

# Mit Schreibblockaden umgehen

Fakultät Medien  
Gabriele Hooffacker

# Wie anfangen?

**„Mir fällt  
überhaupt  
nichts ein!“**

# Schreibprozess ernst nehmen



- Zeitplan aufstellen (und einhalten)



- Material recherchieren und ordnen → Gliederung



- Gliederung abarbeiten (anfangen, wo's leicht geht)



- Ablenkungsversuche des Unterbewusstseins austricksen (müssen Sie wirklich *jetzt* abspülen?)

# Probleme beim Schreiben ernst nehmen!



Probleme beim Schreiben:

- Prokrastinieren (Aufschieberitis)
- Schreibblockaden
- Wo ist mein roter Faden?

Sie sind nicht allein!

Fast alle, die schreiben, haben diese  
Schwierigkeiten!

# Was tun bei Störungen?



Aus der themenzentrierten Interaktion (TZI)  
stammt die Erkenntnis:

- Störungen haben Vorrang!
- Sie zeigen meist konzeptionelle Schwierigkeiten an

→ Störungen ernst nehmen.

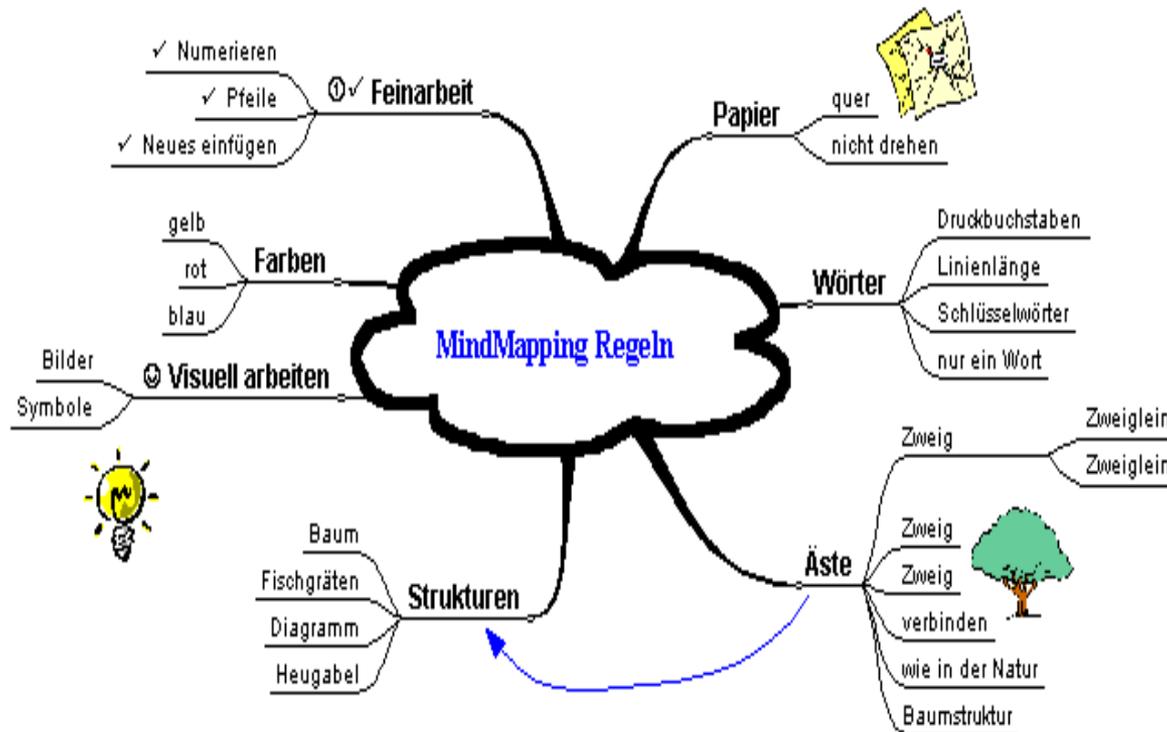
# Tipps und Lösungen



- An einem anderen Punkt ansetzen, der unproblematisch ist, und dort weiterarbeiten
- Feedback einholen: Mitbewohner, Familie..
- Kollegen oder Vorgesetzten fragen
- Kreativitätstechniken einsetzen, beispielsweise Mindmapping.

# Kreativitätstechnik

## Mindmapping



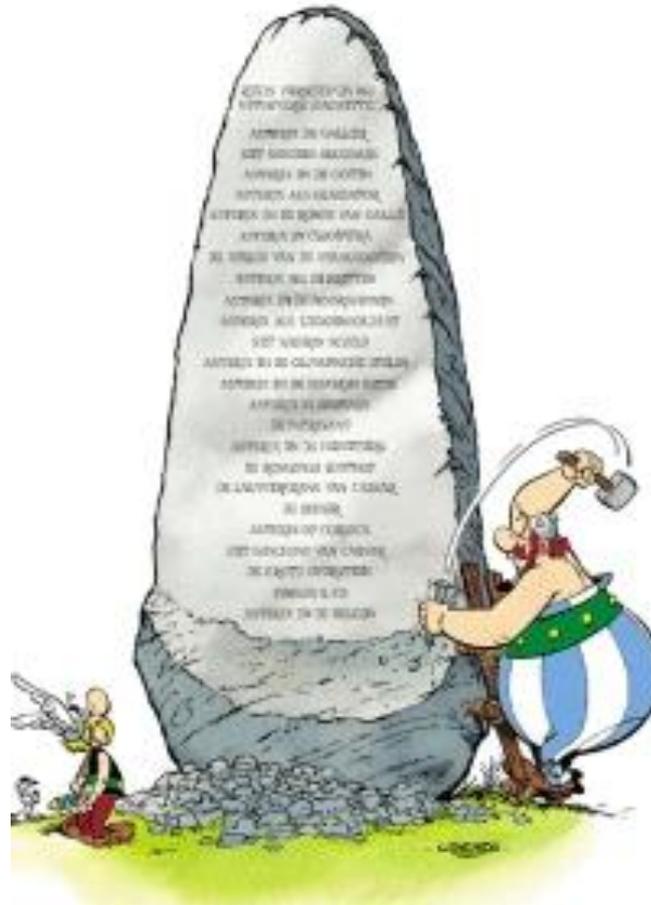
# Welche Technik ist die richtige?



- Gegen Prokrastinieren hilft die Technik „unter Zeitdruck schreiben“ (eine Minute – andere Zeiträume festlegen).
- Welche Technik für Sie die richtige ist, bitte ausprobieren!
- Übersicht über Kreativitätstechniken:
  - <http://www.ideenfindung.de/%C3%9Cbersicht-Liste-Kreativitaetstechniken-Ideenfindung.html>
  - <http://kreativitaetstechniken.info/>

# So geht's:

- Problem erkennen
- Darüber reden
- Problem lösen
- Weiter schreiben.



# Literatur



Hintergrund zum wissenschaftlichen Schreiben:

- Katrin Girgensohn und Nadja Sennewald: Schreiben lehren, schreiben lernen. Eine Einführung, Darmstadt 2012