Schreibschnuppen to go

50+ Schreibimpulse für Feuer, Flow & Fantasie

Kennst du das auch?

Der Sonntagnachmittag liegt vor dir wie ein frisch gebügeltes Tischtuch – unbeschrieben, leer, irgendwie vielversprechend. Kein Teekränzchen, keine Deko, nicht einmal das Notizbuch liegt bereit. Nur du. Und der Wunsch zu schreiben.

Aber was?

Wenn du gerade in dieser Trägheit steckst, in der sich dein Hirn anfühlt wie im Halbschlaf und dir die Ideen davonschweben – dann ist genau jetzt der Moment, um das Tischtuch deiner Fantasie auszubreiten.

Und zu klecksen. Mit Worten. Mit Bildern. Mit dem, was sich in dir regt.

Meine Schreibimpulse sind wie kleine Farbtöpfe:

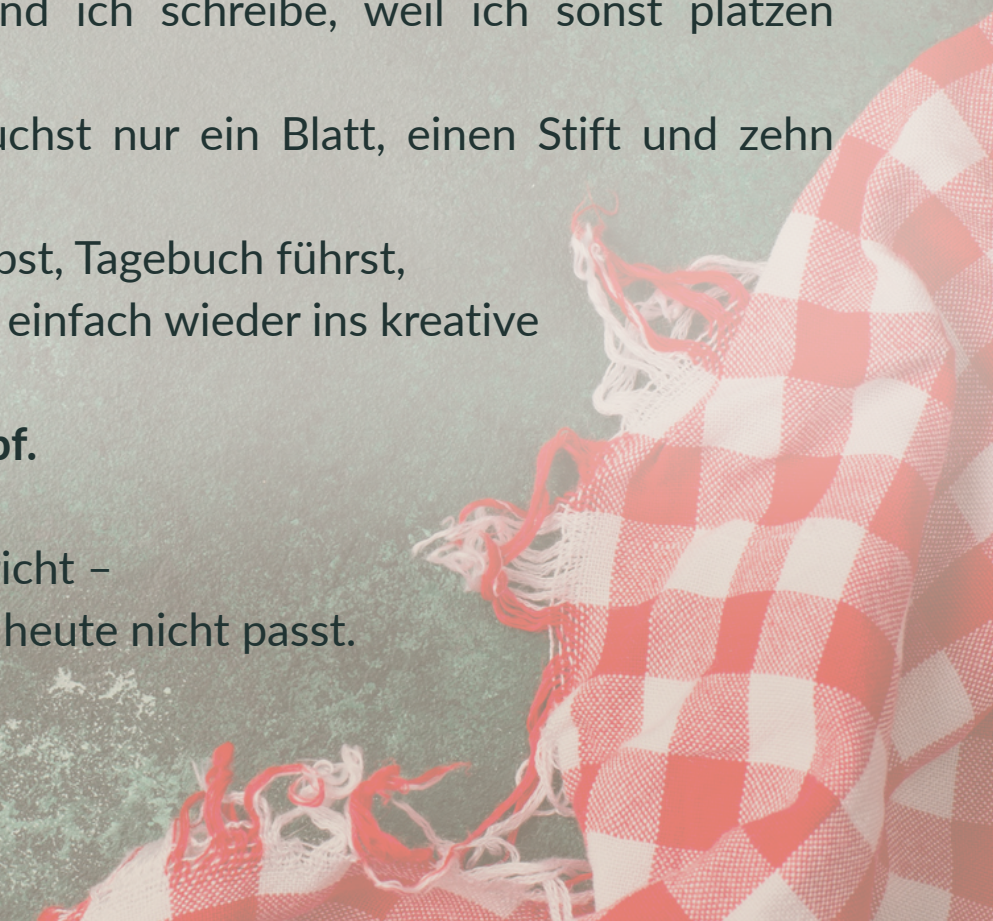
✨ **Sie schenken dir einen Einstieg, wenn dir die Ideen fehlen**
✨ **Mut, wenn der Kopf blockiert**
✨ **Spaß, wenn der Ernst des Schreibens zu schwer wird**

Ich bin Martina – und ich schreibe, weil ich sonst platzen würde.

Komm mit – du brauchst nur ein Blatt, einen Stift und zehn Minuten Mut.

Ob du Romane schreibst, Tagebuch führst,
Blogposts planst oder einfach wieder ins kreative
Tun kommen willst –
hier ist dein Startknopf.

Nimm, was dich anspricht –
und lass beiseite, was heute nicht passt.
Schreib einfach los.



Schreibschnuppen to go - Kategorien

🔵 **Einfache, kreative Kickstarts**
Mini-Übungen, Wortspiele und schnelle Sätze – ideal zum Loslegen, auch wenn du müde, überfordert oder blockiert bist.

🔴 **Verrücktes & Absurdes**
Schreibspielplatz für mutige Gedanken: Hier darf's schräg, bunt, chaotisch und einfach wild werden!

🟣 Stell **dir vor - Spielerisch-fantastische Visionen**
Fantasiereisen mit Türen, Prophezeiungen, Unsichtbarkeit und kleinen sprechenden Elfen. Magie inklusive.

🟢 **Fundstücke aus dem Alltag**
Dein Umfeld als Schatzkiste: Namen, Orte, Gegenstände und Dialoge – alles kann zum Funken werden.

🟠**Du und dein Schreiben**
Erforsche dein Schreib-Warum, umarme deine Visionen und finde deinen ganz persönlichen Einstieg in die Kreativität.

✨ **Martinas Schatzkästchen**
Tipps & Tricks aus dem Schreiballtag
Für Schreibzeiten, die klemmen. Für Alltagschaos und kreative Flauten. Hier findest du kleine Rituale, bewährte Kniffe und Mutmacher aus meiner eigenen Schreibpraxis

📬 Bleib in Kontakt
Schreib mir, wenn du magst – ich freu mich über Rückmeldungen oder kreative Grüße.

Einfache, kreative Kickstarts

- Eine Lieblingsszene aus einem Buch aufschlagen und einen Satz umformulieren. Das kann sehr witzig sein. Oder nimm einfach diesen einen Satz und fang damit was Neues an.

- Einmal laut sagen: „Ich schreibe jetzt einfach einen Satz.“ (Manchmal reicht das.) Und dann schreib ihn. Irgendeinen. Hauptsache, er steht da. Und wetten, er wird dich inspirieren mehr zu schreiben.

- Eine Tasse Tee (oder Kaffee, wenns sein muss) – mein Ritual für Kreativität. Das hilft fast immer. Meine Lieblingstasse und ein leckerer Tee, da schreibt es sich gleich viel leichter. Und wenn das nicht hilft?

- Such dir einen intelligenten Gesprächspartner und lass dich inspirieren und motivieren. Das kann KI sein, muss es aber auch nicht, ein normaler Mensch tuts auch, vielleicht sogar auch deine Katze.

- Hast du ein Lieblingswort? Schreib es in die Mitte eines weißen Blattes und dann tanz mit bunten Farben und Assoziationen drumherum, bis die großartige Idee entsteht, der du deinen nächsten Roman widmen willst.

- Schreib ein Wort auf aus deiner Umgebung: Sagen wir mal „Teetasse“, umkringele es und dann assoziiere wild drauf los. Gestalte dabei eine Mind Map mit Kringeln und Pfeilen und vielen wilden Spekulationen. Du wirst bald bei deinem Lieblingsthema ankommen. Sobald dich die Worte wirklich fesseln, die du notierst, starte eine Geschichte.

Einfache, kreative Kickstarts

- Schreib ein Wort auf aus deiner Umgebung: Sagen wir mal „Teetasse“, umkringele es und dann assoziiere wild drauf los. Gestalte dabei eine Mind Map mit Kringeln und Pfeilen und vielen wilden Spekulationen. Du wirst bald bei deinem Lieblingsthema ankommen. Sobald dich die Worte wirklich fesseln, die du notierst, starte eine Geschichte.

- Sich daran erinnern: „Niemand erwartet Perfektion, ich darf spielen.“ Ohhh Spielen, das macht das ganze gleich viel leichter. Niemand sagt, dass das, was bei diesem Spiel herauskommt, Sinn ergeben muss, deshalb alle Freiheit der Welt für dich.

- Eine Minute lang Wörter aufschreiben, die dir in den Kopf kommen – egal welche. Da wird dann schon eins dabei sein, dass deine Kreativität so richtig in Gang bringt.

- Ein Gedicht oder Lied hören und daraus einen neuen Satz ableiten. Oder schreib gleich ein eigenes Lied.

- Eine Frage stellen: „Was würde mein Charakter jetzt tun?“ Oder schreib eine Situation in der dein Charakter so richtig träge ist und dann verpass ihm einen Tritt in den Hintern.

- Ein kleines Ziel setzen: „Nur 5 Minuten. Danach darf ich aufhören.“ Stell am besten einen Timer und schreib in diesen 5 Minuten so schnell es geht. Korrigieren währenddessen verboten.

Verrücktes & Absurdes

- Geh in Gedanken in eine alte Bibliothek, schlag eines der uralten Bücher auf und finde eine Prophezeiung. Was steht da und was bedeutet es für dich. Denk dran, es hängt vielleicht an dir, eine ganze Welt zu retten.

- Nimm die Tür von Narnia: In welcher Welt landest du? Welche Wesen gibt es dort? Und wie besiegt man hier die böse Hexe?

- Plötzlich wird es nicht mehr Hell, das einzige Licht weit und breit ist dein Computer. Finde in deiner Geschichte den Lichtdieb und rette der Welt die Helligkeit.

- Du bist im Auftrag des Rates für vergessene Märchenfiguren dazu berufen, durch Märchen und Geschichten zu reisen, um verlorene, vergessene oder abhandengekomme Charaktere zu retten. Jetzt suchst du dir deine Utensilien für die nächste Abenteuerreise zusammen. Was nimmst du mit? In welche Geschichte, welches Märchen geht es? Wen musst du retten und warum? Und wozu brauchst du dort unbedingt den knallroten Lippenstift?

- Was wäre wenn? Nimm eine normale Situation und stell dir vor, was passieren würde, wenn genau in diese Situation etwas völlig Unwahrscheinliches hineinbrechen würde. Zum Beispiel Karl und seine Schwester sitzen beim Frühstück. Als Karl gerade sein Frühstücksei köpfen will, bemerkt er, dass aus dem Ei etwas zu schlüpfen beginnt: Ein Drachenbaby...was nun?

Verrücktes & Absurdes

- Schreibe ein Märchen aus einer ungewöhnlichen Perspektive. Aschenputtel aus der Sicht der bösen Schwester oder des Prinzen, der gar kein Prinz sein möchte. Dornröschen aus der Sicht eines entnervten Zwerges oder der bösen Stiefmutter oder Hänsel und Gretel aus der Perspektive eines Lebkuchens vom Haus der Hexe.

- Sei ein Detektiv: Finde ein (vielleicht magisches) Geheimnis und löse es.

- Wenn sich eins deiner Körperteile selbstständig machen würde, welches wäre es und was würde dann passieren?

- Jetzt mal eher ins Katastrophengenre: Stell dir vor, deine Stadt geht unter? Wie passiert das? Wer kann sich retten und wie kommst du heil aus dem Schlammassel raus? (Für alle Dystopiefreunde endet es natürlich in der endgültigen Katastrophe, alle anderen finden vielleicht einen fantastischen Ausweg um all die Schäden rückgängig zu machen)

- Dir wachsen über Nacht Flügel. Wo tragen sie dich hin? Und was erlebst du als fliegendes Wesen? Bist du ein Drache? Ein Adler oder tatsächlich Mensch mit Flügeln? Und wie reagiert deine Umwelt?

- Stell dir vor, du bist in der Hand eines schreibverrückten Despoten. Er gibt dir 15 Minuten Zeit um eine Geschichte zu schreiben, die ihn wirklich gut unterhält und nicht langweilt, sonst geht es dir an den Kragen, also schreib, was das Zeug hält.

- Dein Haustier beginnt zu sprechen und fordert von dir eine echte "Meerschwein"- "Katzen"- oder "Hunde"-Hero-Story. Was würdest du schreiben? Geht auch, wenn du kein eigenes Haustier hast, nimm einfach das vom Nachbarn oder der besten Freundin

Stell dir vor - Spielerisch-fantastische Visionen

- Stell dir vor, du bist Spezialist für magische Tiere. Beschreibe ein ganz neu entdecktes magisches Wesen. Wie sieht es aus, welche Fähigkeiten hat es und wieso ist es besonders schützenswert?

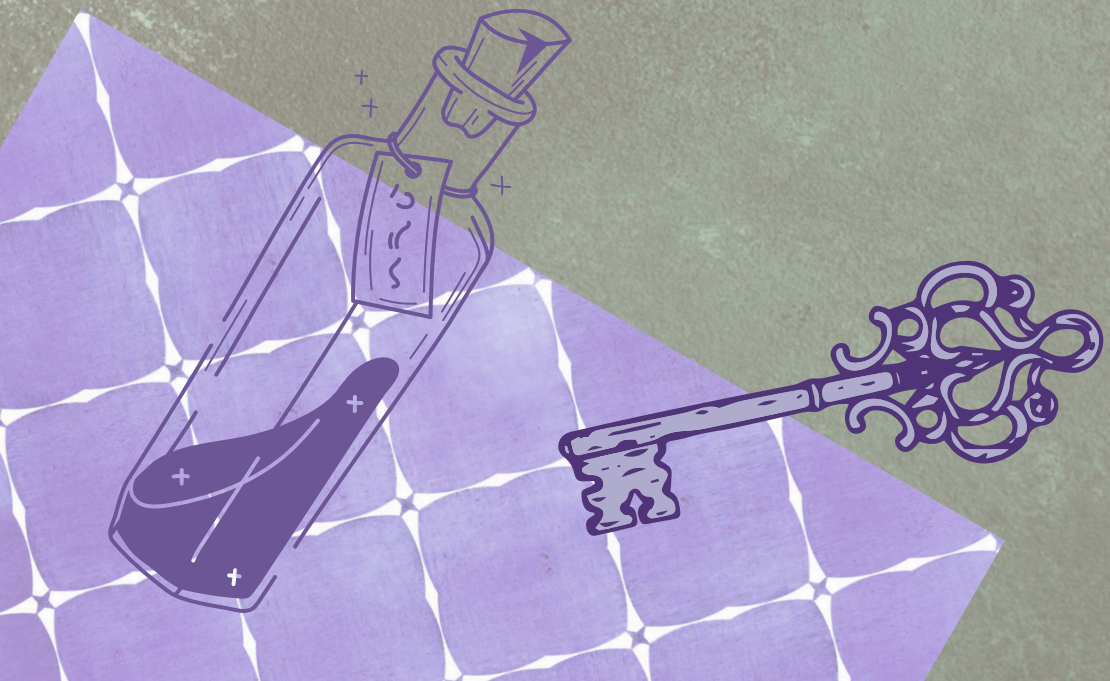
- Stell dir vor, du bekommst den Unsichtbarkeitsumhang, wo würdest du dich als erstes einschleichen und spionieren?

- Stell dir vor, deine Buchstaben werden lebendig und fordern von dir, dass du eine richtig lustige Geschichte schreibst. Nach jedem zweiten Satz protestieren sie. Was kommt dabei raus?

- Stell dir vor, du fällst ins Wasser und bekommst plötzlich Schwimmhäute. Wie würdest du reagieren?

- Stell dir vor, dein Beruf wäre Tiefseetaucher. Welche neue Spezies entdeckst du in den Tiefen des Ozeans?

- Stell dir vor, alle um dich herum reden plötzlich rückwärts. Schreib den Satz auf, den du als erstes verstehst und dann schreib was das Zeug hält, natürlich alles rückwärts.



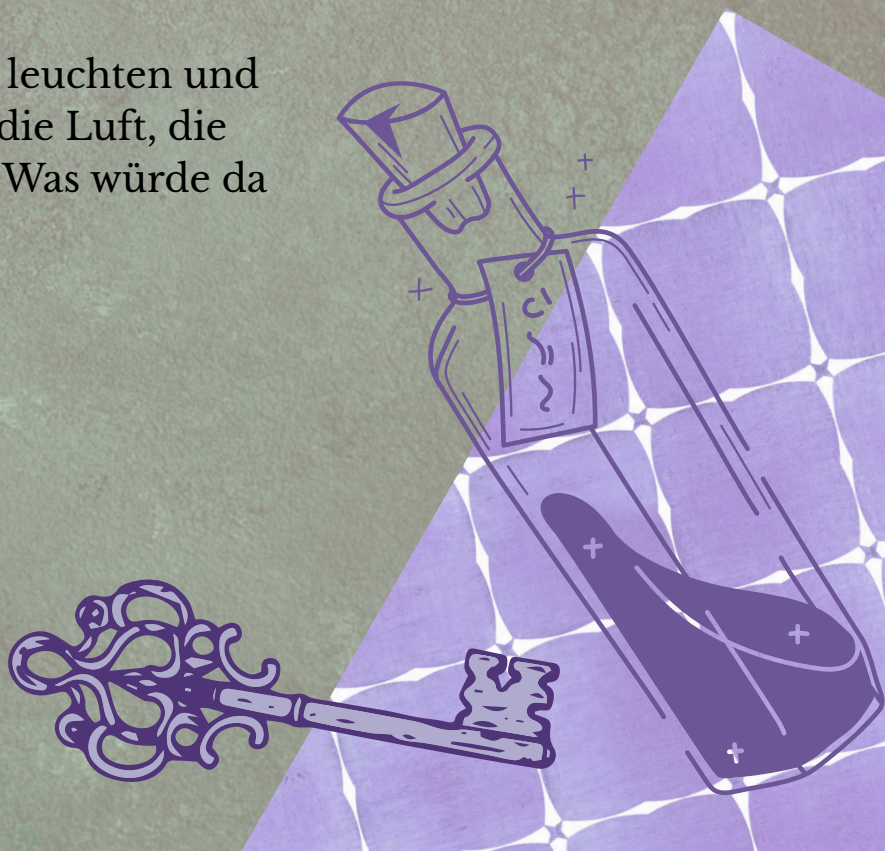
Stell dir vor - Spielerisch-fantastische Visionen

- Stell dir vor, du hast dir den Kopf an einer Kante angeschlagen. Vielleicht war das Fenster offen und du hast dich gebückt, um ein hereingewehtes Blatt aufzuheben. Beim Hochkommen stößt du dich derart, dass du bewusstlos wirst. In diesem Zustand begegnen dir allerhand merkwürdige Dinge. Schreib auf, was du siehst.

- Stell dir vor, wie sich an einem sonnigen Sommertag die Hitze flirrend über einem Weg zeigt, gehe hindurch und lande auf einem fremden Stern. Welchen Außerirdischen begegnest du? Oder nimm denselben Weg und lande in einem Land vor deiner Zeit. Wo bist du? Und wem begegnest du in der Vergangenheit?

- Stell dir vor, du bist in einem dieser alten Gärten und hast dich in einem Heckenlabyrinth verlaufen. Jetzt sitzt du irgendwo in der Mitte, der Spingbrunnen bezirpst dich und plötzlich wird die kleine Steinelfe an der Seite lebendig und spricht dich an. Was sagt sie? Glaubst du ihr? Und vertraust du ihr dein Leben an? In welches Abenteuer bist du hier geraten? Fang an zu schreiben.

- Stell dir vor deine Hände leuchten und du malst damit Worte in die Luft, die anderen Freude bringen. Was würde da am Ende stehen?



Fundstücke aus dem Alltag

- Schnapp dir ein Telefonbuch oder ein anderes Namensregister: Such dir zwei Namen aus und fang einen Dialog an. Lass die Redebegleitsätze erst mal weg, die kannst du später noch ergänzen. Tipp einfach mit, was Frau Maier und Herr Schubert zu reden haben.

- Geh in ein Café deiner Wahl und hör den Leuten zu. Manchmal ergeben sich daraus Ideen, was man schreiben könnte

- Nimm einen Gegenstand deiner Wahl: Sei es Stuhl, Handy oder Trompete, Glas oder Teller oder den Katzenkratzbaum und lass ihn erzählen. Da kommen herrlich wunderbar verrückte Storys raus.

- Was ist dein Lieblingsgericht? Egal ob besonders gesund oder eher figurschädlich, schreib auf, warum du unbedingt dafür sorgen musst, dass dieses Gericht dem König von Taralia zum Kosten überreicht wird.

- Dein Haushalt erklärt dir den Krieg. Schreib einen slapstickartigen Absatz ala Loriot, Dick und Doof oder Tom und Jerry.

- Such dir ein Bild, dass dich anspricht und fang an es zu beschreiben, die Szene, die Stimmung, was sagen die Personen, die zu sehen sind, oder wo liegt die Landschaft.

Fundstücke aus dem Alltag

- Mach einen Waldspaziergang und nimm die Natur bewusst war, suche dir einen Gegenstand, der dich inspiriert und nimm ihn mit. Der muss in deinem nächsten Text vorkommen.

- Such dir dein Lieblingsbuch. Was würde geschehen, wenn du hineinfallen und in dieser Geschichte landen würdest, wer wärst du? Was würdest du dort gerne ändern und welche Folgen hätte das?

- Schlag ein beliebiges Buch auf und such dir drei Worte, egal ob die auf einer oder auf drei Seiten stehen und fang eine völlig sinnfreie Geschichte mit diesen Worten an. (Wortanzahl kann man variieren, sie können auch aus drei verschiedenen Büchern stammen.)

- Welches Spiel, spielst du am liebsten? Stell dir vor, es geht um Leben und Tod. Wie kam es dazu, dass du gerade dieses Spiel zu diesem Einsatz spielen musst.

- Du verreist gerne? Wo warst du zuletzt in Urlaub? Beschreibe einen Ort, an dem du gerne wärst, träum dich dorthin und dann überleg dir, was diese Idylle gefährden könnte und wie du zur Rettung eilst.

Du und Dein Schreiben

- Einen Satz schreiben, der mit „Ich wollte heute eigentlich nicht schreiben, aber…“ beginnt.

- Hast du eine Vision für dein Leben? Für dein Schreiben? Hast du sie schon einmal in Worte gefasst? Wenn nicht, ist jetzt der Zeitpunkt, male mit deinen Worten deine Zukunft in glühenden Farben. Du darfst gern übertreiben.

- Umarme dich selbst und flüster dir ins Ohr. Was würdest du nur dir selbst sagen (es sollte ermutigend sein) Und jetzt schreib über dich selbst. Was du liebst, warum du schreiben willst, was du gut kannst. Sei nett zu dir.

- Hast du ein Lebensmotto? Eine Prämisse? Irgendetwas, dass du deiner Nachwelt unbedingt hinterlassen oder sagen willst? Wenn nicht, gib dir jetzt zehn Minuten Zeit drüber nachzudenken und dannn fang an zu schreiben, egal wie sinn- oder unsinnhaft das ist, was dir eingefallen ist.

- Such dir deinen Lieblingsplatz (im Garten, auf dem Sofa) und tue 5 Minuten gar nichts. Und dann schnapp dir den ersten Gedanken der kommt und schreib ihn auf.

Du und Dein Schreiben

- Schreib einen imaginären Brief an deine/n Lieblingsverwandte/n und erzähl ihm, was du so nett an ihm findest.

- Und gleich noch ein Brief: Liebesbrief an dich selbst. Was kannst du richtig gut? Welches Körperteil an dir liebst du? Wo fühlst du dich besonders wohl. Gib dir selbst deine besten Lebenstipps. (PS: Nicht nur gut zum Ins-schreiben-kommen, sondern auch für die eigene Seelenfürsorge)

- Was passiert, wenn du dein erstes eigenes Buch ausgeliefert bekommst? WIe fühlst du dich? Was wirst du tun? Schreib eine grandiose Vision auf, wie dein erstes Buch dich verändern wird.

- Autorin sein ist mehr als schreiben. Schreib auf, wie es sein wird Lesungen zu halten, Interviews zu geben, Mutig zu sein, deinen Blog weiter zu betreiben, Bücher zu verkaufen, mit Verlagen zu verhandeln etc....Was magst du davon, was nicht? Und warum?

- Musik auf die Ohren, Augen zu und Bilder entstehen lassen: Male eins deiner schönsten Bilder mit Worten aufs Blatt oder in den Laptop.

- Erinner dich an einen der mahnenden oder unangenehmen Sätze deiner Kindheit und schreib eine glühende Rede, warum man diesen Satz Kindern nie sagen sollte.

✨ Martinas Schatzkästchen

Was mir hilft zu schreiben?

Mach eine Verabredung mit dir selbst:
Jeden Tag 15 Minuten Schreiben, egal, ob Sonntags, Feiertags oder Urlaub. 15 Minuten sind nicht zu lang, man kann sie immer einbauen: Vor dem Frühstück zwischen zwei Terminen oder auch Abends nach dem abendessen oder vor dem Zubettgehen. Wenn du 3 Stunden am stück planst, kommt bestimmt, was dazwischen und an wie vielen Tagen hats du wirklich 3 Stunden übrig. Wenn man jeden Tag dran bleibt, dann reichen auch 15 Minuten um vorwärts zu kommen, man muss sich nicht einarbeiten, man hat präsent, wo es weitergehen soll und kann gleich einsteigen.

Und wenn nicht?

Suchst du dir aus meinen 55 Ideen eine aus und schreibst einfach mal Quatsch, Hauptsache, du hörst nicht auf zu schreiben. Und wenn du dann doch mal mehr Zeit hast, als 15 Minuten und wirklich im Flow bist, hindert dich ja keiner, dann länger zu schreiben. Sollte es aber am eigentlichen Thema nicht gehen (ich hatte das manchmal, dass am Roman nichts weiterging, dann nimm dir die Zeit und schreib irgendwas, Hauptsache, du schreibst überhaupt.
Nimm dir dann aber später Zeit zu reflektieren, warum es am eigentlichen Mauskript nicht weiter geht, denn oft stecken Strukturprobleme dahinter.

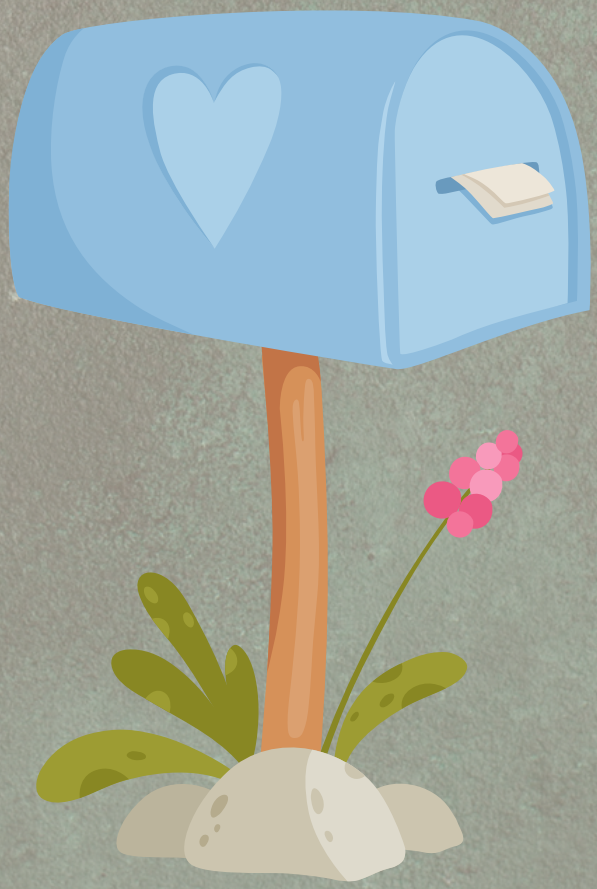
✨ Martinas Schatzkästchen

Wenn ich nicht weiß, wie mein Protagonist handeln würde, dann muss ich mich um seine Figurenentwicklung kümmern. Wenn er zickt, dann hab ich vielleicht einen Fehler in der inneren Logik oder ein sogenanntes Plotloch. Bei mir jedenfalls sind Schreibblockaden oft auf solche Ungereimtheiten in den Handlungssträngen zurück zu führen.
Und dann hilft alles nichts:
Einen Schritt zurücktreten und die Story insgesamt nochmal überdenken. Meistens löst sich die Schreibblockade, wenn ich den Knoten im Hirn löse und erkenne, warum und wieso ich hänge und was ich machen kann.

Wie starte ich?
Mit Musik und Tee. Immer meine Lieblings-Schreibtasse, die mir ein guter Freund geschenkt hat. Hast du auch eine Lieblingstasse? Ah und meine Lieblingsmusik (bei mir zur Zeit Lobpreis, kann aber auch Rock oder Pop sein oder klassische Musik, was dir eben so liegt) Manchmal höre ich Musik nur vorher, manchmal nehme ich sie mit ins Schreiben. Für bestimmte Stimmungen, die ich schreiben will, hab ich Playlists, zum Beispiel für den Bösewicht, Musik, die mich ein bisschen mehr in aggressive Stimmung bringt (ohne mich wirklich zu nerven, sie ist einfach mit mehr Energie und Schlagzeug und so) Ein ruhiger, gemütlicher Platz, das kann immer derselbe sein (Schreibtisch, Küchentisch) oder auch variieren.

Probier aus, was für dich funktioniert:
Dein Lieblingsplatz am Fenster? Auf dem Sofa, im Gartenhäusschen? Oder im Cafe? Ich bin im Cafe nicht gut, ich kann mich dort nicht konzentrieren, andere inspiriert es total...
Der Platz kann überall sein. Aber, es sollte aufgeräumt sein, zumindest einigermaßen, damit dich deine eigene Unordnung nicht vom Schreiben ablenkt.
Wenn die Todoliste sich aufdrängt, dann schreib sie kurz auf einen Notizzettel oder in dein Bullet Journal, dann ist sie aus dem Kopf.

📬Bleib in Kontakt/ Schreib mir

Ich hab dir meine Schreibschnuppen geschickt. Vielleicht hat die ein oder andere bei dir gezündet – wunderbar. Kurse, Blog und Mailkasten stehen offen. Du bist willkommen.

- 📚 Schreibkurse: kreative-schreiberei.de/kreative-kurse
- 📝 Blog: kreative-schreiberei.de/blog
- 📬 Schreib mir: info@kreative-schreiberei.de