

# treffpunkt

01 2025

Autorenmagazin der Schule des Schreibens

**Interview**  
Daniela Peter,  
Lektorin bei  
HarperCollins

**Kreativität  
ist trainierbar!**  
Story-Coach Vera Gercke  
über den kreativen  
Prozess

*SPEZIAL:*

## Wie gefällt dir mein Buch?

Von Testlesenden wertvolles  
Feedback zum Text erhalten

# Kreativität ist trainierbar!



**Story-Coach Vera Gercke lädt zu einem wunderbaren Trainingsparcours ein - für den Geschichtenerzähler und die Geschichtenerzählerin in uns**

Von Daniela Nagel

In unserer modernen Gesellschaft hält sich immer noch hartnäckig der Glaube, dass kreatives Talent angeboren ist und dass man entweder als Geschichtenerzähler oder Geschichtenerzählerin geboren wird oder eben nicht. Diese Vorstellung ist tief in unserer Kultur verwurzelt und in Deutschland mit dem sogenannten Geniekult und mit der romantischen Vorstellung des einsam schaffenden Künstlers verfestigt, der durch sein angeborenes Talent großartige Werke schafft. Doch ist kreatives Talent wirklich eine Frage der Gene?

Vera Gercke ist Studienleiterin des Lehrgangs „Kompaktkurs Kreatives Schreiben“, moderiert die begleitenden Kreativitätswebinare und hat das Trainingsbuch *Auf die Lücke, fertig, los!* geschrieben und gerade veröffentlicht. Wir freuen uns, dass sie als Expertin auf dem Gebiet der Kreativität dem Treffpunkt für ein Interview zur Verfügung steht, um ein wenig Licht ins Dunkel des Mythos Kreativität zu bringen. Vielleicht ist doch weniger am Geniekult dran als gedacht und in jedem von uns schlummert eine kreative Geschichtenerzählerin oder ein kreativer Geschichtenerzähler.



## Vera Gercke

Jahrgang 1970, geboren und aufgewachsen in Heidelberg, gelernte Zierpflanzen-Gärtnerin, überzeugte Autodidaktin und begeisterte Self-made-Wissenschaftlerin, arbeitete lange in Köln als Aufnahmeleiterin beim Film und TV. Mit ihrer ersten Schwangerschaft wandte sie sich vor über zwanzig Jahren dem Schreiben zu. Heute lebt und arbeitet sie in Wesseling, schreibt Konzepte und Scripts für's Fernsehen und unterrichtet Kreatives Schreiben, erstellt Lehrmaterial für die Schule des Schreibens und gibt regelmäßig Webinare zu vielfältigen Schreibthemen. Ihr Arbeitsplatz befindet sich in einem ausgebauten Bauwagen mit Blick auf Felder, Voreifel und Wolkenformationen. „Auf die Lücke, fertig, los!“ ist ihr erstes Arbeitsbuch für Autoren und Autorinnen.

**treffpunkt:** Liebe Frau Gercke, glauben Sie, dass die Gabe der Kreativität in jedem Menschen gleichermaßen schlummert und nur geweckt werden muss? Wieviel Talent braucht es für die Kreativität?

**Vera Gehrke:** Grundsätzlich bin ich davon überzeugt, dass der Mensch ein durch und durch kreatives Wesen ist, das sich ständig in Schaffensprozessen befindet – bewusst oder nicht. Heute verfügen wir über wachsende Kenntnisse darüber, was beim aktiven oder passiven Denken in unserem Gehirn vor sich geht. So wissen wir immer genauer Bescheid darüber, was es auf der neuronalen Ebene mit der Kreativität auf sich hat. Und dieses Wissen lässt sich methodisch anwenden. Ja, ich glaube, dass jeder Mensch das Zeug dazu hat, kreativ zu sein, sich seiner Kreativität bewusst werden kann und diese trainieren kann. Dafür braucht es kein besonderes Talent. Aber es braucht die Bereitschaft, Neues zu denken und dem Prozess zu vertrauen.

Sie kommen ursprünglich vom Fernsehen und dort sind bei allen bunten Ideen Struktur, strenge Formatvorgaben und Teamwork gefragt – ein Kontrast zu Autor/innen, die erst mal schreiben können, was und wie sie wollen. (Markt- und Genrevorgaben lassen wir jetzt erst mal außen vor). Stand das Ihrer Kreativität im Wege oder ist Struktur sogar ein guter Rahmen für Kreativität?

### Struktur - kein Feind des Schöpferischen, sondern hilfreicher Rahmen

**VG:** Mein Bewusstsein für den kreativen Prozess ist durch die Arbeit beim Fernsehen überhaupt erst entstanden – eigentlich aus der blanken Not heraus. Hier musste ich in so kurzer Zeit so viele Ideen generieren und ausarbeiten, und das über einen Zeitraum von zehn Jahren, dass mir nichts anderes übriggeblieben ist, als mir selbst Methoden zu erarbeiten, um dem Pensum standzuhalten. Das hat mich noch viel mehr begeistert als das Schreiben selbst. Und so habe ich angefangen, meinen Kollegen und Kolleginnen beizubringen, wie sie sich dahin bringen, im richtigen Moment die richtigen Ideen zu produzieren. Und was die Struktur angeht: Für mich gibt es kein Schreiben ohne Struktur. Wenn ich mir keine Grenzen setze, dann habe ich auch nichts, woran ich mich schriftlich abarbeiten kann. Für mich ist Freiheit eine Frage von Struktur.

Ihr Buch *Auf die Lücke, fertig, los!* ist sozusagen ein Trainingsprogramm für die Kreativität im Bereich des Geschichtenerzählens. Beziehen sich die Übungen hauptsächlich auf das Schreiben von Romanen oder sind sie für jede Art des Erzählens hilfreich? Also auch für Gedichte, Storytelling etwa im Rahmen des eigenen Social-Media-Auftritts oder Drehbücher?



**Auf die Lücke, fertig, los!**  
52 Schreib-Workouts für die Ideen dazwischen  
Trainingsbuch, 182 Seiten  
Books on Demand,  
ISBN: 978-3769306064

**VG:** Die Übungen in meinem Buch sind für alle Menschen gedacht, die Lust haben, ihr Gehirn aktiv kreativ zu nutzen. Man muss noch nicht mal Autor oder Autorin sein dafür. Was man hier trainiert, ist, eingeschlossene Denkbahnen zu verlassen und mal was Neues auszuprobieren, sich mal was vorzustellen, was man sich vorher noch nie vorgestellt hat. Ohne dass die Trainierenden es merken, fangen Sie bei den Übungen an, Verstand und Intuition gleichzeitig zu benutzen.

Was unterscheidet Ihr Buch von den klassischen Schreibratgebern, die sich vor allem mit Techniken wie Figurencharakterisierung, der Plotentwicklung oder dem Spannungsaufbau beschäftigen?

### Denkblockaden überwinden und Kreativität befeuern

**VG:** Alles. Mein Buch ist kein Ratgeber. Ich erkläre hier weder Dramaturgie noch gibt es Hinweise für guten Stil. Wer das sucht, ist mit meinem Buch nicht gut bedient. In *Auf die Lücke, fertig, los!* geht es darum, sich Schreibfit zu machen, indem man seine Denkblockaden kennenlernt, überwindet und die Vorstellungskraft herausfordert.

Sie schreiben davon, dass Sie in den Übungen alle Sinne ansprechen. Warum ist das so wichtig und warum wird das so oft vernachlässigt in der Ratgeberliteratur?

**VG:** Sinneswahrnehmungen mit Sprache auszudrücken, ist ein sehr starkes Werkzeug. Es schlägt eine Brücke zwischen Autor/in und Leser/in. Wenn es gelingt, bei den Leser/innen über deren Verstandesaktivität des Lesens die Erinnerung an sinnliche Wahrnehmungen zu wecken, erreichen wir ihr Unterbewusstsein. Und da wollen wir hin, um Gefühle zu erzeugen.

Mit der Kreativität ist es wahrscheinlich wie mit dem Sport. Wir könnten alle viel mehr aus unseren Muskeln rausholen, wenn wir sie trainieren und die Technik lernen. Aber es gibt ja auch überzeugte Sportmuffel, die sich selbst durch Argumente wie mehr Gesundheit und bessere Laune nicht vom Sofa locken lassen. Gleichzeitig braucht ja nicht jede/r Höchstleistungen anstreben, wenn der Sport nur Hobby und Ausgleich ist. Welche Argumente für das Trainieren der Kreativität würden Sie Kreativitätsmuffeln mitgeben, die niemals auch nur eine Kurzgeschichte schreiben möchten? Warum tut die Aktivierung der Kreativität nicht nur Menschen gut, die ihre Geschichten teilen wollen?

**VG:** Ich überzeuge keine Muffel. Dafür ist mir meine Zeit zu schade. Ich kann nur mit Überzeugung sagen: Wer seine Vorstellungskraft nicht benutzt, und genau die wird ja mit meinen Übungen trainiert, muss sich nicht wundern, wenn ihr oder sein Leben von außen gesteuert wird. Wollen wir unsere Leben und die Gesellschaft aktiv mitgestalten, brauchen wir Köpfe. Und je besser dieses arbeitet, desto besser für uns.

## Vera Gerckes **3 kurze Lieblingsübungen,** um die eigene Kreativität in Schwung zu bringen



**1.** Meine Lieblingsübung ist im Grunde ganz einfach: ich fasse einen Gegenstand ins Auge und stelle mir vor, wie sich seine Größe verändert. Ich lasse ihn schrumpfen und wachsen. Dann wird aus einem Kaffeebecher zum Beispiel plötzlich ein gigantischer Vulkankrater. Und schon kraxeln kleine Wesen darauf herum und machen mir eine lange Nase. Wer kann da noch schlechte Laune haben?

**2.** Eine zweite Übung, die für mich auch immer wunderbar funktioniert: Ich stelle mir vor, dass sich die Schwerkraft verändert, abschwilt und nachlässt, ganz aussetzt oder so stark ist, dass ich keinen Fuß mehr vom Boden anheben kann. Und dann versuchen Sie mal in Gedanken, den Bus zu erreichen!



**3.** Eine dritte Übung besteht daraus, dass ich mich aus der Zukunft heraus an heute erinnere. Dafür vervollständige ich den Satz „Ich erinnere mich ...“ wieder und immer wieder, stelle mir vor, was heute normal ist und wir in der Zukunft möglicherweise belächeln. Das klingt dann zum Beispiel so: Ich erinnere mich daran, dass wir früher selbst Autos beschleunigt, gesteuert und gebremst haben. Was für ein Wahnsinn!

Kennen Sie selbst eine starke Kreativitätsblockade, etwa die Angst vor dem weißen Blatt oder die Situation, dass Ihnen einfach keine Idee kommt, obwohl die nächste Abgabe kurz bevorsteht? Setzen Sie Ihre eigenen Methoden dann ein?

### Die Idee ist das Ergebnis eines aktiven Prozesses

**VG:** Natürlich kenne ich diese Angst. Sonst hätte ich gar nicht angefangen, mich mit dem Thema zu befassen. Aber seit ich weiß, dass die Idee kein Zufallsprodukt ist, sondern Ergebnis eines aktiven Prozesses, den ich selbst in der Hand habe, kann ich auch was dafür tun, dass mich der Geistesblitz trifft. Es vergeht kein Tag, an dem ich nicht meine Methoden selbst anwende. Für mich sind es ja auch keine Methoden in dem Sinne. Es ist meine Art zu arbeiten. Die Methode ist der Versuch, das anderen nahezubringen. Weil es bei anderen auch funktioniert. Das erlebe ich täglich in meinen Kursen.

Haben Sie Vorbilder im Bereich Kreativitätstraining? Mir fallen spontan Julia Cameron mit den berühmten Morgenseiten und dem Künstlertreff sowie Elizabeth Gilbert ein, für die Kreativität vor allem bedeutet, empfängsbereit für die Ideen zu sein, die umherschwirren.

**VG:** Ja, mit Julia Cameron, Elizabeth Gilbert und Mihaly Csikszentmihalyi bin ich natürlich auch in das Thema eingestiegen und habe mir ganz viel von ihnen abgeschaut. Aktuell hänge ich mit Faszination an den Lippen von Zukunftsforscherin Florence Gaub. Wenn ich ihr zuhöre, denk ich immer, alles, was sie sagt, könnte von mir sein, wenn ich klüger, gebildeter und erfolgreicher wäre (zwinker). Weil ich das aber nicht bin, bin ich dankbar, dass es sie gibt.

Das klingt nach einem guten Tipp, den wir auf jeden Fall mit in die Literaturliste nehmen. Immer mehr Menschen

experimentieren mit Künstlicher Intelligenz, die in ein paar Sekunden auf ein paar Stichworte hin sehr bunte Bilder oder wilde Plots entwirft. Was halten Sie davon? Macht uns das auf Dauer un-kreativ und faul oder kann die KI unsere Kreativität beflügeln?

### Auch mit Künstlicher Intelligenz bleiben wir die, die das Steuer in die Hand nehmen müssen.

**VG:** Ich bin der Meinung, dass KI die Kreativität beflügeln und unterstützen kann, sofern man über einen dynamischen und flexiblen Denkapparat verfügt. Wer mit KI kreativ arbeiten will, muss sowohl wissen, was er oder sie von der KI genau will, ob es brauchbar ist, was sie ausspuckt, und muss selbst daraus etwas Gutes machen. Für mich gilt bei der Arbeit mit KI: Ich bin und bleibe die Chefin in meinem Kreativ-Universum. Wenn ich diese Position an die KI abgebe, dann bin ich nicht mehr die Urheberin meiner Werke und aus dem Prozess ausgestiegen. Für mich ein No Go. Vermutlich wird in Zukunft klischeehafte Unterhaltungsliteratur nur noch von KI geschrieben werden. Aber auch die muss von Menschen geprüft, korrigiert und abgenickt werden. Aber gute Bücher, die werden weiterhin von Menschen geschrieben. Ich kann daher allen Autor/-innen nur raten, sich damit auseinanderzusetzen, was für ein/e Autor/in sie in der Zukunft sein wollen und worüber sie schreiben möchten.

Was sind die größten Feinde der eigenen Kreativität?

**VG:** Wenn ich sehr müde bin, kann ich nicht kreativ sein, wenn ich krank bin, passiert nichts in meiner Schaltzentrale – aber dann kann mir auch jede Kreativität gestohlen bleiben. Wenn ich mich niedergeschlagen fühle, dann wird es auch dunkel. Aber dagegen tue ich dann auch was: zum Beispiel mache ich eine Schreibübung aus meinem Buch! Dann geht das Licht in der Birne ganz schnell wieder an.

## Wir räumen auf mit 5 Mythen über Kreativität!



### Mythos I: Kreativität ist angeboren

**Realität:** Das Potenzial, sich etwas vorzustellen, auszudenken und daraus etwas zu erschaffen, ist durch und durch menschlich. Jeder Mensch ist mit dieser Fähigkeit ausgestattet. Manche nutzen diese Kraft mehr als andere, haben einen leichteren Zugang zu ihr als andere. Aber mit Übungen, Know-how und Spielfreude kann jeder Mensch kreativ sein.

### Mythos II: Kreativität ist chaotisch und unorganisiert

**Realität:** Kreativität folgt einem ganz bestimmten Prozess, der meist unbewusst abläuft. Wenn man sich diesen Prozess aber erlernt und ihn bewusst anwendet, stellt man fest: Kreativität ist nicht zufällig, hat Phasen, in denen Chaos herrscht und Phasen, in denen sich das Durcheinander sortiert. All das gehört mit zum Ablauf.

### Mythos III: Kreativität ist nur was für Künstler-Typen

**Realität:** Kreativität findet in allen Lebens- und Berufszweigen statt: in der Kultur genauso wie in der Wissenschaft, in der Technologie genauso wie in der Landwirtschaft. Wo Probleme gelöst werden müssen, wo man über Innovationen nachdenkt, da ist Kreativität im Spiel.

### Mythos IV: Kreativität stellt sich unerwartet und plötzlich ein

**Realität:** So scheint es zu sein. Aber es ist ein Irrtum. Was wir als Inspiration oder Geistesblitz bezeichnen, ist nur der Output des kreativen Prozesses. Ist uns nicht bewusst, dass dieser im Hintergrund abläuft, weil wir vielleicht über ein Problem nachdenken, dann halten wir die Idee für einen Zufall.

### Mythos V: Kreativität braucht völlige Freiheit

**Realität:** Wer in der absoluten Grenzenlosigkeit versucht, einfallsreich zu sein, hat es verdammt schwer. Aber wo Abgabetermine, Anforderungen, Budgets, klare Abmessungen, Themen, zu verwendendes Material oder Umfang vorgegeben werden, kann sich die Kreativität viel besser entfalten.

Das mit der Müdigkeit oder dem Krankheitsgefühl kann ich gut nachvollziehen. Das mit der Niedergeschlagenheit oder anderen düsteren Gefühlen dagegen sorgt nach den gängigen Schriftsteller/innenklischees ja oft erst für tiefe, literarische Werke. Das sehen Sie nicht so, dass es eigenes Leid für die Kreativität braucht? Das Drama im Leben die Kreativität beflügelt?

**VG:** Wo großes Leid auf Kreativität trifft, entstehen oft tiefgründige Werke – nicht nur in der Literatur, das glaube ich schon. Das hat meiner Meinung nach aber weniger mit dem Leiden an sich zu tun, sondern damit, dass diese Menschen von etwas bewegt sind, das sie ausdrücken wollen, kurz: Sie haben was zu sagen. Auch als positiv eingestellter Mensch oder als Person mit wechselhaften Gefühlen kann mich etwas bewegen, über das ich dringend schreiben möchte. Außerdem lasse ich mir von keinem Mythos darüber, wie jemand zu sein hat, der oder die Texte verfasst, vorschreiben, wie ich mich zu fühlen habe.

Für Sie ist Kreativität also kein seltenes Zufallsprodukt oder etwas höchst Exklusives, etwa in Form einer Muse, die einen unberechenbar küsst, sondern etwas, das wir bewusst herbeiführen können?

**VG:** Genau, für mich ist Kreativität kein luxuriöser Ausnahmezustand, in den man sich ab und zu begibt. Für mich ist es eine Lebenseinstellung und die bewusste Nutzung meines Gehirns. Wenn ich kreativ bin, fühle ich mich lebendig. Und diesen Zauber möchte ich gerne weitergeben.

Vielen Dank und viel Erfolg mit Ihrem Buch!

### ✦ ✦ Weitere Literaturtipps zum Thema Kreativität:



Julia Cameron:  
**Der Weg des Künstlers**  
Knaur MensSana TB  
352 Seiten  
ISBN: 978-3426878675



Mihaly Csikszentmihalyi:  
**Flow und Kreativität**  
Klett-Cotta, 648 Seiten  
ISBN: 978-3608948226



Elizabeth Gilbert:  
**Big Magic**  
Fischer Verlag  
320 Seiten  
ISBN: 978-3596034932