

Kreatives Schreiben

Das kreative Schreiben bietet die Möglichkeit, seine Gedanken zu ordnen, sein Ausdruckspotenzial zu entfalten und Geschichten zu erfinden.

Vielleicht ist es Ihnen auch schon einmal so ergangen: Ideen hätte man genug, der Kopf und das Herz sind voll. Man setzt sich vor ein leeres Blatt Papier und hat es schwer, einen Einstieg ins Schreiben zu finden.

Schreibspiele und Schreibtechniken können diesen Einstieg leichter machen. Vielleicht möchten Sie es ja gleich einmal versuchen?

Wir laden Sie zu einem Selbstversuch in vier Schritten ein:

1. Schreiben Sie Ihren Vornamen senkrecht auf

V
O
R
N
A
M
E

2. Suchen Sie für jeden Buchstaben drei Begriffe, die mit diesem Buchstaben beginnen

V - z.B. verflucht, vielversprechend, verlobt

O – z.B. ojeoje, Ordnung, Obhut

R...

N...

A...

M...

E...

3. Erstellen Sie einen Text, der sich weitgehend aus den von Ihnen gefundenen Wörtern speist (Nur Mut, es darf auch eine abenteuerliche oder abstruse Geschichte entstehen!).
4. Freuen Sie sich an Ihrer Phantasie und loben Sie sich selbst für das, was auf dem Papier entstanden ist.

Dieser ONKO-TIPP wird Ihnen präsentiert aus dem Bereich Geistige Fitness von Dagmar Rosner, Diplom-Theologin und Sibylle Zengerle-Hübner, Psychologische Psychotherapeutin aus dem Team Psychosoziale Onkologie des Parksanatorium Aulendorf.