

Als Abschluss der Open House-Tage im writers´studio findet bei freiem Eintritt am Sa, 23. Sept. 2017 um 18:30 Uhr eine

Mini-Lecture von Dr. Birgit Schreiber aus Bremen statt:

„Neues Tagebuch: Heute über gestern für morgen schreiben“

„Journal writing“, so heißt der amerikanische Begriff für eine moderne Form des Tagebuch-Schreibens, die Dr. Birgit Schreiber aus Bremen an diesem Abend in einem kleinen Vortrag vorstellt. Das Journal- oder auch das neue Diary-Schreiben geht auf Pionierinnen wie Tristine Rainer und Kay Adams zurück und ist heute so aktuell wie nie zuvor. Es geht dabei darum, sich in einer schneller und bunter werdenden Welt selbst ein guter Freund, eine Begleiterin und Ratgeberin zu sein. Ganz nebenbei entstehen Lebenserfahrungen in Prosatexten, Bildern, Zeichnungen, Gedichten, die noch Jahre später Freude und Erinnerungen wecken können oder zur Basis für die eigene Autobiografie (Memoir) werden können.

Das Journal Writing macht sich Erkenntnisse über das heilsame Potenzial expressiven Schreibens zunutze ebenso wie über die magische Wirkung „poetischer Kompetenz“, der Fähigkeit, dem Alltag eine spannende neue Dimension hinzuzufügen.

„Wer täglich schreibt, kommt sich selbst auf die Spur, bleibt auf der Spur und legt neue Spuren“, sagt Birgit Schreiber.

Das Journal Schreiben solle nicht dem Diktat der ständigen Selbstverbesserung dienen, sondern eine Spielwiese bieten, einen Möglichkeitsraum, in dem Schreibende ihre ganz eigene Lebenskunst und -zufriedenheit im ganz eigenen Tempo und Stil entdecken können.

Dr. Birgit Schreiber aus Bremen, Autorin von „Schreiben zur Selbsthilfe“ (Springer 2017), promovierte in Biografieforschung (Versteckt, Campus 2005). Als gelernte Redakteurin schreibt für „Psychologie Heute“, sie ist zertifiziert als Poesie- und Bibliothérapeutin (FPI, Hückeswagen), als systemischer Coach (ibaf, Hamburg) und „Journal to the Self“(JTTS)-Instructor (ICT, Denver). Seit zehn Jahren gibt sie Kurse zum biografischen und beruflichen Schreiben an Universitäten, Behörden und im Bremer Schreibstudio. Auch im writers´studio Wien hält sie das Seminar „Journal the Self:18 Methoden für mehr Abwechslung, Tiefe und Perspektive im täglichen Schreiben nach Kathleen Adams, Center for Journal Therapy, Denver, USA“.

