

Übung 27



Schreib ein Gedicht mit Wörtern,
die du heute gehört hast
einfach.besser.kreativ.sign.

Übung 27

Intro

Worte, die dich finden – und verändern

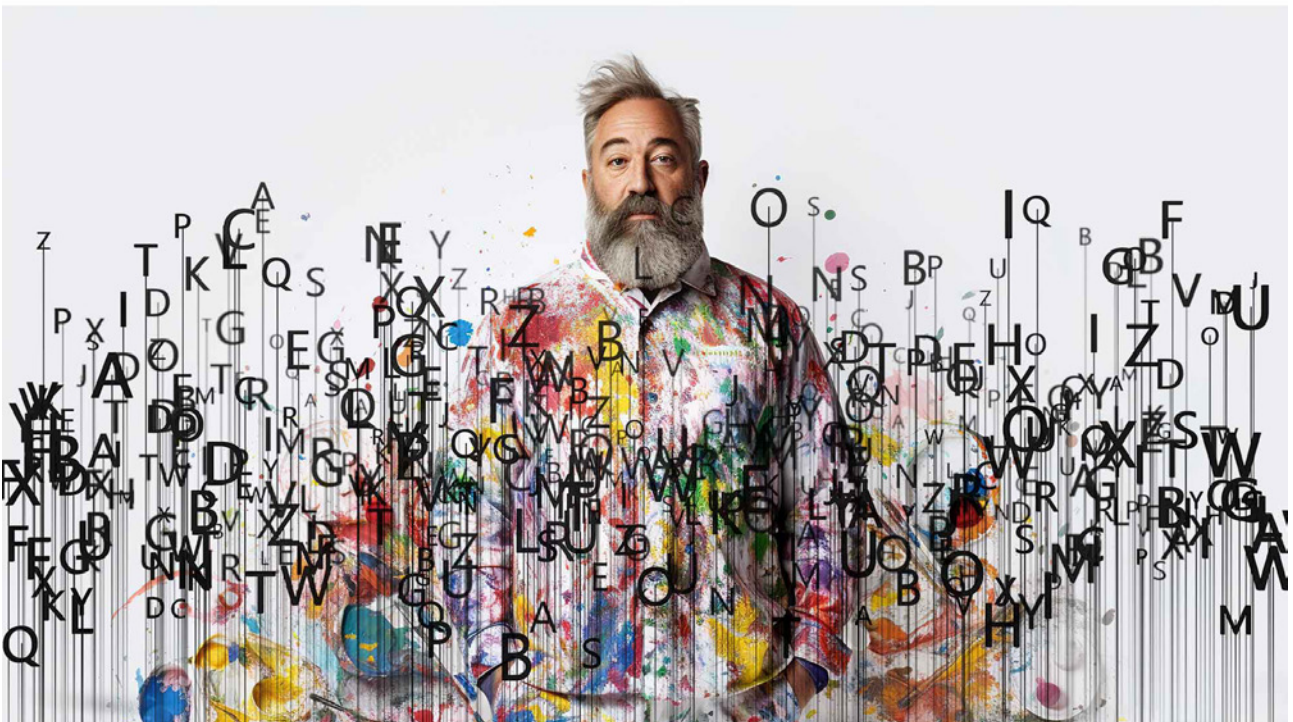
Vielleicht hast du schon öfter gedacht: »Ich bin nicht kreativ genug.« Oder: »Gedichte? Das ist nichts für mich.« Und doch bist du hier – neugierig, offen, bereit für eine kleine kreative Herausforderung. Das ist kein Zufall. Denn Kreativität beginnt nicht mit einem Geistesblitz. Sie beginnt mit Aufmerksamkeit. Und oft mit einem einzigen Wort.

Vielleicht hast du lange geglaubt, dass Kreativität ein Talent ist. Etwas, das andere haben. Die, die Gedichte schreiben. Bilder malen. Geschichten erfinden.

Du hingegen? Du hörst zu. Du funktionierst. Du denkst – aber du »kannst nicht dichten«.

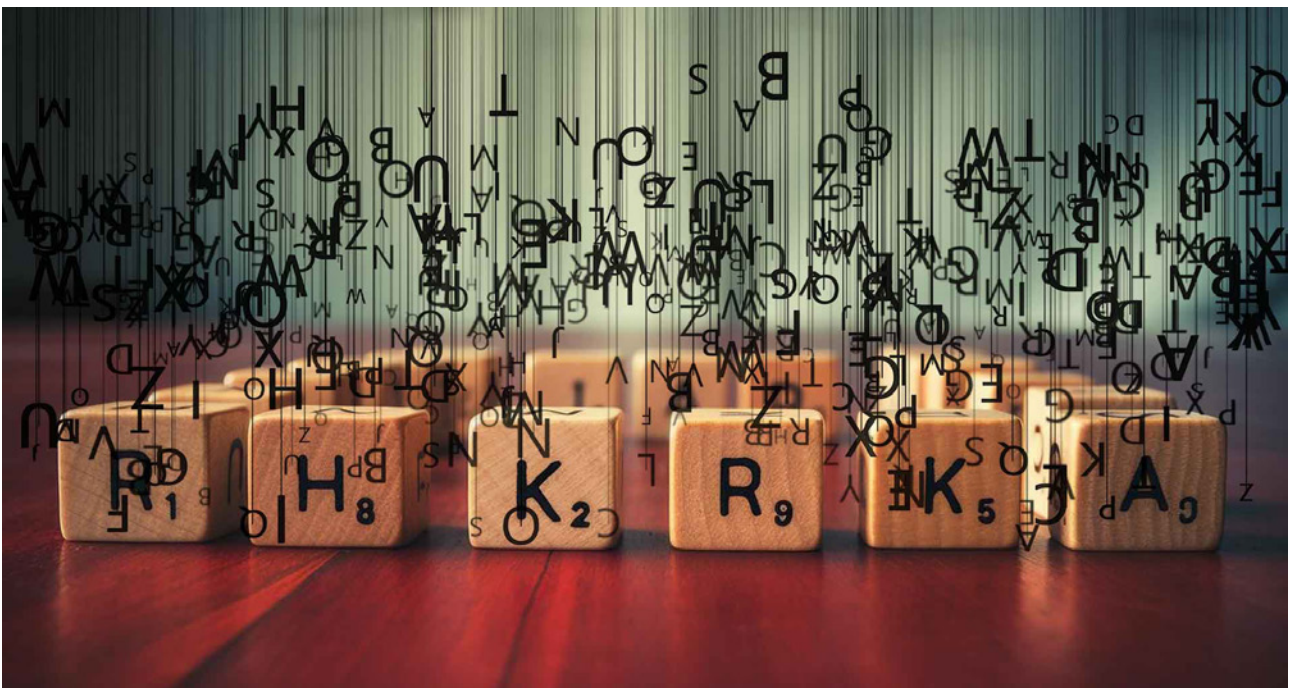
Und genau deshalb ist dieses Modul für dich. Denn Kreativität beginnt nicht mit einem Meisterwerk. Sie beginnt mit einem Impuls. Einem Wort. Einem Geräusch, das hängen bleibt. Einer Redewendung, die dich zum Schmunzeln bringt. Einer Stimme im Café, die einen Satz sagt, der dich nicht mehr loslässt.

Sprache ist überall – du musst sie nur wieder wahrnehmen.



Als Professor für Design und Kreativität begleite ich seit über 25 Jahren Menschen auf ihrer kreativen Reise: Designer, Architektinnen, Informatiker, Wirtschaftsdenkende, Spielentwicklerinnen, arbeite mit Menschen aus ganz unterschiedlichen Disziplinen: Modedesign, Gameentwicklung, Kommunikation, Architektur, Informatik, Geowissenschaften, Wirtschaft. Und doch begegnet mir bei allen immer wieder der gleiche Satz: »Ich kann nicht schreiben. Ich kann nicht dichten. Ich bin eher rational.« Und bei aller Unterschiedlichkeit gibt es eine Gemeinsamkeit: Fast alle unterschätzen ihre kreative Wahrnehmung. Sie glauben, dass sie erst etwas können müssen, bevor sie etwas ausdrücken dürfen. Und genau deshalb ist dieses Modul so spannend – weil es dich nicht fragt, ob du »dichten kannst«. Sondern ob du bereit bist,

deine Umgebung mit neuen Ohren zu hören. Dieses Modul dreht das um: Du darfst, bevor du etwas kannst. Du darfst schreiben, bevor du weißt, was dabei herauskommt. Und du darfst Spaß daran haben, deine eigene Sprache zu entdecken – ganz ohne Druck. Denn was du hier tust, ist nichts anderes als ein kreativer Perspektivwechsel: Du sammelst Wörter aus deinem Alltag – beiläufige, lustige, schräge, vertraute. Du schreibst sie auf. Du spielst mit ihnen.



Du gibst ihnen eine neue Ordnung. Und daraus entsteht dein ganz eigenes Gedicht – eins, das vielleicht nicht perfekt ist, aber genau deins.

Warum das so wirksam ist?

Weil du dir selbst zuhörst.

Weil du entdeckst, wie viel du wahrnimmst.

Und weil du erlebst, dass Poesie nichts mit Können, sondern mit Hingabe zu tun hat.

Du brauchst keine Reimstruktur. Kein Sprachgefühl. Kein poetisches Vokabular. Nur Stift, Papier – und die Bereitschaft, dich selbst zu überraschen.

Und du wirst überrascht sein. Wie du plötzlich Mut findest, Dinge aufzuschreiben, die du lange nicht ausgesprochen hast. Wie Wörter aus deinem Umfeld zu Spiegeln werden. Wie du merkst: Ich bin doch kreativ – nur auf meine eigene Weise.

Diese Übung ist mehr als ein Sprachspiel. Sie ist ein Werkzeug, um dich mit dir zu verbinden. Sie bringt dich aus dem Kopf, in die Gegenwart. Und sie zeigt dir, wie viel Schönheit in scheinbar alltäglichen Dingen steckt – wenn du lernst, sie wahrzunehmen.

Also: Nimm dir heute die Zeit. Lausche deinem Tag. Und schreib dein Gedicht – nicht, weil du es musst, sondern weil es längst in dir liegt.



Das Einzige, was du brauchst?

Den Mut, ein
leeres Blatt
mit deinen
Worten zu
füllen.
Bereit?

Dann hör hin. Dein Gedicht wartet schon auf
dich.

Übung 27

Schreib ein Gedicht mit Wörtern, die du heute gehört hast

Einleitung:

Sprache als kreativer Rohstoff – Worte sind überall!

Jeden Tag hören wir unzählige Wörter – in Gesprächen, in Liedern, auf der Straße oder in den Medien. Worte begleiten uns den ganzen Tag – in Gesprächen, auf Plakaten, in der Musik oder in zufälligen Momenten. Doch meistens rauschen sie einfach an uns vorbei. Dabei steckt in jedem dieser Wörter eine Geschichte, eine Emotion, eine Assoziation. Sprache ist nicht nur ein Kommunikationsmittel, sondern auch ein kreativer Werkzeugkasten. Wissenschaftler wie der Linguist Noam Chomsky betonen, dass unser Denken

durch Sprache strukturiert wird. Wenn wir also bewusst mit Worten spielen, trainieren wir unsere Fähigkeit, neue Verbindungen herzustellen.

Die Linguistik zeigt, dass unser Gehirn Sprache nicht nur analytisch verarbeitet, sondern auch intuitiv damit spielt. Genau das machen Dichter: Sie nehmen Wörter aus dem Alltag und formen daraus etwas Neues.

Gedichte als kreatives Gehirntraining

Gedichte haben eine besondere Kraft: Sie verdichten Sprache, fügen Bedeutungen zusammen und erzeugen Emotionen. Schon der Psychologe und Sprachwissenschaftler Steven Pinker beschreibt in seinen Forschungen, dass rhythmische Sprache und Metaphern unser Gehirn auf eine besondere Weise aktivieren. Wichtig zu wissen: Das

Schreiben von Gedichten hilft dabei, sprachliche Muster zu erkennen und neue Verbindungen zwischen Worten zu schaffen. Ein Gedicht ist keine starre Form, sondern eine Möglichkeit, Gedanken und Gefühle zu erforschen. Ein Gedicht zu schreiben bedeutet **nicht**, ein perfektes Werk zu erschaffen – es geht darum, mit Klängen, Bedeutungen und Bildern zu experimentieren.

Neurowissenschaftliche Studien haben mehrfach bewiesen, dass das Verfassen von Poesie sowohl den analytischen als auch den kreativen Teil des Gehirns aktiviert. Es fordert uns heraus, Worte intuitiv zu kombinieren und gleichzeitig einen Rhythmus oder eine Struktur zu finden. Das stärkt unser assoziatives Denken und unser sprachliches Ausdrucksvermögen.

Von zufälligen Worten zur persönlichen Poesie

Indem du einfach die Wörter aufgreifst, die dir im Laufe des Tages begegnet sind, erschaffst du etwas völlig Neues – eine Momentaufnahme deiner Gedankenwelt. Ob absurd, melancholisch oder humorvoll: Dein spontanes Gedicht kann dich überraschen und dir einen neuen Blick auf deine Wahrnehmung geben. Die Übung zeigt, dass Kreativität oft schon im Alltäglichen verborgen liegt – wir müssen nur lernen, sie zu erkennen!

Studien zeigen, dass kreatives Schreiben Stress reduziert, das Selbstbewusstsein stärkt und unser Gehirn flexibler macht. Ein Gedicht aus zufällig gehörten Wörtern zu schreiben bedeutet, Sprachbruchstücke zu kombinieren, ihre Bedeutungen zu erweitern

und unerwartete Verbindungen herzustellen. Das trainiert sowohl unsere kreative Denkweise als auch unser Sprachgefühl.

Worte sammeln – und dann mit ihnen spielen

Diese Übung zwingt dich, achtsamer zuzuhören. Welche Wörter sind dir heute begegnet? Welche klingen besonders? Welche haben dich überrascht?

Studien zur kreativen Sprachverarbeitung zeigen, dass unser Gehirn durch das ungewohnte Kombinieren von Worten neue Verbindungen schafft. Der Kognitionswissenschaftler Mark Turner beschreibt in seiner Forschung zur «kognitiven Poetik» (1996), dass die Art, wie wir Worte miteinander verknüpfen, unsere Fähigkeit zur kreativen Problemlösung stärkt. Sprache

formt unser Denken – und indem wir spielerisch mit ihr umgehen, erweitern wir unsere Vorstellungskraft.

Warum solltest du das ausprobieren?

Indem du bewusst auf die Sprache um dich herum achtest, beginnst du, sie als kreatives Material zu nutzen. Du verwandelst zufällige Begriffe in Bausteine für dein eigenes Gedicht. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Wörter zusammenpassen – gerade das Unerwartete macht den Reiz aus! Diese Übung ist eine Einladung, mit Worten zu spielen. Du brauchst keine Vorkenntnisse in Lyrik oder Poesie – nur Neugier und die Bereitschaft, dem eigenen Sprachgefühl zu vertrauen.

*** Du trainierst dein kreatives Denken, weil du mit ungewohnten Wortkombinationen arbeitest.**

- * Du stärkst deine Wahrnehmung, weil du bewusster auf die Sprache um dich herum achtest.
- * Du erweiterst deinen sprachlichen Ausdruck, weil du Worte nutzt, die du vielleicht sonst nicht verwenden würdest.
- * Es ist eine wunderbare Möglichkeit, Emotionen und Gedanken auszudrücken.
- * Es schärft dein Bewusstsein für Sprache. Du wirst aufmerksamer für die Worte, die dich umgeben.
- * Es trainiert deine Kreativität. Ein Gedicht aus zufälligen Begriffen zu schreiben, fordert dein Gehirn heraus.
- * Es macht Spaß! Du wirst überrascht sein, welche neuen Kombinationen und Ideen entstehen. Diese Übung nutzt das, was du bereits erlebt hast: Wörter, die dir über

den Tag begegnet sind. Sie können zufällig aufgeschnappt, bewusst wahrgenommen oder beiläufig gehört worden sein – alles ist erlaubt!

Ziel und Zweck

Ziel dieser Übung ist es, spielerisch mit Sprache umzugehen und neue, unerwartete Verbindungen zu schaffen und schließlich deinen kreativen Wortschatz zu aktivieren und deine Umgebung bewusster wahrzunehmen. Ein Gedicht aus zufälligen Wörtern zu schreiben, hilft dir, deine Kreativität zu lockern und neue Ausdrucksmöglichkeiten zu finden. Es geht nicht darum, perfekt zu dichten – sondern darum, aus dem Moment heraus etwas Neues zu erschaffen.

Sprache ist nicht statisch – sie verändert sich ständig, je nach Kontext, Stimmung

oder Gesprächspartnern. Indem du Worte aus deinem Alltag nimmst und sie in einen neuen Zusammenhang bringst, entwickelst du ein feines Gespür für Rhythmus, Klang und Bedeutung.

Ganz nebenbei trainierst du deine Kreativität, dein assoziatives Denken und vielleicht sogar deine Freude an der Lyrik. Es geht nicht darum, ein »perfektes« Gedicht zu schreiben, sondern um das freie Experimentieren mit Sprache.



Meist scheitern wir nicht an mangelnder Kreativität, sondern an der eigenen Bewertung.

einfach.besser.kreativ.sign.

Hier die Anleitung, die du so machen
kannst, aber nicht musst.

→ Übung ① ←

1. Sammle Wörter bewusst

**Dein Alltag spricht mit dir – du musst nur
zuhören**

Worte sind wie Pinselstriche im Kopf – manchmal scharf und deutlich, manchmal nur flüchtige Schatten. In deinem Alltag begegnen dir unzählige Wörter, doch nur die wenigsten davon erreichen bewusst deine Aufmerksamkeit. Dieses Modul lädt dich dazu ein, genau hinzuhören. Es geht nicht darum, den perfekten Satz zu finden, sondern um das bewusste Sammeln – wie ein kreativer Forscher auf Entdeckungstour. Denn: Kreativität beginnt mit Wahrnehmung. Je aufmerksamer du wirst, desto größer wird

deine Schatzkiste an Inspiration. Dabei spielt es keine Rolle, woher die Wörter kommen: Vielleicht hörst du einen spannenden Satz im Bus, einen poetischen Begriff in einem Podcast oder ein technisches Fachwort auf einer Webseite – all das zählt! Du wirst merken: Sobald du anfängst, bewusst zuzuhören, verändert sich dein Blick auf Sprache. Du entdeckst Schönheit im Alltäglichen und Poesie im Zufälligen. Diese Achtsamkeit ist die Basis jeder kreativen Arbeit – und stärkt ganz nebenbei deine Fähigkeit zur Präsenz und Selbstreflexion.



→ Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Worte entdecken, notieren, neu denken

Nimm dir heute vor, mit offenen Ohren durch den Tag zu gehen. Halte ein Notizbuch oder dein Smartphone bereit und notiere jedes

Wort oder jede Redewendung, die dich aufhorchen lässt. Es kann etwas sein, das du in einem Gespräch aufschnappst, auf einem Schild liest oder aus einem Liedtext hörst. Achte besonders auf Begriffe, die ungewöhnlich klingen, in dir eine Stimmung auslösen oder ein inneres Bild hervorrufen. Es geht nicht darum, die Bedeutung sofort zu verstehen. Vielmehr sollst du dich von der Klangfarbe, dem Gefühl oder dem Überraschungsmoment leiten lassen. Dein Ziel: mindestens zehn Wörter sammeln. Es dürfen gerne mehr sein! Diese erste Sammlung ist dein kreativer Rohstoff – ungeschliffen, wild und voller Potenzial.

Hier sind die 6 Übungen dazu:

1 Schärfe deine Aufmerksamkeit

→ Mach es dir zur Aufgabe, heute ganz bewusst auf Sprache zu achten. Nicht nur

auf das, was gesagt wird – sondern wie. Achte auf Klang, Rhythmus, Tonfall. Frage dich: Was löst dieses Wort in mir aus?

- Nimm dir zwischendurch kleine Notizinselfeln: in der Bahn, beim Kaffeekochen, im Gespräch. Greif nach deinem Handy oder Notizbuch und schreib ein Wort auf, das dich kurz zum Innehalten gebracht hat.
- Gehe mit offenen Ohren durch deinen Alltag – als wärst du auf einer Schatzsuche. Vielleicht hörst du etwas auf dem Markt, in einer E-Mail, im Radio, auf einem Werbeplakat. Alles zählt.

2 Nutze deine Umgebung als Wortlieferant

- Beobachte Orte mit viel Sprache: Cafés, Gespräche auf der Straße, Medien, Podcast, Nachrichten, Meetings. Welche Wörter tauchen häufiger auf? Welche klingen ungewohnt?

- Notiere auch Wörter, die du gar nicht richtig verstehst oder die dich irritieren – manchmal haben gerade diese das größte kreative Potenzial.
- Lass dich auch von schriftlicher Sprache inspirieren: Buchseiten, E-Mails, Werbung, Plakate, Durchsagen. Lies nicht nur – lausche den Wörtern zwischen den Zeilen.

3 Dokumentiere, ohne zu bewerten

- Notiere 10–15 Wörter, die dir heute begegnet sind – ohne zu beurteilen, ob sie »schön«, »poetisch« oder passend sind. Alles darf auf die Liste.
- Schreib die Wörter direkt auf – nicht später. Spontane Notizen enthalten oft die kraftvollsten Impulse.
- Führe eine »Wort-Schatz«-Liste: ein kleines Heft oder eine digitale Notiz, in die du alles sammelst – Tag für Tag. So entsteht nach

und nach dein ganz persönliches Spracharchiv.

4 Nutze auch das Zufällige

- Wenn du heute gar nichts auffällig Spannendes hörst, zieh willkürlich drei Wörter aus einem Buch oder einer Zeitschrift. Zufall ist ein Freund deiner Kreativität.
- Verändere deine Perspektive: Lies ein Wort rückwärts. Stell dir vor, es sei ein Eigenname. Was siehst du dann?
- Kombiniere zwei völlig gegensätzliche Wörter, die du gesammelt hast. Was entsteht daraus? Was fühlt sich schräg – aber spannend – an?

5 Lass dich überraschen

- Vertrau darauf, dass die richtigen Wörter dich finden – nicht du sie. Es geht nicht ums »richtige Hinhören«, sondern ums offene Wahrnehmen.

- Wenn du Lust hast: Lies die Liste am Abend noch mal durch und markiere die drei Wörter, die dich irgendwie berühren – warum auch immer.
- Nimm auch banale Wörter ernst: »Steckdose«, »Rauhfaser«, »Verspätung«. Oft liegt genau darin der Reiz.

6 Schaffe ein kleines Ritual daraus

- Mach das Wortesammeln zu einem festen Mini-Ritual – 5 Minuten morgens oder abends reichen völlig. Wichtig ist nicht die Menge, sondern die Haltung.
- Stell dir vor, jedes Wort ist wie ein Farbtropfen – und du sammelst sie für dein ganz eigenes Sprachbild.
- Feiere deinen Fund: Vielleicht schreibst du dir am Ende des Tages einen »Wort des Tages«-Satz auf. Und freust dich über diesen kleinen kreativen Impuls.

Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

Ein neues Bewusstsein für das Unsichtbare im Gesagten

Diese Übung stärkt deine kreative Aufmerksamkeit – eine der wichtigsten Grundlagen für jede Form von Gestaltung. Indem du deine Umgebung gezielt auf sprachliche Reize hin untersuchst, trainierst du deine Wahrnehmung und Sensibilität. Das hilft dir nicht nur beim Schreiben, sondern auch beim Design, in Konzeptentwicklungen oder in der Kommunikation mit anderen. Du entwickelst ein feineres Gespür für Zwischentöne, Assoziationen und kreative Muster. Gleichzeitig hilft dir die Übung, aus der Passivität herauszutreten: Du wirst zum aktiven Sammler, zum Gestalter deines Sprachraums. Das wirkt sich auch psychologisch aus: Du übernimmst Verantwortung für das, was du wahrnimmst

– ein erster Schritt zur Stärkung deines kreativen Selbstbewusstseins.



✓ Fazit dieses Schritts/der Übung:

Du bist nicht mehr Zuhörer – du bist Sprach-Sammler

Du hast heute begonnen, Sprache als Inspirationsquelle zu entdecken – nicht abstrakt, sondern direkt aus deinem Alltag heraus.

Und das ist ein echter Perspektivwechsel! Aus beiläufig Gehörtem wird plötzlich etwas Bedeutsames. Vielleicht hast du ein Wort gefunden, das dich berührt, irritiert oder zum Lächeln gebracht hat. Das Entscheidende: Du hast bewusst hingehört. Diese Achtsamkeit ist ein Schlüssel, der dir viele kreative Türen öffnet. Du lernst, dass große Ideen oft aus kleinen, überhörten Momenten entstehen. Und du wirst merken: Je öfter du das machst,

desto mehr entwickelt sich dein »kreativer Muskel«. Diese Übung ist mehr als ein Spiel mit Sprache – sie ist ein Schritt zurück zu dir selbst und deiner inneren Stimme.

Zusammenfassung der Übung

Worte sehen, wo andere nur Geräusche hören

In dieser Übung hast du gelernt, deine Umgebung neu wahrzunehmen – nicht mit den Augen, sondern mit den Ohren. Du bist nicht einfach durch deinen Tag gegangen, sondern wachhörend. Und das verändert alles:

Denn plötzlich werden beiläufige Sätze zu Ideen, zufällige Wörter zu Impulsen. Du hast erfahren, dass Kreativität nicht immer laut beginnt. Sie beginnt oft ganz leise – im Halbsatz, im Radiobeitrag, im Gespräch an der Kasse.

Deine wichtigste Erkenntnis: In der Sprache des Alltags liegt eine unerschöpfliche Quelle von Inspiration.



In der
Sprache
des Alltags
liegt eine
unerschöpf-
liche Quelle
von
Inspiration.

29
IDEEEN UM
KREATIV
ZU BLEIBEN
WAYS TO
STAY
CREATIVE

einfach.besser.kreativ.sign.



→ Übung 2 ←

2. Wähle deine Lieblingswörter

Aus der Fülle das Besondere wählen und gibst deiner Sprache ein Herz

Du hast eine Vielzahl an Wörtern gesammelt – jetzt beginnt der schöpferische Teil. Inmitten dieser kleinen Sprachschätze liegen verborgene Zugänge zu deiner Fantasie. Wörter haben Wirkung: Manche klingen weich, andere scharf. Einige erinnern dich an Kindheit, andere wecken Neugier oder erzeugen Bilder im Kopf. Die Auswahl deiner Lieblingswörter ist wie ein kreativer Filter: Du sortierst nicht nach Logik, sondern nach Resonanz. Welche Worte berühren dich? Welche reizen dich, irritieren oder bleiben einfach hängen? Genau darin liegt dein per-

sönlicher Zugang zur Kreativität. Diese Übung hilft dir, die Verbindung zu deinem inneren Empfinden zu stärken. Es geht um Intuition statt Intellekt, um Klang statt Grammatik. Durch das bewusste Auswählen legst du den emotionalen Grundstein für dein Gedicht. Und ganz nebenbei entwickelst du ein Gefühl dafür, wie stark Sprache auf deine Stimmung und Vorstellungskraft wirkt.



→ Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Nimm dir deine Liste zur Hand und lies jedes Wort langsam durch. Spüre in dich hinein: Welches Wort bringt etwas in dir zum Klingen? Welche Wörter fühlen sich kraftvoll, zart, komisch oder überraschend an? Markiere diese Worte zunächst intuitiv – ohne lange nachzudenken. Dann wähle zehn bis fünfzehn davon aus, mit denen

du weiterarbeiten möchtest. Achte darauf, dass du eine gute Mischung hast: ein paar sanfte, ein paar kantige Begriffe, vielleicht auch zwei oder drei, die du eigentlich nicht magst – genau das macht den Reiz aus. Du musst sie nicht verstehen oder in einen Zusammenhang bringen können. Wichtig ist nur: Sie bewegen etwas in dir. Du hast jetzt deinen Wort-Fundus für dein persönliches Gedicht zusammengestellt – individuell, emotional und voller Potenzial.

Hier sind die 6 Übungen dazu:

Die Magie beginnt mit deiner Selektion

1 Lies deine Wörter laut

→ Sprich die Wörter laut aus – eins nach dem anderen. Achte darauf, welche Wörter sich gut anfühlen. Welche bleiben hängen? Welche irritieren? Welche klingen, als wären sie »mehr« als nur Wort?

→ Höre nicht nur mit den Ohren, sondern mit dem Bauch. Bei welchen Wörtern zuckt etwas in dir? Ein inneres Bild? Eine Erinnerung? Genau das sind deine Kandidaten.

→ Wenn du magst, lies sie in unterschiedlichem Tonfall. Flüsternd. Lachend. Ernst. Du wirst merken: Jedes Wort verändert sich mit dir – und sagt dir, ob es bleiben will.

2 Markiere die Wörter, die dich ansprechen

→ Gehe deine Liste durch und markiere die Wörter, die emotional nachhallen. Das kann ein wunderschönes Wort sein – oder ein sehr schräges.

→ Wähle bewusst auch Wörter, bei denen du innerlich zuckst. Sie fordern dich vielleicht heraus – und genau das ist spannend.

→ Erlaube dir auch, irrational zu sein. Es muss keinen Grund geben, warum dich ein Wort anspricht. »Kaugummiautomat« darf neben »Ewigkeit« stehen.

3 Reduziere auf 10 bis 15 Favoriten

→ Reduziere deine markierten Wörter auf maximal 15. Weniger ist mehr – du brauchst Spielraum, um später mit ihnen zu arbeiten.

→ Entscheide intuitiv, nicht strategisch. Wenn du zwischen zwei Wörtern schwankst, nimm das, das dich emotional mehr fordert.

→ Schreibe die ausgewählten Wörter auf eine neue Liste – diese wird die Basis für dein Gedicht. Ein frisches Blatt, ein neuer Impuls.

4 Finde Verbindungslinien

→ Schau die Wörter in Kombination an. Bilden sich spontan kleine Gruppen? Gibt es

Kontraste? Oder Chaos? Alles ist erlaubt.

- Wenn du magst, leg die Wörter als Kärtchen auf den Tisch und schiebe sie hin und her. Spüre der Beziehung nach – auch wenn sie nicht logisch ist.
- Mach ein kleines Brainstorming: Was könnte zwischen den Wörtern liegen? Was wäre ihr gemeinsamer Nenner – oder ihr größter Widerspruch?

5 Lass 1–2 »Störwörter« drin

- Wähle bewusst 1–2 Wörter, die eigentlich nicht »passen«. Sie bringen Spannung und erzeugen kreative Reibung.
- Halte diese Wörter nicht zurück. Oft sind es gerade die, die dein Gedicht später lebendig machen – durch ihren Bruch.
- Stell dir vor, jedes dieser Wörter will dir etwas sagen. Du musst es nur aufschreiben – nicht erklären.

6 Vertraue deiner Auswahl

- Zweifel nicht. Du hast gewählt. Und genau diese Auswahl ist richtig – weil sie zu dir gehört.
- Es geht nicht um ein »gutes« Set von Wörtern. Es geht um dein Set. Und das ist immer wertvoll.
- Du musst die Wörter nicht »verstehen«. Du wirst mit ihnen arbeiten – und erst dabei merken, was sie dir erzählen wollen.



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

**Deine Kreativität bekommt ein
persönliches Vokabular**

Mit dieser Übung verfeinerst du deine kreative Intuition. Du lernst, auf deine emotionale Reaktion zu hören und ihr zu vertrauen. Das stärkt deine gestalterische Entscheidungs-

kraft – ein wesentlicher Bestandteil kreativer Prozesse. In der Praxis bedeutet das: Du wirst mutiger im Umgang mit deiner eigenen Wahrnehmung und verlässt dich weniger auf äußere Bewertungskriterien. Diese Wortauswahl ist wie ein Spiegel deiner inneren Welt. Durch sie lernst du dich selbst besser kennen, entdeckst neue sprachliche Vorlieben und überraschende Themen, die dich beschäftigen. Für kreative Berufe ist genau das essenziell: Du brauchst nicht nur Werkzeuge, sondern auch ein klares Gespür für das, was dich bewegt. Und das beginnt oft bei einem einzigen Wort.



✓ Fazit dieses Schritts/der Übung:

Aus Zufall wird Absicht – und aus Absicht entsteht Gestaltung

Du hast heute bewusst entschieden, welche Wörter dir etwas bedeuten – das ist ein kleiner, aber wichtiger Schritt. Vielleicht hast du zum ersten Mal gespürt, wie Sprache direkt mit deinem Inneren kommuniziert. Deine Auswahl ist kein Zufall: Sie zeigt, was dich im Moment berührt, antreibt oder inspiriert. Und genau diese Verbindung brauchst du, um authentisch kreativ zu sein. Die Arbeit mit Sprache ist immer auch ein Dialog mit dir selbst. Indem du Lieblingswörter auswählst, entwickelst du ein Gefühl für dein ästhetisches Empfinden – und das ist in jedem kreativen Beruf Gold wert. Du darfst dich freuen: Du hast nicht nur Wörter gesammelt, sondern auch etwas über dich

selbst gelernt. Und daraus wird gleich etwas entstehen, das ganz und gar dir gehört.

Zusammenfassung der Übung:

Worte, die berühren – wie du dein Gefühl als Filter nutzt

Du hast begonnen, aus der Vielzahl deiner gesammelten Wörter deine auszuwählen. Die, die etwas in dir auslösen. Die dich reizen, ansprechen, berühren – ohne dass du sie erklären musst.

Hier hast du intuitiv gearbeitet – und dadurch deinen Zugang zu Sprache vertieft. Du hast nicht nach dem »richtigen Wort« gesucht, sondern nach dem ehrlichen. Dein kreativer Kompass hat sich geschärft. Und du hast verstanden: Die besten Ideen entstehen, wenn du dem vertraust, was dich bewegt.



→ Übung 3 ←

3. Eine Struktur finden

**Die Freiheit beginnt mit einer Entscheidung
– Zwischen Chaos und Klarheit – dein
kreativer Rahmen.**

Kreativität braucht Freiheit – aber sie braucht auch Form. Eine Struktur gibt dir Halt, lenkt deine Gedanken und gibt deiner Idee Raum, sich zu entfalten. Das gilt auch beim Schreiben von Gedichten. Der Moment, in dem du dich für eine Form entscheidest, ist ein kreativer Akt an sich. Du gibst deinem inneren Ausdruck ein Gerüst. Das kann frei und fließend sein wie ein modernes Gedicht oder formal und rhythmisch wie ein Haiku, ein Elfchen oder ein Reimvers. Die Form muss nicht einschrän-

ken – im Gegenteil: Sie fokussiert deinen Blick und fordert dich heraus. Du wirst merken, dass gerade in der Begrenzung ein neuer kreativer Raum entsteht. Dieses Modul hilft dir, ein Format zu wählen, das zu deiner Stimmung, deinem Thema und deiner Wortauswahl passt. Wichtig ist: Es gibt kein Richtig oder Falsch. Nur dein eigener Rhythmus zählt. Und der beginnt jetzt.



Die Basis für kreativen »Wahnsinn« ist: Der Mut, sich auf ein Thema einzulassen.

einfach. besser. kreativ. sign.

→ Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Finde deinen Rhythmus, finde deine Form

Sieh dir deine gewählten Wörter an. Wie fühlen sie sich an – eher verspielt oder ernst, ruhig oder aufbrausend? Jetzt entscheidest du dich für eine Form. Magst du klare Regeln? Dann probiere ein Haiku (3 Zeilen, 5-7-5 Silben), ^{Muster eines Haiku} ↓

KLASSISCH & NATURVERBUNDEN

FLATTERND TANZT ER FORT,
GOLDEN KÜSST IHN SANFT DER WIND,
STILLE TRÄGT IHN HEIM.

MELANCHOLISCH & VERGÄNGLICH

FLÜGEL AUS STAUBGLANZ,
EIN HAUCH UND ER VERGEHT KAHL,
SOMMER FLÜSTERT LEIS.

VARIANTE 3 – SPIELERISCH & LEICHT

ZWISCHEN LICHT UND BLATT,
SCHWEBT EIN TRAUM AUS BUNTEM STAUB,
FLÜCHTIG WIE EIN KUSS.

ein Elfchen (5 Zeilen mit festgelegter Wortanzahl) oder ein kurzes Reimgedicht.

Liebst du die Freiheit? Dann entscheide dich für freie Versform – also Schreiben ohne metrische Vorgaben. Wenn du dich nicht entscheiden kannst, beginne mit zwei oder drei Formen und spiele damit herum. Teste, wie deine Wörter sich in den Rahmen einfügen.

Manche Wörter kommen besser zur Geltung, wenn sie kurz stehen. Andere entfalten ihre Wirkung erst im Zusammenspiel mit Klang oder Rhythmus. Wichtig: Die Form ist kein Korsett, sondern ein Tanzpartner. Sie hilft dir, deinen Gedanken eine Richtung zu geben – ohne sie einzuengen.

Hier sind die 6 Übungen dazu:

1 Wähle eine Grundform

- Frag dich: Was fühlt sich gut an? Ein freier Text ohne Zeilenbruch? Eine Strophe mit gleich langen Zeilen? Oder vielleicht ein Haiku, ein Reimvers, ein »Listen-Gedicht«?
- Wenn du unsicher bist, beginne mit einer Dreizeiler-Struktur: drei Zeilen, je ein bis zwei Wörter. Simpel, kraftvoll, offen.
- Erlaube dir auch völlige Freiheit: Deine Form kann aus Punkten, Zeilenfragmenten, Leerzeichen bestehen. Alles ist erlaubt, was sich stimmig anfühlt.

2 Probiere verschiedene Muster aus

- Teste zunächst zwei oder drei unterschiedliche Varianten. Schreib dieselben Wörter einmal fließend, einmal fragmentiert, einmal rhythmisch. Vergleiche das Gefühl.

- Lies dir deine Varianten laut vor. Welche klingt rund? Welche lässt dich stocken? Diese Pausen sind oft Hinweise auf Strukturbrüche – und kreative Möglichkeiten.
- Markiere die Variante, bei der du dich innerlich entspannst oder überrascht wirst. Die ist deine Basis.

3 Finde deinen Rhythmus

- Jeder Text hat einen inneren Takt – selbst wenn er frei geschrieben ist. Lies deine Zeilen mit dem Ohr einer Musiker:in. Wo entsteht Flow? Wo Brüche?
- Nutze Lautstärke, Betonung und Stille – manchmal ist ein Leerzeichen so wirkungsvoll wie ein Wort.
- Wenn du magst: Klopfe beim Lesen leise mit dem Finger auf den Tisch. Du wirst merken, wie Sprache einen ganz eigenen Beat entwickelt.

4 Spiele mit Wiederholung und Steigerung

- Wiederhole einzelne Wörter oder Klänge – das schafft Rhythmus und emotionale Dichte. Wiederholung ist kein Fehler, sondern ein Stilmittel.
- Bau eine Steigerung ein – zum Beispiel ein Spannungsbogen vom Leichten ins Tiefe, vom Alltäglichen ins Persönliche.
- Frage dich: Welches Wort bekommt mehr Raum? Welches bleibt still? Auch das ist Teil deiner Struktur.

5 Visualisiere deine Gedankenspur

- Skizziere deine Gedanken mit Pfeilen, Linien oder Clustern. Das hilft dir, Zusammenhänge zu erkennen – auch zwischen scheinbar fremden Wörtern.
- Lass deine Struktur sichtbar werden: Notiere die Wörter in Spalten, Kreisen, als Weg, als Spirale. Das Bild kann dir beim Schreiben Orientierung geben.

→ Stell dir vor, dein Gedicht ist ein Raum – wo stehen die Wörter? Was ist im Zentrum? Was an der Wand? So findest du spielerisch deine Form.

6 Lass Raum für Spontanität

→ Denk daran: Struktur ist flexibel. Du darfst sie jederzeit ändern, verwerfen oder neu denken – mitten im Schreiben.

→ Wenn dir plötzlich eine andere Form zufliegt, folge ihr. Manchmal schreibt sich das Gedicht selbst, wenn du die Struktur loslässt.

→ Gönn dir am Ende eine kurze Pause. Lies, was du bisher hast. Und frag dich: Trägt diese Form meine Idee? Wenn ja – geh weiter. Wenn nein – erfinde neu.



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

Kreativität braucht Begrenzung, um Tiefe zu gewinnen

Dieses Modul trainiert deine Fähigkeit, kreative Entscheidungen bewusst zu treffen. Du lernst, zwischen Intuition und Struktur zu balancieren. Das fördert nicht nur dein Textgefühl, sondern schärft auch dein konzeptionelles Denken – eine Kernkompetenz in allen gestalterischen Berufen. Wer gestalten will, muss mit Einschränkungen umgehen können. Eine gute Form ist nie ein Hindernis, sondern ein Sprungbrett. Du entwickelst ein Gespür dafür, wie Form und Inhalt sich gegenseitig beeinflussen – und genau das macht gute Gestaltung aus. Gleichzeitig stärkt diese Übung deine sprachliche Flexibilität. Du wirst sensibler für Rhythmen, Melodien und Bedeutungsnuancen. Damit

wächst dein kreativer Werkzeugkasten –
und du kannst mit Sprache experimentieren,
wie ein Musiker mit Tönen.



Wer
gestalten
will, muss
(auch) mit
Einschrän-
kungen
umgehen
können.

Das ist so gewollt!

29
IDEEEN UM
KREATIV
ZU BLEIBEN
WAYS TO
STAY
CREATIVE

einfach.besser.kreativ.sign.

✓ Fazit dieses Schritts/der Übung:

Du hast gesehen, wie Form den Ausdruck stärkt – Struktur ist kein Käfig – sie ist ein Trampolin

Du hast dir heute eine Bühne gebaut – eine Form, auf der deine Worte wirken können. Ganz gleich, ob du dich für Reim, Rhythmus oder freien Vers entschieden hast: Du hast begonnen, deinem Ausdruck Richtung zu geben. Das ist ein mutiger und zugleich sehr strukturierter Schritt. Denn kreative Freiheit entsteht oft erst durch Begrenzung. Die Form ist dein Kompass im kreativen Chaos. Sie lenkt dich, ohne dich zu binden. Und genau das brauchst du: ein Gefühl für Klarheit inmitten von Möglichkeiten. Vielleicht hast du gemerkt, wie deine Wörter plötzlich ganz anders klingen, wenn du sie in ein Muster setzt. Du hast gespürt, wie sich Sprache formen lässt – ohne ihren Zauber zu verlieren.

Halte an diesem Gefühl fest. Es zeigt dir: Du kannst gestalten. Aus dem, was du hörst, denkst und fühlst – mit Struktur, mit Stil und mit dir als schöpferische Mitte.

Zusammenfassung der Übung:

Das Gedicht bekommt ein Gerüst – nicht um zu halten, sondern um zu fliegen

Die Struktur war nicht dazu da, dich einzukengen – sondern dir Sicherheit zu geben. Ein Halt, in dem du dich entfalten kannst. Du hast entdeckt, dass Form nicht starres Regelwerk bedeutet, sondern Rhythmus, Wiederholung, Ordnung im Chaos.

Ob du dich für Reim, Fragment, Listenform oder Freitext entschieden hast – die Struktur half dir, deine Gedanken zu kanalisieren.

Deine Erkenntnis: Wenn Worte eine Form bekommen, beginnt Bedeutung zu leuchten.

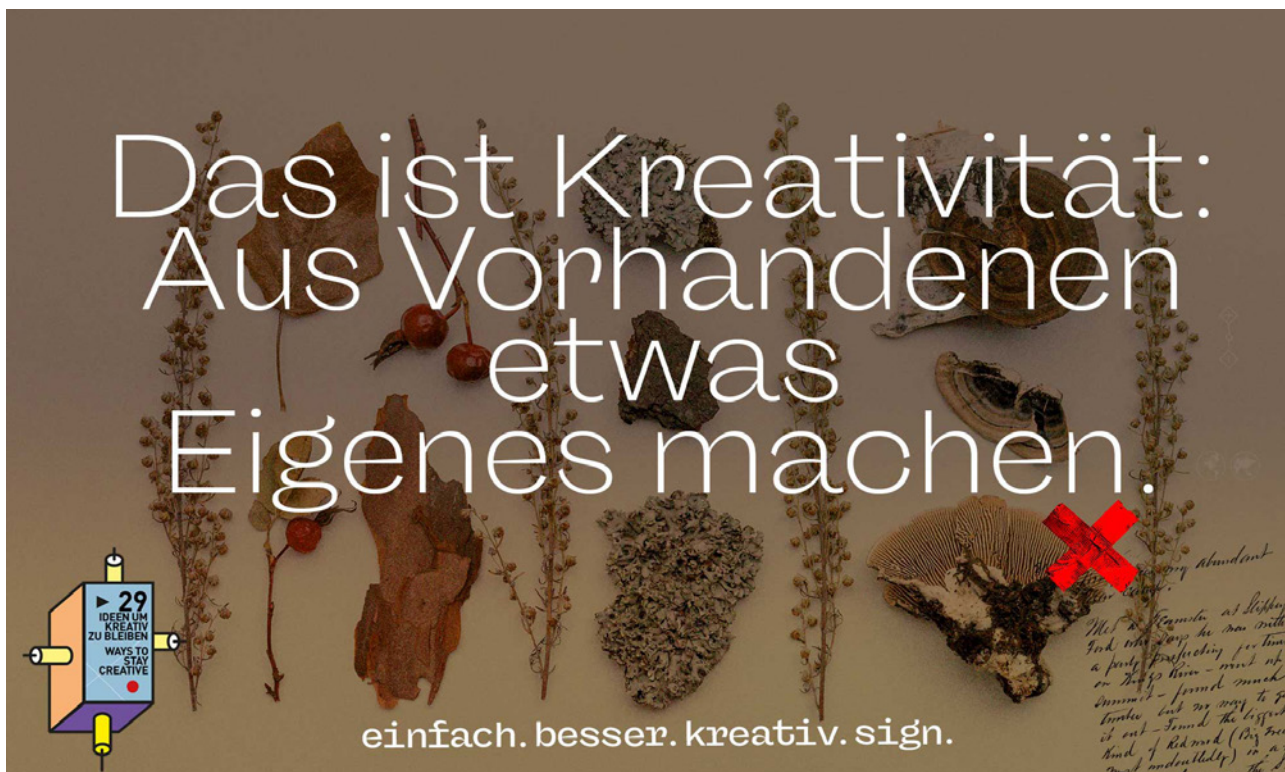
→ Übung 4 ←

4. Forme daraus ein Gedicht – Wörter verbinden

**Jetzt beginnt das eigentliche Spiel mit den
Worten – Du verbindest, was vorher
fremd war**

Jetzt beginnt das eigentliche Abenteuer. Du hast deine Wörter gesammelt und eine Form gewählt – nun geht es darum, sie miteinander zu verweben. Stell dir deine Worte wie Fundstücke vor, die du aus deinem Alltag gefischt hast: Jedes trägt eine Geschichte in sich, ein Gefühl, einen Klang. Jetzt liegt es an dir, daraus ein neues Ganzes zu formen. Vielleicht klingt es zuerst noch chaotisch. Vielleicht fragst du dich, wie das alles zusammenpassen soll. Genau hier liegt die Magie: Du gibst den Wörtern einen neuen Zusammenhang, den sie vorher nicht hatten.

Dabei darf es schräg, verrückt, zart oder laut werden – was zählt, ist dein Ausdruck. Lass die Wörter sprechen. Spüre in ihre Bedeutungen hinein. Und gib ihnen Raum, sich zu verwandeln. Denn genau das ist Kreativität: aus dem Vorhandenen etwas Eigenes machen. Ohne Zwang. Ohne Urteil. Einfach mit Freude.



→ Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Setze deine Wörter neu zusammen – wild, leise, mutig

Nimm deine ausgewählten Wörter und lege sie vor dir aus – auf Papier, digital oder einfach im Kopf. Schau sie dir an wie Bausteine. Dann beginne zu spielen. Bilde Wortpaare. Setze Kontraste. Frage dich: Was passiert, wenn ich »Frequenz« neben »Zartheit« schreibe? Oder »Parkbank« neben »Stolz«? Schreib erste Zeilen – sie müssen nicht perfekt sein. Probiere verschiedene Reihenfolgen, beginne mitten im Satz, wechsle Perspektiven. Achte auf den Klang – lies laut, wie sich deine Wortverbindungen anfühlen. Entsteht ein Rhythmus? Oder ein Bruch? Beides ist erlaubt. Wichtig: Bleib in der Bewegung. Lass dich von der Sprache leiten. Wenn du ins Stocken kommst, wechsel das Tempo.

Oder tausche ein Wort aus. Dein Gedicht darf sich verändern, während du schreibst. Es muss nichts erklären – nur etwas auslösen. Bei dir. Und vielleicht auch bei anderen.

Hier sind die 6 Übungen dazu:

1 Beginne einfach – mit dem ersten Impuls

- Starte mit dem Wort, das dich am meisten ruft. Vielleicht ist es laut, vielleicht ganz leise – aber du spürst, es ist der Einstieg. Schreib es in die erste Zeile.
- Stell dir vor, du gehst mit diesem Wort spazieren. Wen trifft es unterwegs? Welches der anderen Wörter möchte daneben stehen?
- Mach dir keinen Plan. Schreib. So, wie du sprichst. Wie du denkst. Wie du fühlst. Ohne zu werten. Ohne zu zögern.

2 Setze die Wörter in neue Kontexte

- Verknüpfe Gegensätze: »Wolkenkissen«, »Zahnarztlicht«, »Vertrauenschaos«. Erlaube dir, Bedeutungen zu verschieben. Das Unerwartete schafft Tiefe.
- Schreibe Sätze, die keine Sätze sind. Fragmente. Halbsätze. Stichworte. Deine Sprache muss keinen Regeln folgen – sie folgt deiner Stimmung.
- Lass ein Wort die Rolle wechseln: Ein Substantiv wird Verb. Ein Adjektiv wird Name. Sprache ist biegsam – genau darin liegt ihre Schönheit.

3 Spiele mit Klang, Rhythmus und Wiederholung

- Lies laut mit. Du wirst hören, wann dein Gedicht fließt – und wann es stockt. Rhythmus entsteht nicht durch Regel, sondern durch Stimme.

- Wiederhole ein Wort. Noch mal. Und wieder. Wenn es eine Stimmung trägt, verstärke sie. So entsteht Intensität.
- Achte auf Laute: Zischlaute, harte Konsonanten, weiche Vokale. Diese klangliche Textur ist Teil deines poetischen Ausdrucks – auch wenn's dir nicht bewusst ist.

4 Erlaube dir, zu übertreiben

- Mach es groß. Laut. Albern. Überzogen. Wenn du ein Gefühl ausdrücken willst, tu es, als wärst du eine Bühne. Du bist nicht zu viel – du bist kraftvoll.
- Dreh eine Metapher ins Absurde: »Mein Montag riecht nach Staubsauger.« Manchmal liegt im Blödsinn das größte Wahrheitskorn.
- Widersteh dem Impuls, es »richtig« machen zu wollen. Du schreibst kein Gedicht für

andere. Du schreibst ein Gedicht, das in dir war und raus wollte.

5 Baue Brüche ein – ganz bewusst

- Schneide den Flow. Mit einem kurzen Satz. Mit einem Wort, das querliegt. Brüche erzeugen Spannung – sie machen dein Gedicht lebendig.
- Erlaube dir, mitten im Bild die Richtung zu ändern. Du beginnst weich – und wirst kantig. Du gehst tief – und wirst plötzlich absurd.
- Ein Gedicht muss nicht »schön« sein. Es muss wahr sein – im Moment, in dem du es schreibst.

6 Hör auf, wenn es sich rund anfühlt

- Dein Text ist fertig, wenn du beim Lesen ein inneres »Ja« spürst – nicht perfekt, aber genug. Das ist ein starkes Gefühl. Vertrau ihm.

→ Wenn du nicht weißt, wie du enden sollst:
Hör mitten im Gedanken auf. Die Lücke
spricht oft lauter als das letzte Wort.

→ **Mach dir klar:**

Du hast ein Gedicht geschrieben. Aus
deinen Worten. Aus deinem Tag. Aus
dir. Und das ist nicht nur kreativ – das ist
mutig.



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

**Kreatives Schreiben wird zum Ausdruck deiner inneren Welt –
Verbindung schafft Bedeutung – du gibst
Worten Leben.**

Hier stärkst du deine kreative Flexibilität. Du übst, scheinbar Unpassendes zu verbinden – eine Fähigkeit, die in allen kreativen Prozessen zentral ist. Innovation entsteht oft dort, wo Gegensätze zusammenkommen. Durch diese Übung schärfst du genau diesen Blick: Wie lässt sich etwas Neues aus Vorhandenem machen? Gleichzeitig baust du sprachliche Sicherheit auf. Du spielst mit Bedeutung, Klang, Tonfall – und lernst, wie Worte aufeinander reagieren. Das steigert deine Ausdrucksfähigkeit, sowohl künstlerisch als auch im Beruf. Vor allem aber lernst du: Du darfst experimentieren. Ohne

Plan, aber mit Haltung. Genau das nimmt dir die Angst vor dem leeren Blatt – und stärkt dein Vertrauen in dich selbst. Denn jeder Vers, den du schreibst, ist ein sichtbarer Beweis deiner schöpferischen Kraft.



Fazit dieses Schritts/der Übung:

Mit jedem Vers wächst dein kreatives Selbstvertrauen– Du hast jetzt deinem Empfinden eine Sprache gegeben

Du hast heute etwas erschaffen, das es so vorher nicht gab. Aus deinen Worten ist ein Gedicht geworden – einzigartig, vielleicht roh, vielleicht poliert, aber auf jeden Fall deins. Und das zählt. Du hast erlebt, dass du gestalten kannst. Dass du Entscheidungen treffen, Bedeutungen verändern und deinen eigenen Rhythmus finden kannst. Das ist mehr als nur eine kreative Fingerübung – es

ist ein Schritt in dein gestalterisches Selbstbewusstsein. Denn je öfter du Worte in Bewegung bringst, desto klarer spürst du: Deine Stimme zählt. Dein Blick ist besonders. Und deine Fähigkeit, aus kleinen Impulsen große Ideen zu machen, wächst mit jedem Experiment. Bleib dabei.

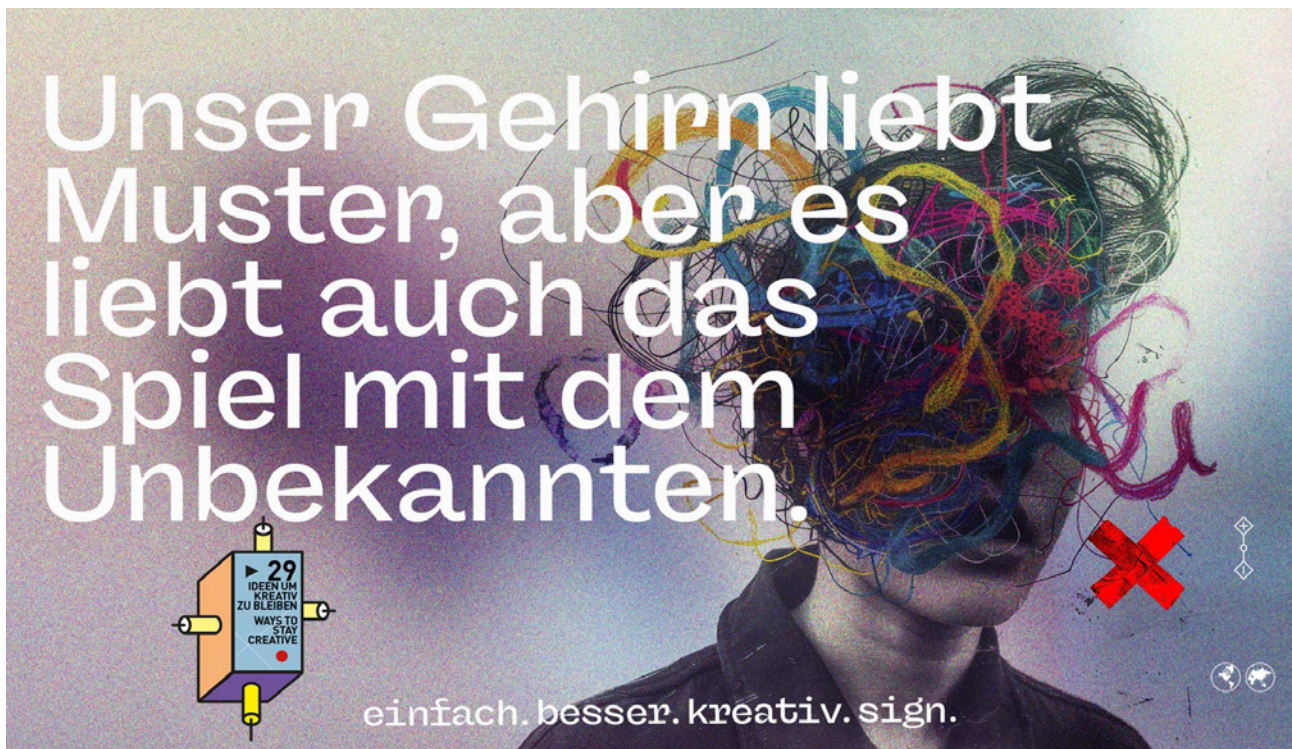
Dein Gedicht muss kein Meisterwerk sein. Es ist ein Moment deiner Kreativität – ein Ausdruck deiner Perspektive auf die Welt. Und das ist kraftvoller, als du vielleicht denkst.

Zusammenfassung der Übung:

Wenn Wörter tanzen: Der Zauber des freien Schreibens

Hier ist aus Sammlung Sprache geworden. Aus Worten wurde Poesie. Du hast begonnen,

Bedeutungen zu verschieben, Neues entstehen zu lassen, mit Klang und Rhythmus zu experimentieren. Du hast erlebt, dass Schreiben nicht das Festhalten von Gedanken ist – sondern ihr Wandlungsprozess. Diese Übung hat dir gezeigt, wie lebendig Wörter werden, wenn du sie in Beziehung setzt – und wie sehr dein inneres Erleben durch kreatives Schreiben greifbar wird.



Unser Gehirn liebt
Muster, aber es
liebt auch das
Spiel mit dem
Unbekannten.

29
IDEEEN UM
KREATIV
ZU BLEIBEN
WAYS TO
STAY
CREATIVE

einfach.besser.kreativ.sign.

→ Übung 5 ←

5. Verfeinere dein Gedicht

Jetzt kommt der Feinschliff – und der Zauber der Sprache.

Jetzt beginnt der Feinschliff – eine Phase, die genauso viel Kreativität braucht wie das ursprüngliche Schreiben. Viele glauben, Überarbeiten sei langweilig oder nur etwas für Perfektionisten. Aber das Gegenteil ist der Fall: In diesem Schritt hauchst du deinem Gedicht Tiefe ein. Du gibst ihm Klang, Melodie, Spannung oder Stille. Du prüfst: Wie fühlt es sich an? Trifft es noch den Ton, den du ausdrücken wolltest – oder hat sich etwas verändert? Genau das ist das Spannende: Dein Text ist ein lebendiges Gebilde, das sich weiterentwickelt. Diese Phase ist nicht dazu da, »Fehler« zu korrigieren, sondern um Klarheit zu schaffen – für dich und

für den Leser. Denn ein gut gesetztes Wort kann mehr berühren als ein ganzer Absatz. Du lernst jetzt, auf Nuancen zu hören, Feinheiten zu schärfen und gleichzeitig deinem inneren Ausdruck treu zu bleiben. Und das ist ein starkes kreatives Werkzeug.



→ Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Lass dein Gedicht atmen, tanzen, klingen.
Lies dein Gedicht laut vor. Achte darauf, wie es klingt. Wo fließt es? Wo stolperst du? Wo entsteht ein inneres »Ja« – und wo eher ein Zögern? Markiere genau diese Stellen. Frage dich bei jeder Zeile: Braucht es dieses Wort wirklich? Oder sagt ein anderes mehr? Dann nimm dir Zeit zum Verfeinern. Streiche, ergänze, tausche aus – aber bleib spielerisch. Verändere einzelne Wörter, verändere das Tempo, kürze oder verlängere

deine Zeilen. Lies es wieder laut. Wiederhole diesen Prozess zwei-, dreimal. Achte dabei auch auf den Rhythmus: Klopft dein Text innerlich mit? Oder fehlt ihm noch ein Takt? Du darfst auch mutig sein: Manchmal hilft es, eine Zeile komplett zu löschen, um Platz für etwas Besseres zu machen. Es geht hier nicht um »richtig« oder »falsch«, sondern um stimmig. Und du spürst selbst, wann dein Gedicht diese Balance erreicht hat.

Hier sind die 6 Übungen dazu:

1 Lies laut – und höre, was mitschwingt

→ Sprich dein Gedicht laut vor. Leise.

Schnell. Langsam. Du wirst hören, wo es fließt – und wo es holpert. Deine Stimme ist dein bestes Korrektiv.

→ Schließe dabei kurz die Augen. Spürst du den Text? Wo reagiert dein Körper –

Gänsehaut, Lächeln, Widerstand? Diese körperlichen Reaktionen sind ehrlich.

→ Wenn du dich dabei beobachtet fühlst, lies es einem imaginären Gegenüber vor. Stell dir jemanden vor, der nur zuhört – ohne zu urteilen.

2 Entferne Überflüssiges – radikal sanft

→ Streich alles, was leer klingt. Füllwörter, Erklärungen, Wiederholungen, die keine Kraft haben. Ein gutes Gedicht ist oft kürzer als gedacht.

→ Frage dich bei jedem Satz: Trägt er etwas? Wenn nicht, darf er gehen. Auch schöne Sätze. Gerade schöne Sätze.

→ Füge nichts hinzu, nur um zu »vervollständigen«. Dein Text darf Brüche haben, darf atmen. Leere ist Teil seiner Kraft.

3 Spiele mit Klang & Tempo

- Verändere die Satzlänge. Ein plötzlicher kurzer Satz nach mehreren langen kann wirken wie ein Schlaglicht. Nutze das.
- Tausche Wörter aus – nicht, weil sie falsch sind, sondern weil ein anderes Wort den Klang verstärken könnte.
»Regentanz« statt »Regen«, »Splitterwort« statt »Kritik«.
- Hör dir dein Gedicht mit Musik im Hintergrund an. Vielleicht passt es zu Klavier, vielleicht zu Beats. Das sagt dir viel über den Ton deines Textes.

4 Arbeite an der Stimmung

- Lies das Gedicht so, als würdest du jemandem eine Geschichte erzählen. Was spürt man dabei? Freude, Melancholie, Aufbruch?

Ziel ist nicht Stimmung herzustellen, sondern sie zu erkennen.

- Verstärke das Gefühl, das am stärksten ist. Wenn es Wehmut ist – lass sie wirken. Wenn es Trotz ist – gib ihm eine Zeile mehr.
- Vermeide es, »schöne« Wörter einzusetzen, nur weil sie edel klingen. Nimm die, die deine Wahrheit erzählen.

5 **Verändere die Reihenfolge**

- Was passiert, wenn du die letzte Zeile nach vorne stellst? Oder die erste streichst? Manchmal liegt die Essenz nicht am Anfang – sondern mittendrin.
- Schneide den Text in Einzelzeilen und sortiere sie neu. Wortkärtchen auf dem Tisch helfen dabei. So entstehen oft ungeahnte Verbindungen.

→ Frag dich: Wie endet mein Gedicht? Und was bleibt, wenn der letzte Ton verklingt?

6 Lass es ruhen – dann lies es neu

→ Lege das Gedicht für ein paar Stunden beiseite. Oder über Nacht. Wenn du es wieder liest, erkennst du klarer, was noch fehlt – oder was endlich stimmt.

→ Lies es jemandem vor. Oder nimm dich selbst auf. Und höre es wie ein:e Fremde:r. Du wirst staunen, was du geschrieben hast.

→ Erlaube dir, zufrieden zu sein. Nicht weil es »fertig« ist. Sondern weil es dein Text ist. Und du ihn geschrieben hast.



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

Du lernst, loszulassen und gleichzeitig zu gestalten.

Dieser Schritt trainiert deine Fähigkeit zur Reflexion – ein zentrales Werkzeug für kreative Prozesse aller Art. Du entwickelst ein Gespür für Sprache, Wirkung und emotionale Tiefe. Gleichzeitig übst du, Abstand zu deinem eigenen Werk zu gewinnen. Das stärkt nicht nur deine gestalterische Urteilskraft, sondern auch deine emotionale Resilienz: Du lernst, dass Veränderung nichts mit Scheitern zu tun hat, sondern mit Wachstum. Durch das laute Lesen entwickelst du zudem dein Sprachgefühl, deinen Ausdruck und dein Selbstvertrauen im Sprechen. Du wirst sicherer im Umgang mit deinen Worten – egal ob geschrieben oder gesprochen. Außerdem entsteht durch das

Verfeinern ein tiefes Gefühl der Verbundenheit mit dem eigenen Werk: Du beginnst zu spüren, wie du deine Gedanken so formulierst, dass sie wirken. Und genau das ist essenziell – nicht nur als Kreativer, sondern als Mensch mit einer Stimme.



 **Fazit dieses Schritts/der Übung:**

Veränderung ist keine Korrektur, sondern ein kreativer Akt.

Du hast nicht nur ein Gedicht geschrieben, sondern dir selbst zugehört. Und du hast die Verantwortung übernommen, deinem Ausdruck Form zu geben. Das ist echte kreative Reife. Du bist über das erste Gefühl hinausgegangen und hast dein Werk bewusst geformt – wie ein Bildhauer, der den letzten Schliff setzt. Das Ergebnis? Dein Text klingt

mehr nach dir. Er ist authentisch, durchdacht und lebendig. Vielleicht ist er noch nicht »perfekt« – aber das muss er auch nicht sein. Du hast gelernt, dass Kreativität nicht nur im ersten Impuls steckt, sondern auch im Dranbleiben.

Du hast gespürt, wie erfüllend es ist, einem Gedanken Tiefe zu verleihen. Und du hast gemerkt: Du kannst dich auf deine Intuition verlassen – und sie durch Übung verfeinern. Dieser Prozess ist übertragbar auf viele Bereiche deines Lebens: Präsentationen, Gespräche, Ideenentwicklungen. Denn wer gelernt hat, seinem Ausdruck Raum zu geben, wird auch im Alltag klarer, kraftvoller und authentischer auftreten.

Zusammenfassung der Übung:

Zuhören, Verändern, Verstärken – der kreative Dreiklang

Hier wurde deine Sammlung lebendig. Du hast geschrieben, verbunden, gespielt. Vielleicht hast du gelacht. Vielleicht gezögert. Vielleicht gestaunt, wie plötzlich etwas aus dir kam, das vorher keinen Namen hatte. Diese Übung war eine Einladung zur Transformation: aus isolierten Begriffen wurde eine Erzählung, ein Klang, ein Rhythmus. Deine Erfahrung: Wenn du deinen Gedanken Raum gibst, finden sie Wege, von selbst zu sprechen. Und genau das ist Poesie – nicht Reim, sondern Wahrfähigkeit in Bewegung.





Wenn du
deinen
Gedanken
Raum
gibst, finden
sie Wege,
von selbst
zu sprechen.

Erlebt und
aufgeschrieben
-mit Herz und
Hand-
zu
100% KI frei

109 - 5221072

109 - 5221072

→ Übung 6 ←

6. Wiederhole die Übung: Noch einmal. Aber anders.?

Kreativität lebt von Wiederholung – aber nicht von Routine. Sie braucht Bewegung, neue Reize, frische Perspektiven. Genau darum geht es in diesem letzten Modul. Du hast bereits ein Gedicht geschrieben, du hast Wörter gesammelt, geformt, verfeinert. Jetzt ist der Moment gekommen, deine Komfortzone zu verlassen. Denn erst, wenn du beginnst, die Regeln zu verändern, wird deine Kreativität richtig wach. Vielleicht hörst du morgen andere Wörter. Vielleicht entscheidest du dich für eine andere Gedichtform. Oder du sammelst Begriffe in einem völlig anderen Kontext: beim Sport, im Bus, auf einem Markt, beim Lesen eines Fachtextes. Jeder dieser Perspektivwechsel



macht dich offener. Es geht nicht darum, jedes Mal ein perfektes Gedicht zu schreiben. Es geht darum, zu erkennen, wie unterschiedlich dein Denken funktionieren kann – je nachdem, welchen Input du ihm gibst. Und das ist die wahre Stärke dieser Übung: Du trainierst dein kreatives Bewusstsein. Immer wieder neu.



→ Was du jetzt tun kannst: 6 Schritte

Stell die Regeln auf den Kopf – und beobachte, was passiert.

Nimm dir vor, die Übung in den nächsten Tagen mehrfach zu wiederholen – aber verändere jedes Mal mindestens einen Parameter. Du kannst z. B. eine neue Tageszeit wählen: Wie klingt Sprache morgens anders als abends? Oder wähle einen neuen Ort – ein Café, ein Wartezimmer, ein Spaziergang.

Du kannst auch gezielt auf eine bestimmte Art von Wörtern achten: nur Fremdwörter, nur emotionale Begriffe, nur technische Sprache. Vielleicht probierst du eine neue Gedichtform aus – ein Haiku, ein Elfchen, ein Reim, ein Fließtext. Oder du schreibst rückwärts, also vom letzten Wort zum ersten. Notiere dir die Ergebnisse, lies sie laut, vergleiche. Beobachte, wie sich dein Denken verändert. Du wirst sehen: Es entsteht nicht nur ein neues Gedicht, sondern ein neues Gefühl für Sprache – und für dich selbst. Das Ziel ist nicht das Gedicht. Das Ziel ist das kreative Spiel.

Hier sind die 6 Übungen dazu:

- 1 Lass bewusst Zeit vergehen – aber nicht zu viel**
→ Lass mindestens einen Tag verstreichen, bevor du die Übung erneut machst. So

gibst du deinem System Zeit zum Nachklingen – und Raum für neue Impulse.

- Plane die Wiederholung als kleine kreative Verabredung mit dir selbst – 10 Minuten reichen. Schreib sie in den Kalender wie einen Termin mit einer guten Freundin.
- Mach die Wiederholung nicht davon abhängig, ob du beim ersten Mal zufrieden warst. Es geht nicht um das Ergebnis – sondern um das Erleben.

2 Wechsle bewusst den Kontext

- Mach die Übung an einem anderen Ort. Beim Spazierengehen. In der Küche. Im Zug. Sprache klingt überall anders – und du hörst andere Wörter.
- Wähle einen neuen Tageszeitpunkt. Morgens mit frischem Kopf, oder abends mit der Müdigkeit, die Filter wegnimmt.

→ Tausche Papier gegen eine Sprachmemo-App. Sprich deine Wörter. Sprich dein Gedicht. Der Wechsel der Ausdrucksform bringt neue Energie.

3 Variiere deine Sammlungsmethode

→ Statt zu schreiben: Höre zu. Lausche einer Podcastfolge, einem Gespräch, einer Radiodurchsage – und sammle Begriffe daraus.

→ Nutze nur Wörter, die du nicht verstehst – Fremdwörter, Fachbegriffe, Abkürzungen. Was passiert, wenn du mit dem Unklaren arbeitest?

→ Sammle nur Wörter zu einem Thema: »Wasser«, »Technik«, »Vertrauen«, »Zukunft«. Begrenze dich – und beobachte wie du dich aus der Begrenzung befreist.

4 Erfinde eine neue Form

- Mach ein Gedicht in Form eines Einkaufszettels. Oder einer Dialogszene. Oder einer Landkarte. Die Form darf verrückt sein – oder völlig schlicht.
- Begrenze dich auf fünf Zeilen. Oder auf drei Wörter pro Zeile. Oder auf Wörter, die mit demselben Buchstaben beginnen. Struktur inspiriert.
- Mach eine »Flüsterform«: Ein Gedicht, das du nur in Gedanken schreibst – und erst am Ende auf Papier bringst.

5 Mach es regelmäßig – nicht perfekt

- Wähle einen festen Wochentag für dein Gedicht. Freitag früh. Sonntagabend. Immer dann, wenn dein Kopf Raum braucht. Mach es zu einem Ritual.
- Bewahre alle Gedichte auf – auch die unvollständigen, schrägen, wilden. Sie

sind kein Abfall. Sie sind Spuren deiner inneren Bewegung.

→ **Erinnere dich:** Du schreibst nicht, um zu glänzen. Du schreibst, um dich zu verbinden – mit dir selbst. Und das braucht kein Publikum.

6 Erlaube dir Überraschung und Leichtigkeit

- **Geh mit Humor an die Wiederholung.** Nicht alles muss tiefgründig sein. Ein Gedicht über eine vergessene Socke kann dir mehr über dich erzählen, als du denkst.
- **Lies deine alten Gedichte – und antworte darauf mit einem neuen.** Wie ein Brief an dein früheres Ich. Oder wie ein Echo.
- **Mach dir am Ende der Wiederholung klar:** Du hast etwas erschaffen, das vorher nicht da war. Und das allein ist schon ein stiller Triumph.



Der Nutzen dieses Schritts/der Übung:

Du wirst mutiger, freier, spielerischer.

Diese Phase macht deine Kreativität wirklich anpassungsfähig. Du lernst, dich nicht an Formate zu klammern, sondern sie bewusst zu nutzen – oder zu brechen. So entsteht kreative Selbstständigkeit. Du wirst flexibler im Denken, sensibler in der Wahrnehmung und souveräner im Ausdruck. Durch das ständige Variieren schulst du dein kreatives »Muskelgedächtnis«: Du merkst, wie du schneller auf Ideen kommst, spontaner formulierst, lebendiger mit Sprache umgehst. Gleichzeitig stärkst du dein Selbstvertrauen, weil du merkst: Ich kann mich auf meinen kreativen Prozess verlassen, auch wenn sich die Rahmenbedingungen ändern. Das ist ein riesiger Vorteil – egal ob

du Designer, Texterin, Unternehmer oder Lehrer bist. Die Fähigkeit, sich auf Neues einzulassen und daraus etwas Eigenes zu formen, ist eine Schlüsselkompetenz. Und sie wächst mit jeder Wiederholung – nicht durch Kontrolle, sondern durch Mut zur Veränderung.



✓ Fazit dieses Schritts/der Übung:

**Kreativität endet nie – du hast gelernt,
sie zu nähren.**

Du bist jetzt nicht mehr nur jemand, der ein Gedicht geschrieben hat. Du bist jemand, der seine eigene Kreativität systematisch erforscht. Der mutig genug ist, immer wieder neu anzufangen. Und genau das unterscheidet Gelegenheits-Kreativität von echter, lebendiger Gestaltungsfreude. Du hast erfahren, dass Wörter nicht nur Werkzeuge sind, sondern kreative Spielpartner. Dass Sprache überall stattfindet – du musst nur hinhören. Mit jedem Durchgang der Übung wirst du wacher, neugieriger, selbstbewusster. Du wirst freier im Denken und sicherer im Ausdruck. Und du wirst merken: Die Welt steckt voller Poesie – wenn du bereit bist, sie zu sehen. Dieses Modul lädt dich ein, das Spiel



weiterzuführen. Nicht, weil du »besser«
werden musst, sondern weil du Lust hast,
neue Räume zu entdecken.

Kreativität
ist kein
Zustand –
sie ist eine
Bewegung.
Und du
bist gerade
mittendrin.

Zusammenfassung der Übung:

Kreativität beginnt beim ersten Schritt – und wächst mit jedem weiteren

Die Wiederholung hat deine Erfahrung nicht verdoppelt – sie hat sie vertieft. Du hast erlebt, wie du mit jedem neuen Durchgang mutiger, verspielter, offener wurdest. Wie du neue Formen fandest. Neue Wörter.

Neue Bedeutungen.

Du hast dich von der Idee gelöst, dass kreative Prozesse einmalig sein müssen. Stattdessen hast du begonnen, Vertrauen aufzubauen – in dich, deinen Ausdruck, deine Sprache.

Die wichtigste Erkenntnis: Kreativität ist ein Muskel. Und jeder kreative Tag ein Geschenk an dich selbst.

Ein Gedicht aus zufälligen Wörtern zu formen ist eine spielerische, aber wirkungsvolle Methode, um deine Kreativität anzuregen. Du lernst, Sprache bewusster wahrzunehmen, Verknüpfungen zu erkennen und neue Ausdrucksmöglichkeiten zu entdecken.

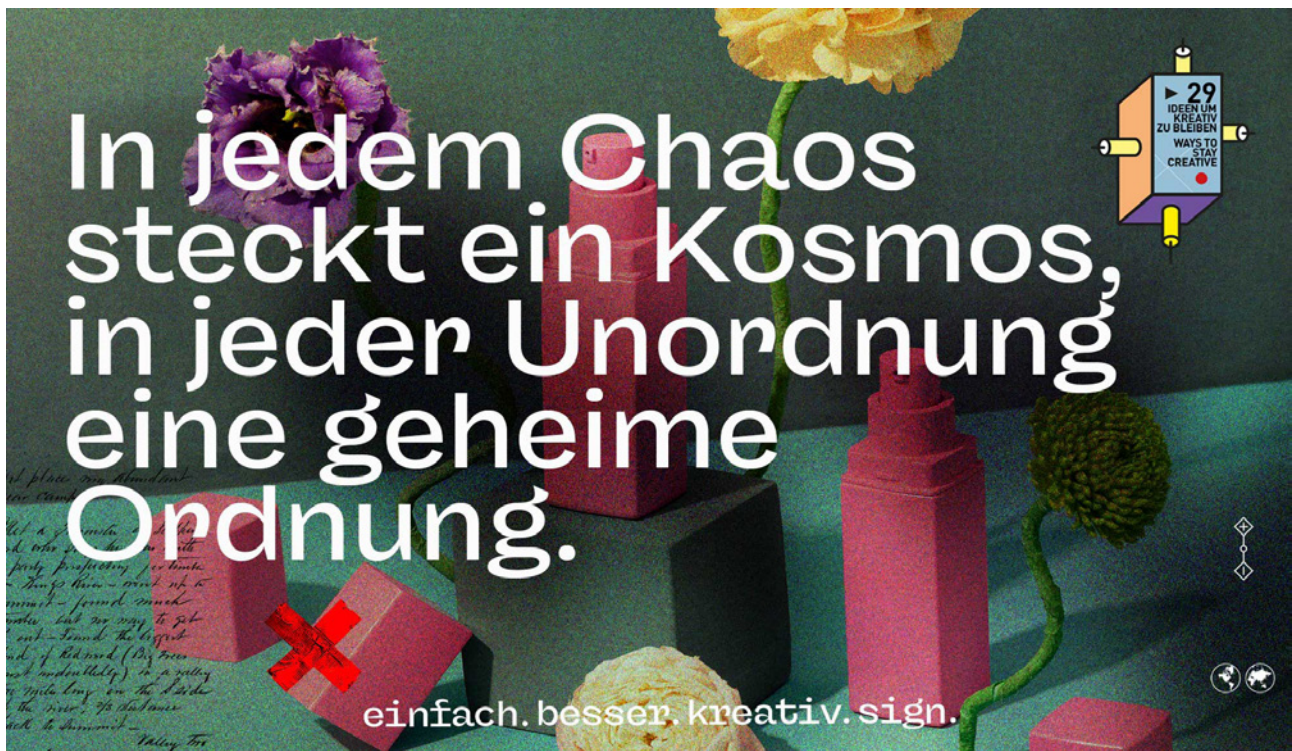
Diese Übung zeigt, dass Inspiration und auch Poesie und überall ist – in zufälligen Gesprächen, auf Straßenschildern oder in Liedtexten und genauso – in den zufälligen Wörtern, die uns täglich begegnen.

Ob humorvoll, nachdenklich oder surreal – das Entscheidende ist, dass du dich auf das Experiment einlässt. Dein kreativer Ausdruck wird gestärkt, und du lernst, mit Worten intuitiv zu arbeiten.

Nutze diese Technik regelmäßig, um deine Wahrnehmung für Sprache zu schärfen. Mit

der Zeit wirst du merken: Die besten Ideen kommen oft aus den unerwartetsten Quellen. Indem du diesen kreativen Prozess regelmäßig praktizierst, entwickelst du nicht nur dein Sprachgefühl, sondern trainierst auch deine Fähigkeit, aus dem scheinbar Belanglosen Kunst zu machen.

Also: Höre hin, sammle Wörter und erschaffe daraus etwas ganz Neues!



Zusammenfassung des Moduls

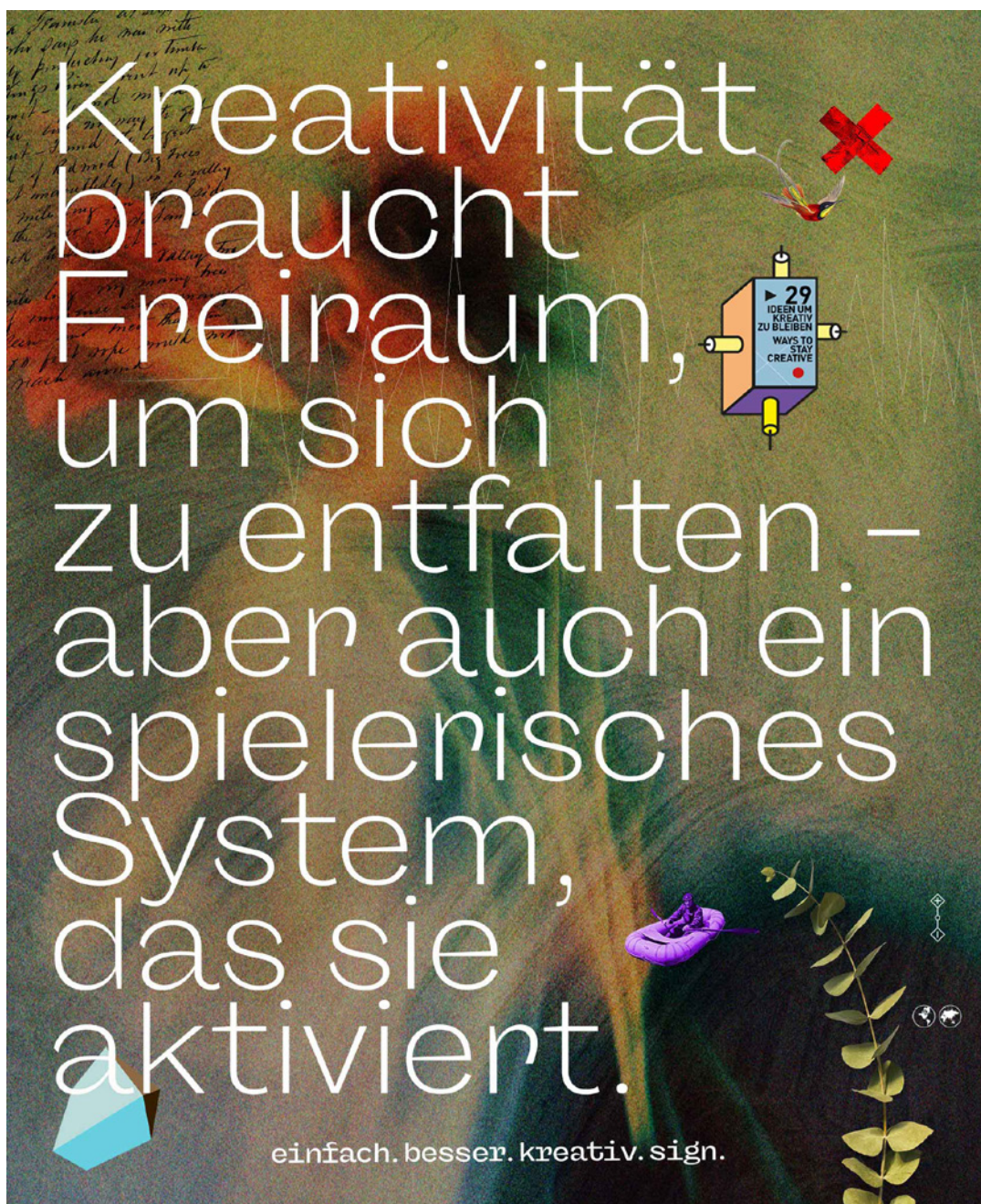
Die Poesie des Alltags entdecken: Der kreative Zugang für Menschen, die sich nicht für kreativ halten.

Das Modul »Schreib ein Gedicht mit Wörtern, die du heute gehört hast« ist ein tiefgreifender und zugleich überraschend einfacher Zugang zu deiner ganz persönlichen Kreativität. Es nutzt ein alltägliches Element – gesprochene Sprache – und macht daraus ein poetisches Spielfeld. Dabei geht es nicht darum, ein perfektes Gedicht zu schreiben, sondern einen neuen, bewussteren Umgang mit Sprache zu entwickeln. Du wirst eingeladen, durch den Tag zu gehen wie ein stiller Sammler: aufmerksam, achtsam, neugierig. Du hörst hin, wo andere vorbeigehen. Du notierst Wörter, die dich ansprechen – egal ob sie kurios, klangvoll, sperrig oder poetisch sind.

Das Sammeln ist nur der Anfang. Im nächsten Schritt entscheidest du dich bewusst für die Wörter, die dich innerlich berühren oder gedanklich herausfordern. Diese Vorauswahl ist intuitiv und individuell – genau hier beginnt die kreative Selbstverantwortung. Anschließend gibst du deinen Worten eine Form: Du schreibst ein Gedicht. Dabei darfst du experimentieren, verdichten, verschieben – das Spiel mit Rhythmus, Klang und Bildsprache entfaltet sich Schritt für Schritt.

Zum Schluss verfeinerst du dein Gedicht, liest es laut, arbeitest es sprachlich nach – und erfährst dabei, wie du mit kleinen Änderungen große Wirkung erzeugen kannst. Die abschließende Reflexion und Wiederholung laden dich dazu ein, mit anderen Parametern neue kreative Räume zu erschließen. Das Modul ist somit nicht nur eine Schreib-

übung, sondern ein Training für achtsames Wahrnehmen, für intuitives Entscheiden, für kreative Transformation – mit einem poetischen Ergebnis, das aus deinem Alltag geboren wurde.



Kreativität
braucht
Freiraum,
um sich
zu entfalten –
aber auch ein
spielerisches
System,
das sie
aktiviert.

einfach. besser. kreativ. sign.

Zentrale Erkenntnisse des Moduls

Eine der stärksten Erkenntnisse dieses Moduls liegt in der Wiederentdeckung der Alltagswahrnehmung: Sprache ist nicht nur Mittel zum Zweck – sie ist Inspiration, wenn du lernst, genau hinzuhören. Du erfährst, dass kreative Impulse nicht aus dem Nichts kommen müssen, sondern in den ganz gewöhnlichen Momenten deines Tages stecken. Du lernst, dass es keine perfekten Voraussetzungen für Kreativität braucht – sondern ein aufmerksames Ohr, ein neugieriges Herz und ein leeres Blatt Papier. Du beginnst zu verstehen, dass ein Wort nicht einfach nur ein Begriff ist – sondern ein Klang, ein Bild, eine Geschichte, eine Stimmung. Du erfährst, dass du durch Worte eine emotionale Verbindung zu dir selbst aufbauen kannst – und dass jedes Gedicht,

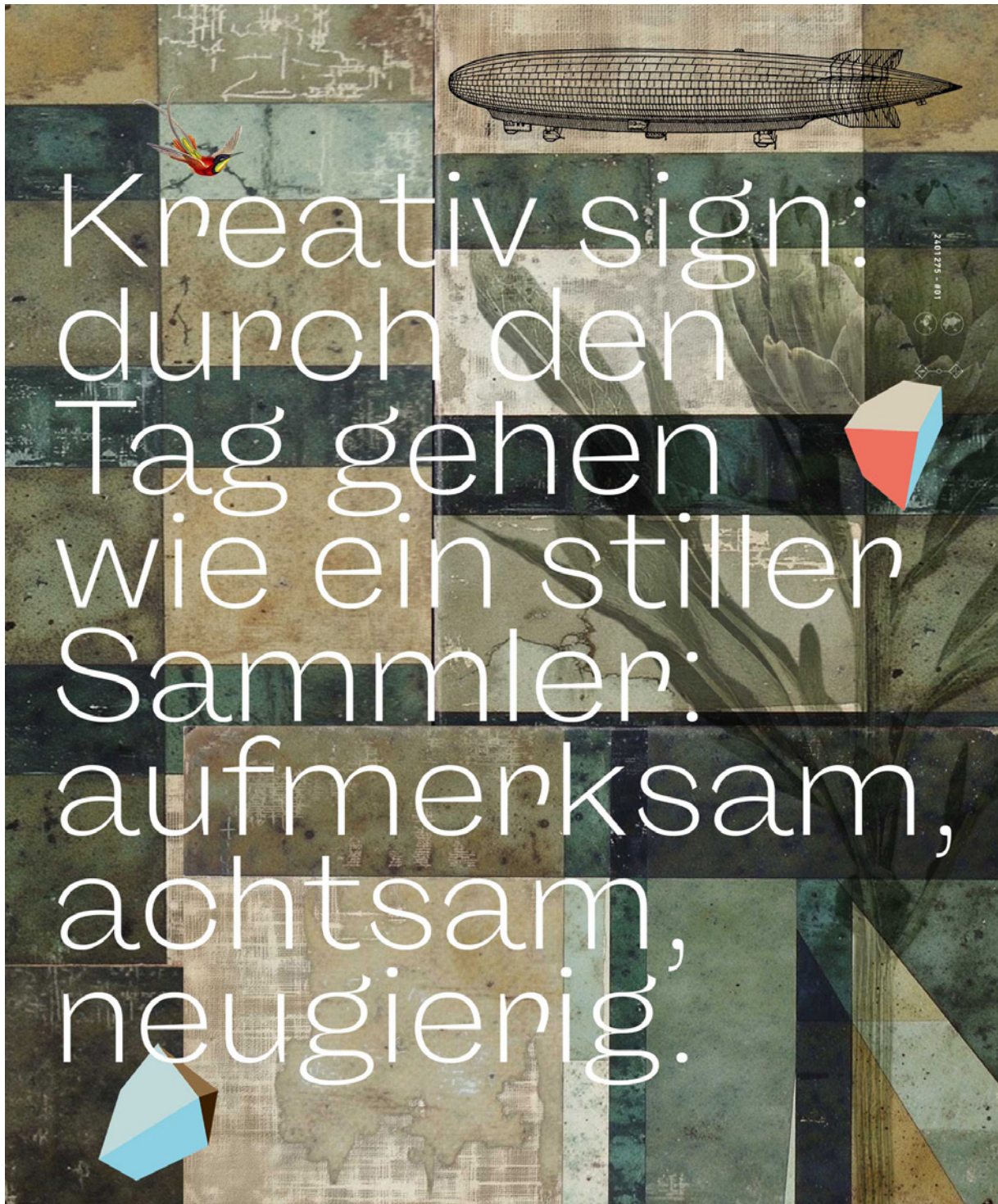


das du schreibst, auch ein Selbstporträt ist. Es geht nicht um literarische Leistung, sondern um Ausdruck, Selbsterkenntnis, Transformation.

Gleichzeitig erlebst du, dass Kreativität nicht linear ist. Sie beginnt nicht beim ersten Wort und endet nicht beim letzten Punkt. Du musst dich trauen, loszulassen, dich führen zu lassen, Fehler zu machen, zu verändern, wieder neu zu beginnen. Genau hier entsteht kreatives Vertrauen – nicht nur in die Sprache, sondern auch in dich selbst.

Dieses Modul zeigt dir auch, dass du mit wenig viel sagen kannst. Es schärft dein Gefühl für Nuancen, für Klangfarben, für den emotionalen Subtext. Du beginnst, deine Umwelt anders zu lesen – als lebendiges Archiv für Ideen, als Spiegel deiner inneren

Bewegungen. Diese Erkenntnis wirkt über das Schreiben hinaus: Sie macht dich wacher, bewusster, empathischer.



Essentieller Nutzen für dich als NutzerIn

Dieses Modul ist eine Einladung zur Selbstermächtigung. Es stärkt dein Vertrauen in deine kreative Wahrnehmung und zeigt dir, dass du schöpferisch tätig sein kannst – ohne Vorbereitung, ohne Planung, ohne – »richtige« Werkzeuge. Alles, was du brauchst, ist da: Dein Gehör, deine Intuition, deine Sprache. Der Zugang zur Kreativität wird dadurch entmystifiziert. Er ist nicht länger an Genialität oder Talent geknüpft, sondern an Bewusstheit und Handlungsbereitschaft. Durch das bewusste Hören entwickelst du eine neue Präsenz im Alltag. Du wirst sensibler für Zwischentöne, entdeckst Poesie in der Sprache anderer Menschen, findest Schönheit in scheinbar belanglosen Floskeln. Diese Haltung lässt sich auf alle kreativen Prozesse übertragen – sei es Design, Text, Musik, Storytelling oder Problemlösung.

Du trainierst mit dieser Übung deine Fähigkeit, Sinn in Fragmenten zu erkennen und neue Bedeutungen zu schaffen.

Außerdem entwickelst du einen sicheren Raum für Ausdruck. Die Sprache gehört dir – du bestimmst, wie sie fließt, klingt und schwingt. Das stärkt dein Selbstbewusstsein, vor allem wenn du lange geglaubt hast, nicht kreativ zu sein.

Hier zählt nicht das Ergebnis, sondern die Erfahrung, das Tun, das Reflektieren.

Besonders wichtig: Du baust innere Barrieren ab. Das Modul arbeitet gegen Selbstzweifel, Perfektionismus und Leistungsdruck. Indem du einfach beginnst – mit zufälligen Wörtern – überwindest du die Angst vor dem weißen Blatt. Du wirst handlungsfähig. Und genau darin liegt das kreative Potenzial:

Im Machen, im Wiederholen, im Erleben.

Fazit des gesamten Moduls

Dieses Modul ist mehr als eine kreative Schreibaufgabe – es ist ein Perspektivwechsel. Du wirst eingeladen, deinen Alltag als Quelle der Inspiration zu entdecken. Du lernst, dass Worte, die einfach nur zufällig an deinem Ohr vorbeigezogen wären, sich in poetische Zeilen verwandeln können. Du wirst vom Konsumenten zum Schöpfer, vom Zuhörer zum Erzähler, vom Denkenden zum Fühlenden.

Dabei geschieht etwas Wesentliches: Du erlebst Sprache als Werkzeug der Selbstverbindung. In einer Welt, die oft laut und schnell ist, schenkst du dir Momente der inneren Stille, des Ausdrucks, des Spiels. Du erlaubst dir, nicht zu funktionieren – sondern zu gestalten. Und du lernst, dass genau darin ein tiefes kreatives Glück liegt.

Am Ende steht kein perfektes Gedicht,
sondern ein Zeichen deiner Wachheit, deiner
Offenheit, deiner kreativen Lebendigkeit.
Vielleicht überrascht dich dein Text.

Vielleicht bringt er dich zum Lächeln oder
Nachdenken. Vielleicht öffnet er eine Tür zu
etwas Tieferem in dir.

Was auch immer entsteht – es gehört dir.
Und es erinnert dich daran:



Kreativität lebt
von Mut.
Mut,
Dinge falsch
zu machen.

29
IDEEEN UM
KREATIV
ZU BLEIBEN
WAYS TO
STAY
CREATIVE

*With flowers very abundant
near camp.
Met a Spaniard at Sebring
and who says he saw with
a party of soldiers per hour
on their trip - must not be
invented - found much
trouble and my way to get
it out - found the legend
of Redwood (Big tree
must undoubtedly) in a valley
two miles long on the side
of the mountain*

einfach. besser. kreativ. sign.

Du bist
kreativ.
Jeden Tag.
In jedem
Wort. Du
musst nur
hinhören.

DU BIST, WAS DU DENKST ODER DENKST DU WAS DU BIST?
DU BIST DER DESIGNER DEINER UTOPIEN



MUTIG SIGN. BESONDERS SIGN. LEBEN SIGN.
UNABHÄNGIG SIGN. MENSCH SIGN.

WENN DU DIR ES VORSTELLEN KANNST,
KANNST DU ES AUCH ÄNDERN.
GESTALTE DEINE ZUKUNFT –
SEI TEIL DEINER MACHBAREN UTOPIEN.



Impressum:

EINFACH.BESSER.KREATIV.SIGN®

Bredowstr. 27

10551 Berlin

Autor: Prof. Ralf K. Röttjer

Kontakt: +49 (0)176-50 33 89 93 oder

einfach@besser-kreativ-sign.de } www.besser-kreativ-sign.de

Bilder: Ralf K. Röttjer, LifeSign-Akademie©

Alle Rechte vorbehalten.

Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung von Besser.Kreativ.Sign©

Gender-Hinweis

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird in dem vorliegenden Arbeit die gewohnte männliche Sprachform bei personenbezogenen Substantiven und Pronomen verwendet. Dies impliziert jedoch keine Benachteiligung des weiblichen Geschlechts, sondern soll im Sinne der sprachlichen Vereinfachung als geschlechtsneutral zu verstehen sein.

Alle hier von mir vorgeschlagenen Übungen und Anleitungen, basieren auf den Erkenntnissen meiner Seminare zum Thema Kreativität, Kommunikationsdesign und Designmanagement. Du kannst die Übungen so direkt nachmachen und übernehmen, sie garantieren immer einen kreativen Erfolg – aus meiner Lehrzeit und Erfahrung als Professor für Design. Du kannst aber natürlich alle Übungen abwandeln und nach deinen Bedürfnissen anpassen.



Und jetzt? Wenn dein Gedicht geschrieben ist...

Vielleicht hast du zum ersten Mal seit Langem wieder gespürt, wie leicht sich Kreativität anfühlen kann.

Vielleicht warst du überrascht, was da alles in dir steckte – in zehn scheinbar zufälligen Wörtern.

Vielleicht hast du ein Gedicht geschrieben, das nicht perfekt war – aber wahr. Und das ist der wahre Durchbruch.

Was du gerade erlebt hast, ist mehr als eine Übung. Es ist ein kreativer Zugang. Ein Moment, in dem du dir erlaubt hast, ohne Druck zu gestalten. Ein Moment, in dem du das Alltägliche zur Sprache gemacht hast.

Und ein Moment, der nicht enden muss – sondern sich fortsetzen darf.

😊 **Sprache neu denken?** ► Dann entdecke »**Erfinde ein neues Schimpfwort – Und nutze es den ganzen Tag**«! Spüre, wie sehr unsere Worte unsere Gedanken formen. Lass Worte tanzen, entdecke neue Ausdrücke und brich spielerisch aus alten Sprachmustern aus!

😊 **Den Alltag als Abenteuer erleben?** ► »**Praktiziere Micro-Abenteuer**« zeigt dir, wie du neue Erlebnisse direkt vor deiner Haustür findest und dadurch dein kreatives Denken erweiterst. Du wirst deine Umgebung mit neuen Augen zu sehen!



😊 **Zufall als kreativer Motor?** ► Das Modul »**Zufalls-Generator**«
Hier lernst du, wie du Zufallsprinzipien bewusst nutzt, um neue Ideen und unvorhersehbare kreative Lösungen zu entwickeln.

😊 **Kreativität durch Verbindung?** ► Das Modul »**Kreativ-Kette**« bringt dich dazu, scheinbar unzusammenhängende Objekte und Konzepte neu zu verknüpfen – und daraus überraschende Gestaltungsideen zu entwickeln.

😊 **Fantasie freisetzen?** ► »**Erschaffe dein Monster**« lässt dich deine eigene Fantasie-Figur entwickeln – ein spielerischer Zugang zu grenzenloser Vorstellungskraft.

😊 **Mehr Quatsch, mehr Kreativität?** ► »**Quatsch-Generator**« führt dich durch absurde und lustige Denkspiele, die dein Gehirn zum Staunen bringen.

😊 **Dein kreatives Experiment hat gerade erst begonnen!**

Bist du bereit, weiterzudenken, neue Spielräume zu erkunden und deine kreative Freiheit auszudehnen? Dann schnapp dir dein nächstes E-Book und entdecke, wohin dein kreativer Weg dich als Nächstes führt!

Was du jetzt tun kannst:

➡➡➡➡➡➡➡ Du kannst dir auf der nächsten Seite direkt mit deinem Smartphone den QR-Code scannen und schon kommst du auf die Website zu dem jeweiligen Modul. **Kein SPAM – Kein Fake.** Alles Anleitungen und Übungen für »29 Wege zu mehr Kreativität«. Versprochen.

Die Module aus »29 Wege zu mehr Kreativität«.



Jeden Tag ein kleines Abenteuer – für mehr Inspiration!



10 Minuten Unsinn – Ideen entstehen, wenn du spielst!



Pack deine Kreativität ein – es geht auf Gedankenreise!



Kreativität durch den Zufall – lass dich überraschen!



Dein kreativer Domino-Effekt: Eine Idee löst die nächste aus!



Verspielt, wild oder schräg – wie sieht dein Monster aus?

Geschichten mit einem einzigen Strich erzählen – entdecke die Magie der Linie!

Kreativität ist das Spiel mit Möglichkeiten. Du hast erlebt, wie aus fünf zufälligen Wörtern eine Geschichte/ein Gedicht entstehen kann – eine Welt, die vorher nicht existierte. Ein »zerknittertes Ticket« wurde zur Spur eines verlorenen Reisenden, ein alter Knopf zur geheimen Währung einer vergessenen Gesellschaft. Was du gerade erlebt hast, ist mehr als eine Übung. Es ist ein kreativer Zugang.

Doch was passiert, wenn du dieses Prinzip auf die einfachste Form der Gestaltung anwendest – die Linie ?

Linien sind mehr als nur Striche auf Papier. Sie erzählen Geschichten, sie lenken den Blick, sie wecken Emotionen. Eine Linie kann Kraft oder Leichtigkeit ausdrücken, Dynamik oder Ruhe, Ordnung oder Rebellion. Sie können ein Weg sein – oder eine Grenze.

Wenn du es liebst, aus dem Zufälligen kreativen Geschichten zu spinnen, dann wirst du fasziniert sein, was passiert, wenn du dich auf die Magie der Linie einlässt. Hier geht es nicht nur um Zeichnen – es geht um die Kraft der Reduktion, um Ausdruck ohne Worte, um das bewusste Spiel mit der einfachsten und gleichzeitig stärksten Form in der Gestaltung.

Willkommen bei »Die Magie der Linie« – der Challenge, die deine Kunst zu sehen, zu fühlen und zu gestalten auf ein neues Level bringt.

- ➔ Hier geht es nicht um komplizierte Kunst. Es geht um Bewegung, Ausdruck, Spontaneität.
- ➔ Es geht darum, wie du mit einer einzigen Linie Geschichten erzählen, Emotionen wecken und Ideen visualisieren kannst.
- ➔ Bist du bereit für die nächste kreative Herausforderung?
Dann tauche ein in die Magie der Linie und entdecke, was deine Hand erschaffen kann!

→Hier geht's zur kreativen Challenge der Linie – sei dabei! 

29 ultimative Tipps, Ideen und Anleitungen um kreativ zu werden/bleiben, die du garantiert noch nicht ausprobiert hast.

Modul } Schreib ein Gedicht mit Wörtern, die du heute gehört hast } Autor: Prof. Ralf K. Röttjer

www.besser-kreativ-sign.de / einfach@besser-kreativ-sign.de



Kreativ mit Linien-geht das denn?

Eine Linie ist mehr als nur ein einfacher Strich auf einem Blatt Papier. Sie ist ein Wegweiser für das Auge, ein Mittel zur Kommunikation und ein grundlegendes Werkzeug für jeden Designer. Linien können Gefühle ausdrücken, Strukturen definieren und visuelle Hierarchien schaffen. Sie sind die Grundlage für nahezu jedes Designelement, sei es Design, Architektur oder Produktgestaltung.



Das E-Book »**Checkliste der Linien**« zeigt dir, wie du deine analoge Kreativität mit dem Zeichnen von Linien gezielt nutzt, um kreativer und motivierter zu leben.

- **Einfacher Start – Keine Kenntnisse nötig.**
- **Kein Perfektionsdruck – Freude am Prozess.**
- **Sofortiger Erfolg – Kleine Schritte, große Wirkung.**

Schau dir die Beispiele der Arbeiten von Teilnehmern aus diesem Kurs an. → → →  Zur nächsten Seite → 

Für mehr Informationen einfach den Link kopieren oder den QR-Code mit deinem Smartphone scannen: <https://lmy.de/lcOvQ>



PROF. RALF K. RÖTTJER

Die Magie der Linien

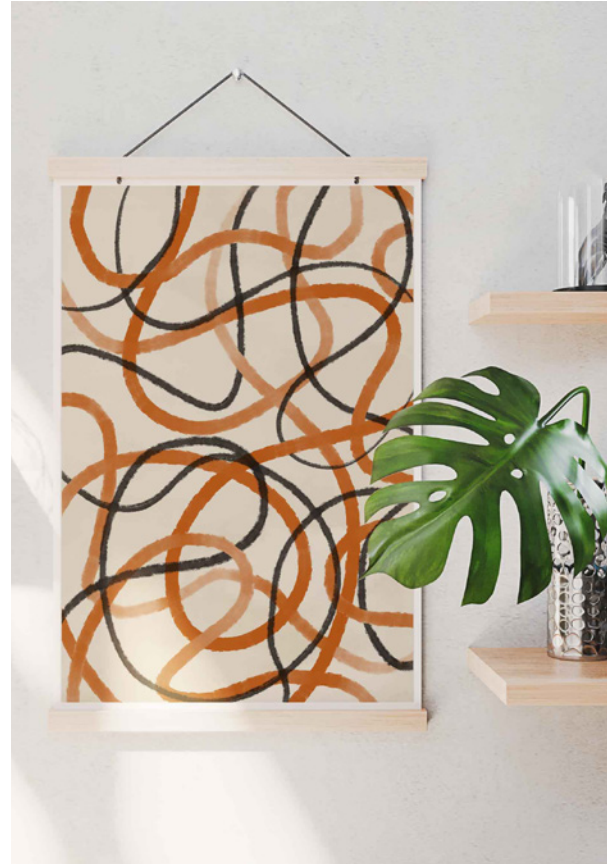
Wie sie deine
Kreation zum Leben
erwecken

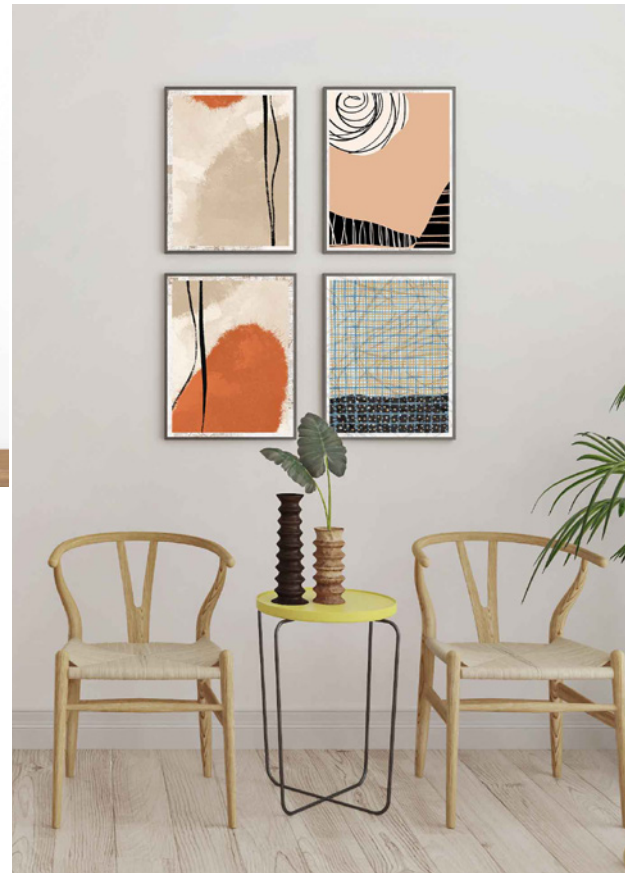
oder

Die Kunst des
Minimalismus

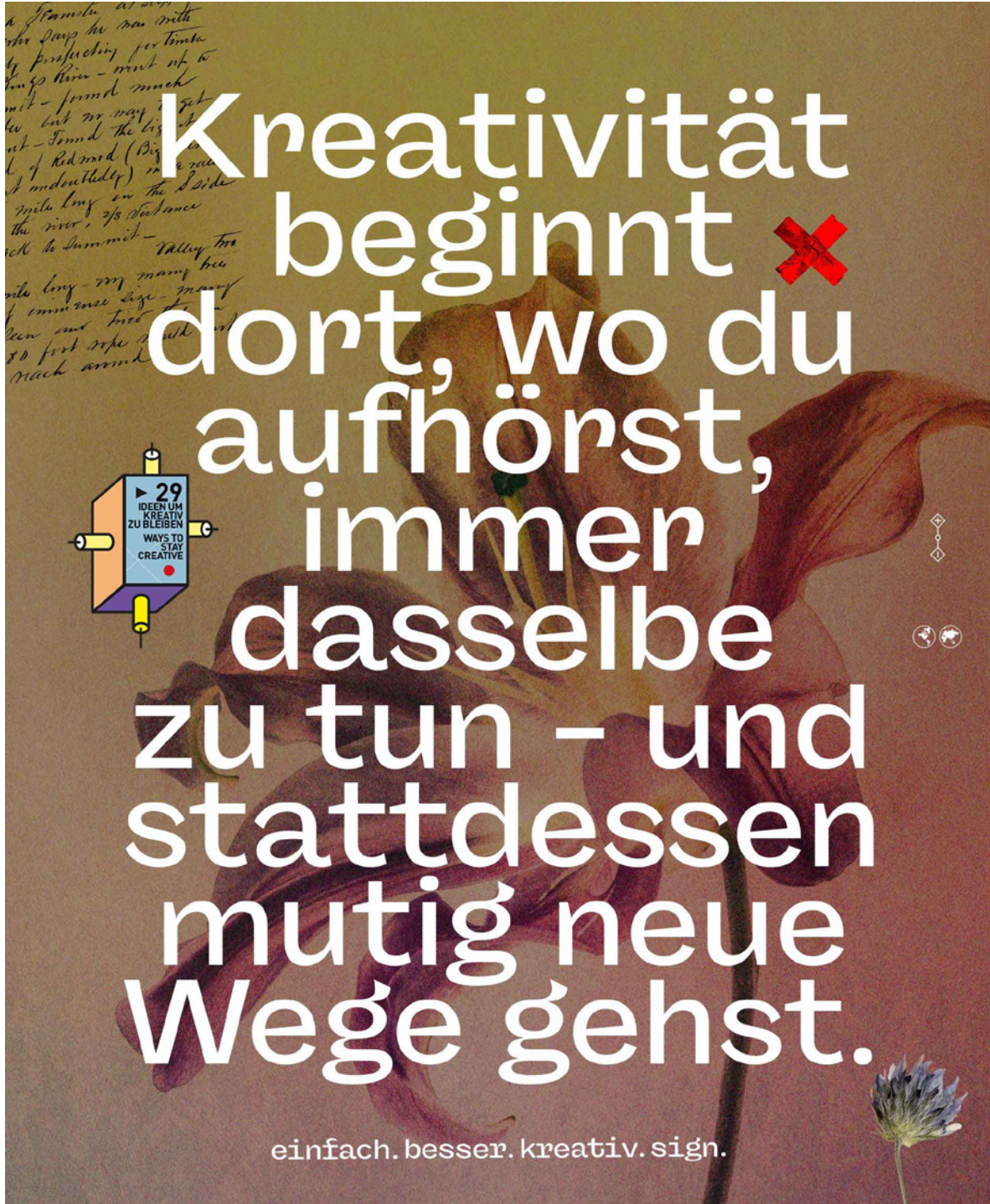








Das sind nur ganz wenige Beispiele, wie du mit der Power von einfachen Linien deine eigene Gestaltung kreieren kannst und dir so auch Poster, Greetingcards, T-Shirts, Einladungen usw. herstellen und, wenn du willst, sogar verkaufen kannst. Cool, oder?!



Kreativität beginnt dort, wo du aufhörst, immer dasselbe zu tun - und stattdessen mutig neue Wege gehst.



einfach. besser. kreativ. sign.