

# Schreibblockade? So überwindest du sie

Harzt es? Lies hier, wie ich Schreibblockaden austrickse. Und wie du dir so Leerläufe ersparst.

12. April 2019 | 3 Minuten

Du sitzt vor dem leeren Bildschirm, findest keinen Anfang für deinen Text. Hast keine Inspiration.

Der Kopf ist voll. Das Herz vielleicht auch. Bloss zu Blatt bringst du nichts.

Ok, dann mal los!

## Das sind meine 20 Massnahmen gegen Schreibblockaden

Ich hoffe, sie wirken auch bei dir:

1. Recherchieren, sammeln, sich inspirieren lassen: Trage alle Informationen zusammen. Nutze auch freie Brainstormings, alleine oder noch besser: im Team.
2. Setz dich einen Moment in Ruhe hin, stelle dich innerlich ein: Wer gut schreiben will, muss dazu die richtige **Motivation** finden, sonst ist jede Müh' umsonst. Mir hilft es, wenn ich mir vorstelle, dass ich mit dem Text jemandem dienen will (ich ver helfe den Lesern zu Informationen, Freude, Unterhaltung, Musse). Mit diesem Gedanken rücke ich auch vom eigenen Ego ab, versuche also für mein Gegenüber und nicht für mich zu schreiben.
3. Denn das ist wichtig: **Wechsle die Seite!** Stell Dich auf dein Zielpublikum ein? Wen willst du ansprechen? Und vor allem: Was will der oder die von dir hören? Was braucht er? Was hilft ihm weiter? Füge deinen Notizen all das hinzu, was dich dem Empfänger näher bringt. Wer eine Botschaft rüber bringen will, baut eine Brücke auf und begibt sich auf die andere Seite zum Leser, zur Leserin. Mit Empathie. Das gilt längst nicht nur für Liebesbriefe oder Projektanträge an die Chefin. Millionen von Staatsbürgern wären dankbar, wenn Anordnungen oder Wegleitungen so

geschrieben würden, dass sie diese auch verstehen.

4. **Reden:** Erzähle jemandem, worüber du schreiben willst. Reden hilft, zu bedenken, was man eigentlich schreiben will. Wenn keiner da ist, erzähle es dir selbst. Während des Autofahrens zum Beispiel. Oder beim Kochen. Sprich so, wie dir der Schnabel gewachsen ist. Lass es einfach mal raus, versuche dich knapp zu halten.
5. Reduziere das Gesprochene auf zwei, drei Sätze. Notiere diese sofort, auch wieder ohne auf Hochsprache zu achten. Sie dienen dir als Vorspann oder Lead. Wenn ich erst mal den Lead habe, dann weiss ich, was ich schreiben will, dann habe ich mein **Ziel definiert** (Du weisst ja: ohne Ziel, keine Ausrichtung!)
6. Habe immer Notizpapier in der Nähe oder ein entsprechendes File im Smartphone. Wenn dir ein guter Gedanke kommt, notiere ihn sofort für später.
7. Füge all deine Notizen zusammen, noch immer entspannt, ohne auf Sprachstil oder Dramaturgie zu achten. Das ist dein Rohmaterial. Hüte dich vor einer der **grössten Gefahren für Blockaden:** Es geht am Anfang des Schreibprozesses oft viel Zeit verloren mit Stilfragen und dem Abmühen um eine schöne Sprache. Ebenso blockiert man sich, wenn man nach dem perfekten Einstiegssatz sucht. Verschiebe das alles auf später, schreib erst mal in Rohform auf, was es zu schreiben gibt!
8. Dir fällt kein Anfang ein? Egal, dann starte halt in der Mitte oder irgendwo. Hauptsache, du reisst dich zusammen und fängst jetzt stur an, zu schreiben.
9. Anschliessend ordnest du, schiebst Absätze hin und her. Was ist mein Hauptargument, welche Teilbereiche gehören zusammen? Was wäre ein spannender Anfang, ein guter Schluss?
10. Es harzt noch immer? Lass die Sache für einen Moment ruhen.

### **Mach mal Pause!**

1. Ich gehe jeweils schwimmen, einen Kilometer, die Bahnen hin und her, todlangweilig. Da kommen mir die besten Gedanken. Manchmal reicht es auch, eine Runde um den Block zu drehen oder ein paar Streck- und Atemübungen am offenen Fenster zu machen. Schokolade essen, Kaffee trinken. Oder nützt ein Waldspaziergang? Probiere es aus!
2. Egal, ob mit oder ohne grosse Inspiration: Bring nun deine Rohform in eine saubere Form: Stell Textabschnitte um, bündle Gedanken, kürze Plattitüden. Knete den Text so, wie einst meine Mutter den Teig für den Sonntagszopf bearbeitet hat: Achtsam,

mit Hingabe, in Gedanken beim Empfänger des Werkes.

3. Erst jetzt kümmerst du dich um Inspiration, Dramaturgie, um Spannung. Die findest du mittels mentaler Hingabe.
4. Dann feilst du an der Sprache: Baue deine Notizen um, indem du klare, knappe Sätze formulierst, mit vielen aktiven Verben.
5. Mach es dem Leser, der Leserin bewusst leicht! Mit leichter Sprache. Oder gibt's da draussen jemand, der es gerne kompliziert und gestelzt hätte?!
6. Bereichere deine Sprache mit Bildern. Sie machen deine Texte reicher, schöner, eindringlicher. Es harzt? Überlege, wie etwas riecht, klingt, wie es knistert, wie es sich anfühlt. Suche nach Sinneseindrücken und bringe sie zu Wort.
7. Und grad, wenn's dann so richtig *schön* ist, mit vielen *schönen* Adjektiven, dann packe sie beim Kragen. **Lösche möglichst viele Adjektive!** Lies dazu mein Plädoyer gegen Adjektive.
8. Nun kürzen: Zwei, drei, x mal. Kürze den ganzen Text bis über die Schmerzgrenze hinaus. Überwinde Eitelkeiten: *So schön* oder *geistreich* sind gewisse deiner Aussagen nun auch nicht, als dass man sie nicht auch kürzen oder verdichten könnte! Jedes Wort kommt auf die Waagschale. Je knapper, je besser. Du wirst staunen, was alles gar nicht nötig ist – und wie viel dein Leser, deine Leserin auch selbst denken kann (wenn du entsprechend Vorarbeit geleistet hat).
9. Korrekturprogramm laufen lassen und Jemandem den Text zum Gegenlesen geben: Kritik annehmen. Wo immer etwas nicht verstanden wird oder jemand beim Lesen stolpert, wird nicht diskutiert, sondern am Text gearbeitet!
10. Wenn möglich: Einmal, zwei mal drüber schlafen, anschliessend den Text erneut lesen und nochmals kürzen! Lies ihn so, als ob du ihn nicht selbst geschrieben hättest, sondern als ob du der Empfänger wärst – und freu dich dran!

**Du magst die 2 x 1 - 10 nicht? Keine Zeit dafür?** Überlass es mir: Ich schreibs dir... einfach □

---

Weitere Merk'male

Mini-Leitfaden zur freien Meinungsbildung

Massnahmen gegen die Mutlosigkeit

Nichts verstehen - nichts erreichen

Bemerkenswertes Merkmal

«Angenehm. □ Wir können uns gerne duzen.»



© Photomania / [www.pixelio.de](http://www.pixelio.de)

Erleuchtende Einfälle: habe ich manchmal beim Schwimmen oder Schokolade  
essen