

## Wie meistere ich Schreibschwierigkeiten?

Schwierigkeiten beim Schreiben sind normal, weit verbreitet und lösbar. Machen Sie sich keine Sorgen oder sich selbst verantwortlich. Es liegt in den wenigsten Fällen an der Persönlichkeit oder Psyche der Schreibenden, dass Sie in Schreibschwierigkeiten geraten.

Schreiben, insbesondere das wissenschaftliche, ist eine komplexe Tätigkeit, die unterschiedliche Kompetenzen verlangt. Schreiben ist schwierig.

Schreibschwierigkeiten können in verschiedenen Formen auftauchen. Hier eine Auswahl:

- Sie können nicht mit dem Schreiben beginnen.
- Sie geraten ständig ins Stocken.
- Sie erledigen die Arbeit am Text auf den letzten Drücker.
- Sie sind nie mit Ihrem Text zufrieden und löschen vieles oder alles, was Sie eben geschrieben haben.
- Sie verlieren sich in der Informationsflut und verzetteln sich.
- Sie schaffen den Sprung vom Lesen der wissenschaftlichen Literatur zum eigenen Text nur schwer oder gar nicht.
- Sie verpassen ständig die Abgabefrist.

Diese und andere Schwierigkeiten können unterschiedliche Ursachen haben. In vielen Fällen lassen sich diese zu folgenden zwei zusammenfassen:

- Unangemessene Erwartungen und Vorstellungen verunmöglichen das Schreiben (z.B. Perfektionismus)
- Unpassende Strategien, beispielsweise, wie einzelne Phasen des Schreibprozesses oder der Gesamtprozess durchlaufen werden, führen zu Umwegen oder Stillstand.

### VOM PROBLEM ZUR LÖSUNG

Um Ihren eigenen Schreibschwierigkeiten auf die Schliche zu kommen, können Sie sich selbst befragen:

- Was ist genau das Problem, mit dem ich kämpfe? Wann und wie äussert es sich? Gibt es Situationen, in denen es nicht auftaucht?
- Welche Erwartungen/Vorstellungen könnten das Problem verursachen?
- Welche Vorgehensweisen/Strategien wende ich an und inwiefern könnten diese Ursache für das Problem sein?

Haben Sie das Problem und die Ursache genauer unter die Lupe genommen, finden Sie heraus, welche Lösungen es gibt.

#### → AUCH PROFIS HABEN SCHWIERIGKEITEN

Professionell Schreibende – Schriftsteller\*innen, Forscher\*innen – treffen ebenso auf Schwierigkeiten. Abhängig von ihren Erfahrungen wissen diese jedoch, was in einer schwierigen Situation zu ist. Sie wissen um ihre Strategien und Lösungen, so dass sie ihren Beruf weiter ausführen können.

#### → TIPP

Experimentieren Sie mit neuen Lösungen:

- Was geschieht, wenn Sie mit einer anderen Einstellung an die Arbeit gehen?
- Was, wenn Sie eine neue Strategie anwenden?

Abhängig von der Schreibschwierigkeit und deren Ursache benötigen Sie auch Mut, sich den veränderten Bedingungen zu stellen (mental, strategisch).

## Besser schreiben [Nr.7]

### SCHREIBEND SCHREIBSCHWIERIGKEITEN ÜBERWINDEN

Wenn Sie sich mit Ihren Schreibschwierigkeiten und möglichen Lösungen befassen, kann Ihnen das Schreiben dabei behilflich sein. Das klingt zwar paradox, meint aber, dass Sie schreibend Ihre Schwierigkeiten und Lösungen reflektieren. Sie können dazu u.a. folgende Formen verwenden:

- Automatisches Schreiben
- Mindmap
- Arbeitsjournal /-tagebuch
- Brief/E-Mail an jemanden
- Dialog mit realer oder fiktiver Person

Anstatt dass Sie also auf den weissen Bildschirm starren, schreiben Sie über Ihr Schreiben. Sie kommen dabei nicht aus der Übung, auch wenn Sie nicht am eigentlichen Text arbeiten.

#### → TIPP

Einige der anderen «Besser schreiben»-Blätter helfen Ihnen bei bestimmten Anliegen weiter. Können Sie selbst die Schreibschwierigkeiten nicht lösen, besuchen Sie die Sprechstunde der UB-Schreibberatung.