18 Übungen, um mit dem Schreiben zu beginnen

Keine Scheu vor leeren Blättern

von Heike Thormann – www.heikethormann.de

Bei Konzepten können Sie einer strukturierten Vorgehensweise folgen. Wenn Sie nicht gerade an einer Schreibblockade leiden, dürften Sie zumindest *irgendetwas* zu Papier bringen und bearbeiten können. Doch was machen Sie, wenn Sie "einfach so" ins Schreiben kommen wollen? Wenn Sie einmal spontan etwas zu einer Aufgabe oder einem Thema schreiben wollen oder sollen? Für viele Menschen ist das kein Problem, sie sind sofort im Fluss. Anderen fällt das deutlich schwerer. Für diese letzte Gruppe habe ich hier ein paar Anregungen und Übungen.

Vor ein paar Wochen sprachen mich gleich zwei Lehrerinnen an: Ob ich ein paar Übungen für sie hätte, wie ihre Schüler leichter ins Schreiben kommen.

Nun, zweifellos sind Kinder und Jugendliche nicht die einzigen, die mit einer Arbeitsanweisung wie "schreib mal was über euren letzten Familienausflug" überfordert sein können. Da muss man nicht einmal den berühmten Schreibblockaden zum Opfer fallen. Wo und wie soll man anfangen?

Bei längeren Texten, Schreibprojekten oder gar Büchern würde ich immer zu einem Konzept raten. Doch für kürzere Texte oder als alternative "Startideen" habe ich folgende Übungen für Sie.

I. Grundsätzlich warm schreiben

Okay, nehmen wir an, Sie haben beschlossen, etwas schreiben zu wollen. Doch so ganz kommen Sie noch nicht in die Gänge. Der Kopf ist noch ein bisschen müde, der Körper sackt in sich zusammen, die Augenlider sind auf Abwärtskurs – das Ganze riecht nach Schonbetrieb und "ach nee, lieber nicht".

Dann könnten Sie sich mit folgenden Übungen erst einmal warm schreiben:

Beschreiben: Sehen Sie sich in Ihrer Umgebung um oder sehen Sie aus dem Fenster. Wählen Sie spontan eine Sache aus, die Sie sehen. (Vogel am Himmel, Pflanze, Stehlampe, Dachtraufe.) Schreiben Sie dazu einen kleinen Text von drei bis fünf Sätzen.

Bewusste Wahrnehmung und Reflektion anregen: Formen Sie mit Ihren Fingern einen Kreis. Halten Sie diesen Kreis wie den Sucher eines Foto-Apparats vor ein Auge. Kneifen Sie das andere Auge zu und tasten Sie mit dem "Sucher-Auge" Ihre Umgebung ab. Verharren Sie an einer Stelle und lassen Sie sie auf sich wirken. Was weckt Ihre Aufmerksamkeit? Was schiebt sich vor allem anderen in Ihr Bewusstsein? Schreiben Sie über das, was in Ihrem Blick hängen geblieben ist. Schreiben Sie, welche Gefühle, Gedanken, Erinnerungen, Vergleiche Ihnen dazu durch den Kopf gehen.

Wortschatz und Sprachwitz ankurbeln: Wählen Sie ein beliebiges Wort und schreiben Sie alle Worte auf, in denen diese Buchstabenfolge vorkommt. Beispiel: Enten → Entenhausen, Entendame, Entenmagen, entenlahm, Renten. Oder: Ei → Eierkocher, eilig, Eimer, eiern, Seide, Weide, Eiersalat.

Gut, nach diesen kleinen Fingerübungen wenden wir uns Ihrem eigentlichen Thema oder Ihrer Aufgabe zu. Als nächstes finden Sie ein paar Übungen und Methoden, wie Sie Ideen zum Thema sammeln oder sich Ihren Wissensstand dazu bewusst machen.

II. Ideen zum Thema sammeln, Wissensstand bewusst machen und anzapfen

Clustering: Diese Methode hilft Ihnen, sich von Assoziationen leiten zu lassen und dadurch Ideen zu finden. Mehr über sie lesen Sie in meinem "Tutorial Clustering" bei den kostenfreien Downloads.

Mind Mapping: Diese Methode hilft Ihnen, eher strukturiert und systematisch Ideen zu finden. Zudem ist sie ein gutes Werkzeug, um Ihr Wissen zu einem Thema grafisch abzubilden. Einen Einstieg ins Mappen finden Sie im Internet oder in etlichen Büchern.

III. Bewusst verschiedene Ansätze ausprobieren, ein Thema anzupacken

Nehmen wir an, Sie haben die Themen-Vorgabe bekommen: "Mein erster Schultag." Dazu sollen Sie jetzt etwas "Nettes" schreiben. Nur, was ist "etwas Nettes"?

Vielleicht ist bei den Übungen von Punkt II schon der eine oder andere Impuls für Sie herausgesprungen. Vielleicht aber auch nicht. Dann habe ich folgende Ideen oder Ansätze für Sie, wie Sie ein Thema anpacken können. Je nach Ansatz, den Sie wählen, wird sich die Richtung Ihres Textes ändern, werden Sie vielleicht einen völlig neuen Text bekommen. Lassen Sie sich ggf. für weitere Ansätze inspirieren.

Reflektieren: Sinnieren Sie über Ihren ersten Schultag "psychologisch" nach. Was sagt er über Ihre Familie und über Sie selbst aus? Welche Muster, Eigenschaften und Verhaltensweisen werden hieran sichtbar? Hatte er vielleicht Konsequenzen für Ihr späteres Leben? Hat er Ihnen die Schule für immer madig gemacht oder Sie mit Freude ins Lernen starten lassen? Werten Sie aus.

Autobiografische Sequenzen: Hier sind eher Ihre Erinnerungen an diesen Tag gefragt. Wie lief er ab? Was passierte im Detail? Gab es besondere Highlights, zu Be-merken-des? (Bewusst so geschrieben.) Wenn ja, was und warum?

Chronologische Ereignis-Abfolge: Einem eher nüchternen Tatsachenbericht ähnelt Ihr Text, wenn Sie ohne weitere Gestaltung Punkt für Punkt aufzählen, was wann wie passiert ist.

Verschiedene Genres bedienen: Spielen Sie mit Textformen und Genres. Verwandeln Sie Ihren ersten Schultag in eine Satire, eine Horrorgeschichte, eine Komödie oder Tragödie.

Unterschiedliche Hauptfiguren: Wechseln Sie die Perspektive und/oder Ihre Hauptfiguren. Schreiben Sie den Text zum Beispiel aus der Perspektive der neuen Lehrerin. Wie nimmt sie dieses aufregende Erlebnis "erster Schultag" wahr? Oder bleiben Sie bei Ihrer Perspektive und Ihren Erinnerungen, wählen Sie aber jetzt zum Beispiel einzelne Familienmitglieder als Haupthandelnde aus.

Unterschiedliche Szenarien: Wie hätte Ihr erster Schultag vor fünfzig Jahren aussehen können? Oder an einer anderen Schule, in einer anderen Stadt, einem anderen Land? Wie würden kleine Mars-Kinder vielleicht ihren ersten Schultag erleben? :-). Lassen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf.

IV. Sich treiben lassen und sehen, was aus dem Thema wird

In Punkt III haben Sie sich mehr oder weniger bewusst für eine Richtung entschieden, die Sie für Thema und Text ausprobieren wollen. Vielleicht spricht Sie das Autobiografische an, vielleicht hätten Sie mal Lust, in die Haut der Lehrerin zu schlüpfen. Sehen Sie sich beides an und entscheiden Sie sich dann für eine Vorgehensweise.

Bei den folgenden Übungen sind Sie weniger festgelegt. Oft herrscht hier das "Prinzip Zufall". Sie starten mit einem Impuls – und dann entscheiden Ihre Assoziationen, Gedanken, Erfahrungen, Stimmungen oder in der Tat der reine Zufall, wohin die Reise gehen wird. Hier habe ich ein paar Beispiele.

Zufällige Assoziationen legen Richtung fest: Geben Sie Ihrem Text beispielsweise spontan einen Titel und schreiben Sie dann, was Ihnen dazu einfällt. (Der erste Schultag: "Das große Gähnen", "Mord in der Penne", "Jetzt bin ich groß", "Läuten um 12", "Eine lebenslange Liebe". Noch mehr Ideen?) Oder fallen Ihnen Zitate, Sprichworte, Liedtexte, markante Aussprüche oder Dialoge zu Ihrem Thema ein? Folgen Sie diesen dann mit Ihrem Text. (Der erste Schultag: "Jetzt beginnt der Ernst des Lebens." "Hurra, hurra, die Schule brennt." "Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr.")

Tipp: Sehen Sie sich die **Bisoziation** oder die **Reizwortanalyse** an. Beide Methoden kann man auch auf das Schreiben anwenden. Suchen Sie sich zum Beispiel irgendeinen Gegenstand, eine Sache, ein Tier. Ziehen Sie mit Ihrem Thema dann einen Vergleich. Beispiel: Der erste Schultag ... war wie eine Katze. Ich lief mit gespitzten Ohren durch die Schule. Meine Barthaare zitterten vor Erregung. Ganz sicher war ich mir aber nicht, also lugte ich erst mal vorsichtig um die Ecke. Fortsetzung folgt ... :-)

Assoziationen auslösen und freisetzen: Oder legen Sie eine Assoziationskette zum Thema "erster Schultag" an. Folgen Sie dabei einer Assoziation nach der anderen. Ein persönliches Beispiel: "Mein erster Schultag" → Großes Gebäude → Alles neu → Viele Kinder → Wendeltreppe → Aula → Die Kinder sammeln sich bei ihren neuen Lehrerinnen. → Mein Name wird nicht aufgerufen. [Ich wurde durch Zufall bei der schon früher erfolgten Einteilung übersehen.] → Peinlich, alle Augen richten sich auf mich. → Ich bleibe über, was wird aus mir. → Dann das Angebot: Ich darf mir eine Klasse und eine Lehrerin aussuchen. → Die Qual der Wahl: Wähle ich die Klasse mit den Vertrauten aus dem Kindergarten und der (für mich) harten, strengen Lehrerin? Oder wähle ich die Klasse, in der ich niemanden kenne, aber die Lehrerin nett und freundlich aussieht? → Ich wähle die Klasse mit der netten Lehrerin und mache drei Kreuze, dass ich wählen durfte. → Damit beginnt eine wunderbare Zeit.

Das ist jetzt eine Assoziationskette zu einem bestimmten Moment, den Gedanken und Gefühlen, die dieser in mir auslöste. Eine Assoziationskette kann auch so aussehen: "Erster Schultag" → Schule → Feuerzangenbowle → Heinz Rühmann → Weihnachten. Sie können ja dann mal schauen, ob Sie auch solche Elemente für Ihren Text nutzen können.

Durch Zufall Kombinationen auslösen: Der Autor **Jürgen Wolff** schlägt folgende Methode vor, um mit einem belletristischen Text zu beginnen. Er legt eine Tabelle an, in der er Ideen, Namen, Beschreibungen zum Beispiel für den ersten Charakter, den zweiten Charakter, den Schauplatz, die Motive und die Gefühle der Beteiligten sowie anderes mehr sammelt. Und dann kombiniert er wahllos miteinander und lässt sich vom Ergebnis überraschen.

V. Artverwandte Disziplinen nutzen

Darüber reden: Fällt es Ihnen leichter, zu reden, statt zu schreiben? Dann kommen Sie doch übers Reden ins Schreiben. Schnackern Sie ein bisschen mit einem fiktiven Leser, je nach Gegebenheit laut oder leise. Erzählen Sie ihm was zu Ihrem Thema. Schauen Sie, ob sich ein Impuls oder ein Muster einstellt. Damit meine ich, ob Sie etwas zum Schreiben drängt (Impuls) oder ob Sie eine bestimmte Sache öfter erwähnen (Muster). Nehmen Sie das als Auslöser für Ihren Text.

Das Ganze zeichnen: Oder gehören Sie zu den Mal-Freunden? Kritzeln Sie gern? Dann machen Sie doch eine kleine Skizze zu Ihrem Thema. (Oder eine Abfolge von kleinen Skizzen wie bei einem Bilderrätsel oder Comic.) Lassen Sie sich dann von dem, was Ihr Stift zaubert, inspirieren.

So, und nun wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Schreiben!