibt immer noch ungelesene Bücher.
Saugern verbringe ich auch mal einen ganzen Tag auf dem Bett mit
Einer guten Tasse Tee auf dem Nachttisch und ein paar Keksen im Bauch - mir
Nichts dir nichts gehen erfüllende Stunden dahin.

Es können auch „unsinnige“ Zeichen untereinander stehen, die Sie zu einem Text verbinden, z.B.:
10 – A – f – 0 – K – % – ? – e.

15 CHERITA

Cherita ist eine Kürzest-Geschichte in lyrischer Form.

In **6 knappen Zeilen** auf **3 Strophen** verteilt (1 Zeile-2 Zeilen-3 Zeilen oder 3-2-1) entsteht eine „**Erzählung**“ (~ Handlung), die in einer Essenz mündet.

Nach der Routine des Alltags
zählt nur noch eins
Beine hoch und aufs Sofa
Ich suche Ausgleich und Abwechslung
gehe auf Reisen
Versenke mich in ein Buch

16 HAIKU 俳句

Das Haiku besteht aus drei Zeilen zu 5 – 7 – 5 Silben.
Es hat insgesamt 17 Silben.

Es ist eine Momentaufnahme, ein Schnappschuss von etwas gerade Wahrgenommenem und steht deshalb im Präsens. Und wenn es Ihnen gelingt, sollte es eine überraschende Wendung beinhalten, sodass Lesende sich erst einmal fragen: „Was soll das denn?“, dann aber doch einen tieferen Sinn erkennen.

Das Haiku 俳句 ist eine Japanische Gedichtform, die traditionell von einer Beobachtung in der Natur ausgeht. Moderne Haiku lassen den Schreibenden aber die Freiheit zu anderer Themenwahl.

17 AVENIDA

- ① Schlafen
- ② Lesen
- ③ Ruhe
- ④ **Wochenende**

④ ist Ihr Zielwort.
Es ist vorgegeben. Schreiben Sie darauf zu, indem Sie für Sie aussagekräftige Nomen assoziieren.

- Z. 1 ① Schlafen
- Z. 2 ① Schlafen und ② Lesen
- Z. 3 ② Lesen
- Z. 4 ② Lesen und ③ Ruhe
- Z. 5 ① Schlafen
- Z. 6 ① Schlafen und ③ Ruhe
- Z. 7 ① Schlafen, ② Lesen und ③ Ruhe
- Z. 8 ④ **Wochenende**

18 DIABOLO

Sie schreiben 5 Wörter in der ersten Zeile, 4 in der zweiten, 3 in der dritten usw.
Nach Zeile 5 aufsteigend bis wieder 5 Wörter erreicht sind.

1. Zeile 5 Wörter - - - - -
2. Zeile 4 Wörter - - - -
3. Zeile 3 Wörter - - -
4. Zeile 2 Wörter - -
5. Zeile 1 Wort -
6. Zeile 2 Wörter - -
7. Zeile 3 Wörter - - -
8. Zeile 4 Wörter - - - -
9. Zeile 5 Wörter - - - - -

Das Diabolo kann auf 10 Zeilen
erweitert werden. Dann steht in
Zeile 6 auch nur ein Wort, bevor
die Wortanzahl wieder steigt.

19 MANIFEST

Fordern Sie Ihr Publikum vehement auf, etwas zu tun oder zu
unterlassen. Überzeugen Sie die Angesprochenen von Ihren Zielen
und Ideen. Lassen Sie Ihren Gefühlen freien Lauf, denn Sie wollen
dazu aufrufen, die Welt zu verändern.

Zum Teufel mit ...
Empört euch ...
Sorgt endlich für ...
Lasst euch nicht
Steht auf und
Befreit euch ...

20 CLUSTER

Ein Cluster dient der Sammlung von Ideen zu einem Schreibimpuls.
Ohne nachzudenken schreiben Sie die Assoziationen zu dem Kernwort
auf, die Ihnen spontan einfallen, und verbinden das neue Wort mit einem
Pfeil mit dem Cluster-Kern (Es wird nach Zeitvorgabe gesammelt).



21 METAPHORISCHER 8-ZEILER

Beschreiben Sie etwas, indem Sie dafür eine Metapher finden, die, nach Vorgabe, den Gegenstand oder Begriff durch ein treffendes Bild umschreibt. Suchen Sie nach einer*m für Sie passenden:

Farbe	So grün, so farbenprächtig
Jahreszeit	Wie das Frühjahr.
Ort	Auf den Wiesen und in den Wäldern,
Tageszeit	Wenn die Tautropfen noch glänzen.
Musikstück	Ein Flötenkonzert zu Sanssouci.
Pflanze	Frühlingslichtblume und Adonisröschen.
Frucht	Wie sonnengereifte, saftige Beeren,
Geruch/ Geschmack	So süß schmeckt die Gemeinschaft.

22 NOTARIKON 1 (1. SCHRITT)

Notieren Sie zu jedem Buchstaben eines gewählten Begriffes das Wort, das Ihnen spontan dazu einfällt (entweder ganz frei oder themenbezogen).

L **E** **S** **E** **N**
Lust Erkenntnis Sehnsüchte Erfahrung nächtelang

22 NOTARIKON 2 (2. SCHRITT)

Schreiben Sie nun zu den notierten Wörtern einen Text. In jeder Zeile Ihres Textes soll eines der Wörter in der vorgefundenen Reihenfolge vorkommen.

Wenn aus der **Lust**
die **Erkenntnis** erwächst,
dass alle **Sehnsüchte**
im Moment dieser einen **Erfahrung** gestillt werden,
dann darf das meinetwegen **nächtelang** so weitergehen.

23 RONDELL

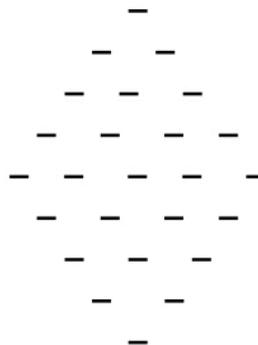
Ein Rondell beschreibt Gefühle, Stimmungen, Jahreszeiten, Personen etc. Im ersten Satz wird das gewählte Thema benannt (im Beispiel „Lektüre“). Das Gedicht hat **8 Zeilen**. Schreiben Sie **kurze Sätze**. Zeile 1 wird in Zeile 4 und 7 wiederholt, Zeile 2 wird in Zeile 8 wiederholt.

Zeile 1: Thema	1	Der Lektüre hingegeben	1
Zeile 2: Erweiterung	2	ändert sich die Perspektive	2
Zeile 3: Positiver Aspekt	3	Sie begreift bisher fremde Motive	3
Zeile 4: = Wh: Zeile 1	1	Der Lektüre hingegeben	1
Zeile 5: positive Steigerung	5	Fühlt sie mit der Schwester im Buch	5
Zeile 6: neuer Aspekt	6	Ihr zeigt sich ein Ausweg	6
Zeile 7 = Wh: Zeile 1	1	Der Lektüre hingegeben	1
Zeile 8 = Wh: Zeile 2	2	ändert sich die Perspektive	2

24 SCHNEEBALL

Ein Schneeballgedicht ist ein Gedicht, bei dem stehen in der

1. Zeile ein Wort
2. Zeile zwei Wörter
3. Zeile drei Wörter
4. Zeile vier Wörter
5. Zeile fünf Wörter
6. Zeile vier Wörter
7. Zeile drei Wörter
8. Zeile zwei Wörter
9. Zeile ein Wort



25 ODE

Schreiben Sie einen Lobgesang auf ...

Sie können reimen oder auch nicht. Schreiben Sie enthusiastisch und in weihevollen Stil. Sie dürfen übertreiben, sowohl in der Wortwahl, als auch mit der Feierlichkeit. Benutzen Sie Ausrufe und formulieren Sie überhöhte Gefühle. Ca. 16 Zeilen.

26 BLACKOUT-POETRY

Blackout-poetry ist eine Form der absoluten Verdichtung. Als Ausgangsbasis dient ein nach beliebigen Kriterien ausgewählter Text aus Zeitungen, Zeitschriften, Ratgeber-Literatur, Belletristik, usw. Im ersten Schritt überfliegen Sie diesen Textausschnitt und kreisen das Wort ein, das Ihre Aufmerksamkeit am stärksten fesselt. Beim zweiten, aufmerksameren Lesen, unterstreichen Sie weitere 3 bis max. 10 Wörter – je nach Textlänge –, die Sie, ausgehend von dem zuerst eingekreisten Impulsword, für Ihre Minimal-Poesie verwenden wollen. Die Reihenfolge der Wörter bleibt, wie im Text, erhalten. Wenn Ihnen die Auswahl zusagt, schwärzen Sie alle nicht markierten Wörter mit einem Marker. So entsteht eine persönliche, sehr knappe, oft frappierende, neue Aussage. Moderne Poesie.

27 WAPPENTIER

Wie würde Ihr Wappentier aussehen?

A Überlegen Sie kurz und beschreiben Sie dieses Phantasie-Tier.

Welche Stärken hat es? Heben Sie diese lobend hervor.
Wie sieht es aus?
Welche Verhaltensweisen sind typisch?
Was liebt es? Was wünschen Sie sich von ihm?

B Schreiben Sie ein gereimtes oder ungereimtes Loblied (Ode) auf dieses Tier.

28 ABCDARIUM

Um ein ABCDARIUM zu schreiben, notieren Sie alle Buchstaben des Alphabets untereinander.

Dann schreiben Sie zu jedem Buchstaben ein oder mehrere Wörter, die Ihnen zu dem vorgegebenen Themenkreis spontan einfallen.

Zum Thema „Stress“ ließe sich z.B. Folgendes assoziieren:

A Arbeit, Apfelernte	E Erfolgsdruck	I Intrigen
B Baustelle	F Fehler	J ...
C Chaos	G Garage aufräumen.	usw.
D Dissonanzen	H Herzklopfen	

29 WACHSGEDICHT 1

Das Wachsgedicht ist, ähnlich wie die Avenida, eine Reihung von Begriffen.
Gerade durch die Wiederholung der Wörter gewinnt der Text an Überzeugungskraft.
Das laute Vorlesen des Textes mit unterschiedlicher Betonung liefert den Beweis.

Das Wachsgedicht folgt dem Muster:

1. Zeile: Nomen
2. Zeile: Nomen von Zeile 1 + **UND** + 1 neues Nomen
3. Zeile: Nomen von Zeile 1 + Nomen von Zeile 2 + **UND** + 1 neues Nomen
4. Zeile: Nomen von Zeile 1 + Nomen von Zeile 2 + Nomen von Zeile 3 + **UND** + 1 neues Nomen
5. Zeile: 1 neues Nomen als Resümee

29 WACHSGEDICHT 2

Verkürzt Dargestellt:

N1
N1 N2
N1 N2 und N3
N1 N2 N3 und N4
N5

Ideen

Ideen und Kreativität
Ideen Kreativität **und** Schreiblust
Ideen Kreativität Schreiblust **und** Wir-Gefühl
Begeisterung

30 PERFECTGEDICHT

geschlafen
geträumt aufgewacht
geduscht gekämmt geschminkt
gefrühstückt geräumt geputzt gehetzt
eingekauft bezahlt eingekauft eingekauft bezahlt
beladen geschleppt ausgeräumt eingeräumt
gekocht gegessen geholfen
ausgelaugt hingelegt
Haushalt

31 ELEGIE

Schreiben Sie einen Sehnsuchts-, Klage- oder Abschiedsgesang zu einem vorgegebenen Thema.

Feiern Sie Ihre Sehnsucht, Ihre Trauer oder Ihren Schmerz über Verlust. Lassen Sie Ihrer Melancholie freien Lauf.

Es darf leidenschaftlich oder wehmütig klingen und ruhig ein bisschen schwulstig werden.

Umso besser!

