

Der Schreibstörungs-Test

Es ist schon erstaunlich, was Autoren alles veranstalten, anstatt rasch und zielgerichtet ihre Texte fertigzustellen. Gleich präsentiere ich Ihnen eine Auswahl der einschlägigen Verhaltensweisen. Kreuzen Sie alle an, die für Sie zumindest gelegentlich zutreffen. Vergegenwärtigen Sie sich dabei, wie Sie an einem wichtigen Text arbeiten.

Vermeidungsstrategien vor dem Anfangen

- Ich schiebe den Moment, wo ich mich hinsetze und anfangen, möglichst lange hinaus.
- Ich kann meine Abgabetermine nur einhalten, indem ich Spät-, Nacht- oder Wochenendschichten einlege.
- Ich verpasse häufig Abgabetermine.
- Wenn ich mit einem Text anfangen muss, erledige ich stattdessen Haushalts- oder Bürotätigkeiten wie Aufräumen, Einkaufen oder Staubsaugen.
- Statt anzufangen, erledige ich Arbeiten, die ich seit langem vor mir her geschoben habe, zum Beispiel unangenehme Telefonate.
- Ich zeige körperliche Reaktionen wie Rücken- und Nackenschmerzen, Schlafstörungen, Appetitlosigkeit.

Startschwierigkeiten

- Ich sitze vor dem leeren Bildschirm und kann mich nicht konzentrieren.
- Ich bastele am ersten Satz oder Absatz herum, aber komme nicht weiter.
- Ich habe Schwierigkeiten mit dem ersten Satz oder Absatz. Wenn ich über diese Hürde weg bin, läuft es besser.

Schwierigkeiten unterwegs

- Ich kann gut anfangen, allerdings hänge ich dann oft nach dem ersten Absatz oder mitten im Text fest.
- Ich komme nicht voran, weil ich ständig unterbrochen werde (Telefon, Kollegen, Mails) und dann nicht wieder reinfinde.
- Ich verwerfe ständig Formulierungen und Strukturideen, kurz nachdem ich sie hingeschrieben oder ausprobiert habe.
- Ich denke intensiv darüber nach, ob der Text gut genug wird, ob meine stilistischen Fähigkeiten ausreichen und ob ich dem Thema gewachsen bin.
- Es kommt vor, dass ich stundenlang an einer Passage herumbastele.

Gegen Ende des Schreibprozesses

- Ich zögere die Abgabe bis zum letzten Moment hinaus.
- Ich verzichte darauf, den Text von anderen gegenzulesen zu lassen, auch wenn dies zeitlich und personell möglich wäre.
- Ich bin angespannt und nervös, wenn andere meinen Text lesen.

Nach dem Schreiben

- Ich lese meine Texte nach Abgabe/Veröffentlichung möglichst nicht mehr durch.
- Ich wehre Anerkennung ab und weise stattdessen auf die Schwächen meiner Texte hin.

Na, wie viele Kreuzchen haben Sie gemacht? Einen Profi, der lange und komplexe Texte schreibt und weniger als drei Kreuzchen auf dem Zettel hat, habe ich noch nicht getroffen. Und diejenigen, die weniger als fünf Kreuzchen machen, verfügen entweder über ein kugelsicheres Selbstbewusstsein, schreiben nur Routineformate oder flüchten sich in problematische Verhaltensweisen. Hier sind die vier beliebtesten:

Problematisches Verhalten im Schreibprozess

1. Wichtige Schritte im Schreibprozess wie Anfangen, Kürzen oder Aufhören nur widerwillig unter extremem Zeitdruck vollziehen.
2. Alkohol und Drogen gezielt einsetzen, um bestimmte Hürden zu überwinden.
3. Sich gegenüber Kollegen und Angehörigen ruppig benehmen und dauernd rumgranteln.
4. Sich vor Freunden und Familie zurückziehen, selten übers Schreiben reden, aber auch nicht richtig zuhören können.

Das Riskante an diesen Verhaltensweisen ist: Man nähert sich damit jenem Punkt an, von dem aus kleinere Schreibschwierigkeiten in Blockade und Burn-out umkippen können.

In diesem Kapitel schlage ich Ihnen vor, den unvermeidlichen Turbulenzen beim Schreiben auf andere Weise zu begegnen, nämlich mit Selbstironie. Komplexe Texte zu schreiben hat eben immer etwas von einer Geisterbahnfahrt. In der Gondel kann man sich gruseln oder sich amüsieren. Versuchen Sie einmal, Schreibschwierigkeiten zunächst mit Humor anzugehen...