



Design. Made in Germany.

C. JOSEF LAMY GMBH
Grenzhöfer Weg 32
69123 Heidelberg
www.lamy.com

Myriam Bohr
Marketing-Services / Medien
Telefon: +49 6221-843 102
Fax: +49 6221-843 339
E-Mail: myriam.bohr@lamy.de

Thema: Expertenbeirat
Medium: Psychologies

Die Magie der Handschrift – Warum wir wieder öfter mit der Hand schreiben sollten

Wann haben Sie zuletzt einen Brief geschrieben, so richtig mit Papier und Tinte? Sie können sich nicht erinnern? Dann sind Sie in guter Gesellschaft. Briefe sind in Zeiten von Facebook, What's app und Co. ziemlich in Vergessenheit geraten – und mit ihnen das Schreiben von Hand. Schade eigentlich, denn unsere Handschrift ist soviel mehr als nur ein beliebiges Kommunikationsmittel. Sie ist, neben der Stimme und unserer Körpersprache, einer der ursprünglichsten und authentischsten Wege, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten. Sie ist ein Teil unserer Identität, so individuell wie ein Fingerabdruck. Und der von Hand geführte Stift der direkte Draht zu unserem Kopf – und zu unserem Herz.

Smartphones und Computer haben unsere alltägliche Kommunikation radikal verändert. Wir verschicken Kurznachrichten an unsere Freunde, e-mailen mit Geschäftspartnern, tweeten mit der ganzen Welt. Wir schreiben und kommunizieren heute mehr als je zuvor. Doch gleichzeitig bleibt auf den unsichtbaren Bahnen der Datenübertragung etwas auf der Strecke – Hingabe. Wortwörtlich, denn wer eine Nachricht oder einen Brief per Hand schreibt, der gibt seinem Gegenüber etwas: Zeit, einen Moment ungeteilter Aufmerksamkeit, ein Stück von sich selbst. Aber auch sich selbst tut man etwas Gutes. „Schreiben löst Blockaden und kann sogar meditative Wirkung haben“, erklärt Dipl.-Psychologin Dr. Angela Thamm im Rahmen eines Expertenforums, das vom Schreibwarenhersteller Lamy initiiert wurde. Wer von Hand schreibt, ordnet seine Gedanken, kommt zur Ruhe – ein Grund, warum Tagebücher auch im digitalen Zeitalter noch aus Papier und nicht aus Pixeln gemacht sind.

Das Schreiben auf Papier ist ein virtuoses Zusammenspiel aus Sprache und Bewegung, das Kopf und Hand gleichermaßen involviert. Während wir unseren Stift führen, formen wir nicht nur Buchstaben, sondern gleichzeitig unsere Gedanken – und das oft präziser als beim flüchtigen Tippen auf einer Tastatur. Das ist einer der Gründe, weshalb wir von Hand Geschriebenes auch viel besser erinnern als getippte Aufzeichnungen, so eine weitere Erkenntnis des Lamy Expertenforums. Da unser motorisches Gedächtnis stabiler ist als unser visuelles Erinnerungsvermögen, werden handgeschriebene Zeichen



Design. Made in Germany.

zuverlässiger und nachhaltiger in unserem Gedächtnis verankert – sei es beim Lernen einer Fremdsprache, beim Mitschreiben im Unterricht oder dem Notieren unserer täglichen To-Dos.

Zudem hat das handschriftliche Notieren eine sehr kreative, schöpferische Komponente und kann uns mitunter in einen regelrechten Flow versetzen. Wir alle haben schon einmal erlebt, wie aus einem einzelnen Wort auf einem Blatt Papier etwas Größeres entstehen kann, Strich für Strich, Buchstabe für Buchstabe: Wir fügen Notizen hinzu, streichen durch, malen Pfeile und kreisen ein – und lassen so eine Mindmap, eine Idee, ein Konzept entstehen. Als würden die Einfälle direkt durch unsere Hand aus uns herausfließen. Damit der rechte „Flow“ gelingt, ist buchstäblich ein flüssiger Bewegungsablauf gefragt. „Die Motorik spielt eine ganz entscheidende Rolle beim Schreiberwerb“, erklärt Dr. Angela Thamm, die in ihrer Arbeit deshalb unter anderem auf so genannte „Schwungübungen“ setzt. „Bei der Gestaltung von Zeichen und Buchstaben darf der ganze Körper mitmachen. Durch die dynamische Bewegung erleben wir ein Glücksgefühl. Wir erfahren emotionale Nähe zu uns selbst und nehmen unseren Körper dabei in besonders positiver Weise wahr“, erklärt die Psychologin. Schreiben macht also glücklich? „In gewisser Weise, ja“, sagt Thamm.

So wichtig die Handschrift für unsere Persönlichkeit, für unser Lernen und unsere Seele ist, so bedauerlich ist es, dass sie unter dem Einfluss digitaler Kommunikation oftmals in den Hintergrund rückt. Die ersten Berührungspunkte mit Schrift haben viele Kinder heute nicht über Füllhalter und Papier, sondern über Tablet und Touch Pen. Darunter leidet nicht nur die Herausbildung der motorischen Fähigkeiten, sondern auch die Kreativität. Denn die Omnipräsenz technischer Geräte verhindert Langeweile – dabei beflügelt gerade die unsere Fantasie. Ein Grund mehr also, im Alltag wieder häufiger auf Füllfeder und Papier zurückgreifen – ob beim Brainstorming oder um einem lieben Menschen eine Freude zu machen. Mit Tinte auf Papier, Blau auf Weiß.

Weitere Informationen unter www.lamy.com