

DIE IDEALE SCHREIBWOCHE

Sie wollen fröhlich, entspannt und motiviert schreiben? Das Schreiben soll ein fester Bestandteil Ihrer Woche sein? Durch die folgende Methode der Schreibtrainerin Ulrike Scheuermann (2011, S. 130f) räumen Sie dem Schreiben einen festen Platz ein. Sie benötigen ein weißes Blatt Papier, Stifte und etwa 10 bis 15 Minuten Zeit.

1 Nutzen

- Durch diese Methode finden Sie heraus, wie Sie sich gutes Schreiben vorstellen.
- Planung und Zeitmanagement motivieren zum Schreiben.
- Die Methode erlaubt es, Schreiben als angenehme Tätigkeit zu empfinden.
- Sie können Ihren Schreibrhythmus finden.



2 Anleitung

Schließen Sie die Augen und entspannen Sie sich. Lassen Sie vor Ihrem inneren Auge das Bild einer Woche entstehen, in der Ihr Schreiben Platz findet. Die Woche sollte realistisch sein, sodass Sie auch Zeit für anderes haben – Arbeit, Freizeit, Schlaf etc. Nun gestalten Sie Ihre Schreibzeit:

- An wie vielen Tagen der Woche schreibe ich? Welche Wochentage sind das?
- Wie oft und wie lange schreibe ich bei jeder Schreibeinheit?
- Wie viele Stunden schreibe ich insgesamt in der Woche?

Schauen Sie jetzt detaillierter auf dieses Bild. Zoomen Sie auf einen Tag in Ihrer Schreibwoche: Das ist ihr idealer Schreibtage.

Vergegenwärtigen Sie sich Ihren Schreibtage mit allen Sinnen: Was hören Sie? Wie ist das Licht, was sehen Sie, wenn Sie Ihren Blick schweifen lassen? Worauf sitzen Sie? Was trinken Sie? Wie riecht die Luft, die durch das geöffnete Fenster hereinströmt?

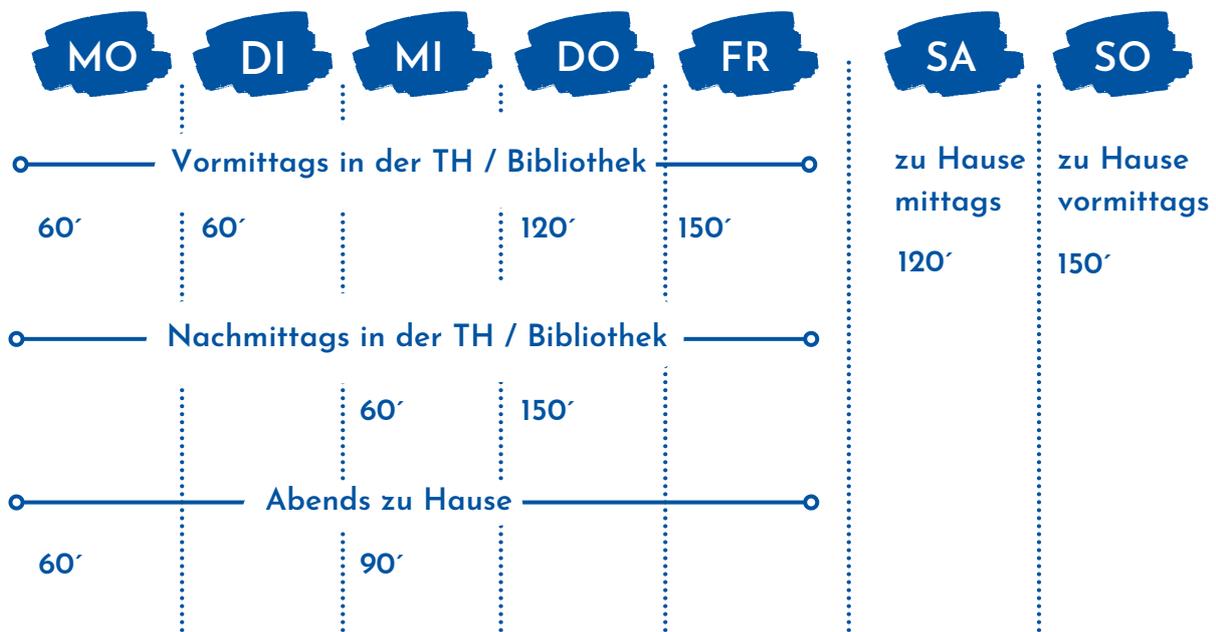
- Wie bereite ich mein Schreiben vor? Wie beginne ich mit dem Schreiben?
- Wie lange schreibe ich? Wann und wie oft mache ich Pausen? Wie gestalte ich diese Pausen?
- Wie beende ich meine Schreibeinheit? Wie bereite ich einen guten Einstieg in die nächste Schreibeinheit vor?
- Welche weiteren Gelegenheiten nutze ich am Tag, um an meinem Schreibprojekt weiterzuarbeiten?

Öffnen Sie die Augen und skizzieren Sie Ihre ideale Schreibwoche und Ihren idealen Schreibtag.

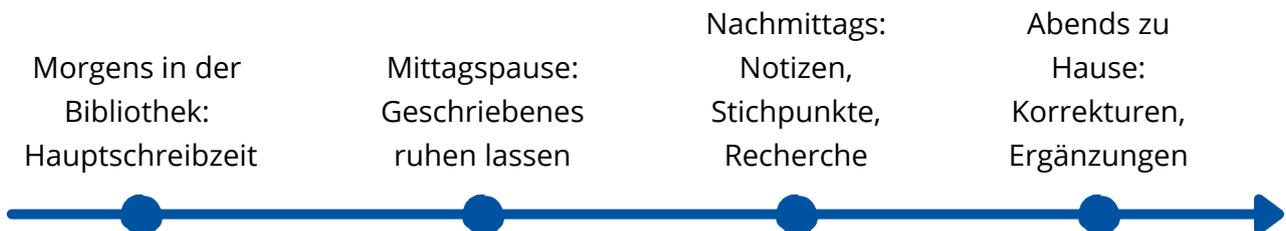
! Tipp: Das Idealbild kann sich verändern – je nach Anlass und Textsorte. Deshalb ist es wichtig, die veränderten Bedingungen und Vorlieben zu überprüfen.

Hier ist ein Beispiel einer Studentin, die an ihrer Bachelorarbeit arbeitet:

Franzis ideale Schreibwoche



Franzis idealer Schreibtag



Literatur

Scheuermann, Ulrike (2011): Die Schreibfitness-Mappe. 60 Checklisten, Beispiele und Übungen für alle, die beruflich schreiben. Wien: Linde.



Sie haben Fragen? Wir freuen uns, von Ihnen zu hören!

Mehr? Einfach dem Schreibzentrum folgen für Schreibtips und News!

