

SCHREIBBLOCKADEN

Eine Auseinandersetzung mit Wissenschaftlichkeit und wissenschaftlichem Schreiben kann helfen, die Angst vor dem Schreiben zu verlieren. Aber was, wenn man nun vor dem Schreibtisch sitzt und es geht einfach nichts mehr.

Unabhängig von der dringenden Empfehlung, doch die Studienberatung aufzusuchen und mit möglichst vielen Menschen über die Arbeit oder auch das Problem zu Schreiben zu reden, haben wir hier ein paar Tipps aufgelistet, die im Ernstfall vielleicht den Karren wieder zum Rollen, bzw. den Stift über das Papier bringen.

Ein paar Techniken zur Vermeidung von Schreibblockaden*Von Anfang an Schreiben*

Fange nicht erst nach der Lektüre an zu schreiben. Schreiben und Lesen sind Prozesse, die am produktivsten sind, wenn sie sich abwechseln.

Exzerpieren und Kommentieren

Löse das Gelesene aus der Sprachstruktur der Autoren und schreibe es neu in Deinen Worten, auch wenn das noch gar nicht das ist, was Du schreiben willst. Teile gelesene Texte in Sinnabschnitte ein und versuche, die Argumentationsstruktur der Autoren nachzuvollziehen.

Fragestellung entwickeln

Vorsicht, nicht nur Exzerpieren! Bleibe nicht beim Exzerpieren stehen. Oft wird nur exzerpiert (im schlimmsten Fall wird nur kopiert, ohne die Texte zu lesen), und am Ende befindest Du Dich vor einem Berg Exzerpten, die das selbe Problem darstellen wie ungelesene Texte. Deshalb: *Fragestellung entwickeln!* Dies ist am einfachsten, wenn Du konkrete Fragen formulierst und diese auch beantwortest. Daraus kann sich dann die Gliederung ableiten.

Der Schreibprozess

Schreibe sowohl handschriftlich als auch am Computer. Schreibe ein Tagebuch über das Schreiben (Wissenschaftliches Journal). Probiere verschiedene Schreibtechniken aus. Wechsle ab. Fange nicht mit der Einleitung an (Du wirst sie ohnehin noch einmal/mehrmals umschreiben müssen). Eine *kommentierte Gliederung* hilft oft besser weiter. Schreibe vorher ein *Exposé*.

Reflektiere über Deine Gewohnheiten und setze dort an.

Halte den Leser neugierig! Wenn Du selbst nicht weißt, warum Du etwas schreibst, dann führt das leicht zu Frustrationen und einer Blockade.

Zeit

Zeit ist ein wichtiger Faktor. Stell Dir den Wecker auf 20 Minuten, während derer Du einen Punkt unterschreibst. Oder schreibe einen Bilderrahmen oder eine Seite. Oft kann helfen, sich dazu zu bringen, jeden Tag zu schreiben (Routine). Nimm Dir zum Beispiel vor: Ich mache nie

vor 17 bzw. 18 Uhr etwas anderes als an meiner Arbeit zu schreiben. Wer mit dem Einkauf, dem Telefonat oder einem dringenden Termin seinen Tag beginnt, dem entgleitet oft die Zeit.

Vorsicht! Baue Dir aber daraus keinen Druck auf, Du *müsstest* jeden Tag schreiben, sonst kann genau das auch zum Problem werden.

Probiere verschiedene Zeiten aus. Vielleicht kannst Du auch nachts am besten schreiben. Oder um 5 Uhr morgens...

Kontext

Der Kontext wichtig! Jede(r) hat eigene Präferenzen. Der eine braucht seinen Schreibtisch, die andere die Bibliothek, wieder andere schreiben am besten in der Küche. Suche den Ort, an dem es am besten klappt. Probiere verschiedene Orte aus. Wenn es an dem einem nicht mehr geht, dann probiere einen anderen. Eine Möglichkeit, sich zeitlich zu binden und den Ort zu wechseln ist der „*Schreibtischtandem*“. Suche Dir jemanden in der gleichen Situation wie Du und tausche mit ihm/ihr jeden Tag z.B. von 10-17 Uhr den Schreibtisch.

Außerdem ist die Ernährung wichtig: Viel Kaffee mit viel Zucker und jeden Morgen weiße Brötchen (man muss sich ja was gönnen) sind ... FURCHTBAR für die Konzentration! Mache Sport oder bewege Dich viel (joggen, tanzen, schwimmen) als Ausgleich zu der Schreibtischarbeit, schlafe viel und ausreichend und lege Wert auf eine gesunde Ernährung! Mache Musik oder höre Musik, die Dich inspiriert. Musik kann aber auch ablenken.

Besuche ein Kolloquium. Rede mit Deiner Dozentin/ Deinem Dozenten über die Arbeit.

Schreibblöcke kommen nicht von selber

Ursachen für Schreibblöcke können sein:

Technischer Art:

- Du schreibst einfach drauf los, ohne Struktur, ohne Ziel.
- Du exzerpiert zu viel und kommst nicht zum wirklichen Schreiben.
- Du kommst vom Hundertsten ins Tausendste und findest keinen Faden.
- Du hast keinen Adressaten, an den/die Du schreibst, oder einen falschen.

Psychologischer Art:

- Versagensängste,
- unerbittliche Selbstkritik,
- Du hast einen viel zu hohen Anspruch an Dich selbst. Du überforderst Dich selbst.

Was tun, wenn es nicht mehr geht?

Wenn nun aber das eingetreten ist, was Du seit Beginn der Arbeit befürchtet hast oder wenn Du es gar nicht erst schaffst, die Arbeit anzufangen, was dann?

Lutz von Werder (1995: 67ff.) schlägt ein paar Techniken vor, welche im Ernstfall zu einer Hilfe werden können. Diese sind natürlich nicht dogmatisch zu verwenden und sind als Übungen gedacht:

Schlecht schreiben

Schreibe erst mit ganz niedrigem Anspruch. Wenn Du Dir keinen Anspruch stellst, werden auch die Blockaden nicht so stark. Mit der Zeit kannst Du dann versuchen, die Qualität zu steigern und den Text zu überarbeiten.

Schnell schreiben

Erst schreiben, dann denken. Nicht nachdenken, einfach schreiben. Quantität geht über Qualität. Wenn Du erst einmal am Schreiben bist, dann geht es wie von selbst; Du wirst sehen, probier es aus. Und Schnell-Schreiben schafft gedankliche Zusammenhänge, auf die Du beim ruhigen Grübeln niemals gekommen wärst.

Zuviel schreiben

Schreibe viel zu viel, schreibe alles, was Dir in den Sinn kommt. Alle Informationen, die Du hast, müssen auf das Papier. Dann hast Du eine größere Chance, dass da auch etwas dabei ist, was dann beim Kürzen stehen bleiben kann.

In Schichten schreiben

Schreibe erst zu einem Teil – dem, der Dir am meisten Spaß macht, oder am interessantesten ist – eine Rohfassung. Dann zu einem anderen. Wenn Du einen Teil noch einmal liest, dann verfeinere diesen. Und immer so weiter. Wie bei einem Ölbild, wo ja auch eine Schicht über die nächste gelegt wird.

Laut schreiben

Spreche den Text, den Du schreibst. Schreibe den Text laut (oder, wenn Dich das stört, rede ihn leise in Dich hinein), Deine innere Stimme wird Dich führen.

Mit Überzeugung schreiben

Schreibe, was Du denkst. Du weißt es ohnehin besser als alle anderen. Hangel Dich nicht von Zitat zu Zitat. Am Ende kannst Du immer noch Zitate suchen, die auf Deine Ausführungen passen.

Kontext

Probieren verschiedene Orte (s.o.), verschiedene Zeiten und verschiedene Schreibwerkzeuge aus (Füller, Bleistift, Computer, Schreibmaschine...).

Hilfsmittel

Diktieren den Text auf Tonband und lass ihn von jemand anderem schreiben.

Mache ein Bild zu dem, was Du schreiben willst, oder mache Fotos zum Thema oder Collagen. Dann interpretierst Du Dein Kunstwerk.

Pseudonym

Schreibe unter einem Pseudonym. Spiele die Rolle Deines eigenen Ghostwriters.

Unterbrechungen

Unterbreche in der Mitte des Satzes. Wenn Du einen Satz fertig hast, schreibe gleich den Anfang des nächsten. Wenn ein Kapitel fertig ist, schreibe wenigstens den ersten Satz des folgenden.

Reflektieren

Schreibe die Gründe auf, warum Du nicht schreiben kannst. Schreibe, warum Du schreiben willst/ musst.

Beschreibe die Gefühle, als das Schreiben noch ging. Wie fühlst Du Dich jetzt?

Sage Dir, Schreiben ist nur ein Experiment.

Für andere schreiben

Schreibe einen Brief. Beginne Deinen Text mit „Liebe(r) ...“ (Später kannst Du dann die erste Zeile wieder streichen.) Schreibe für eine Freundin, von der Du glaubst, sie könnte Deinen Text gut gebrauchen. Schreibe für einen fiktiven Leser, der Deiner Arbeit generell positiv gegenübersteht.

Mit anderen reden

Vielleicht das wichtigste überhaupt! Erzähle einer Freundin, was Du schreiben willst und dann fang an, es aufzuschreiben.

Befrage andere nach ihren Tricks.

Rede mit anderen über Deine Arbeit und über das Problem zu Schreiben.

Die zwölf größten Mythen

Lutz von Werder (1995: 72) hat zwölf „Mythen“ aufgelistet, welche häufig das wissenschaftliche Schreiben zur Qual werden lassen. Bisweilen kann allerdings die eine oder andere auch hilfreich sein. Als Dogma ist aber jede von ihnen fatal. Die zwölf Mythen sind:

1. Du musst jeden Tag schreiben.
2. Du musst jeden Tag ein bestimmtes Schreibpensum absolvieren.
3. Schreiben muss das Wichtigste in Deinem Leben sein.
4. Du musst einen Raum für Dich alleine haben, damit Du schreiben kannst.
5. Du musst jeden Tag zur selben Zeit schreiben.
6. Schreiben geht nur, wenn man sich unglücklich und einsam fühlt.
7. Du musst vor jeder Störung und Unterbrechung geschützt sein, wenn Du schreiben willst.
8. Wenn Du schreiben willst, dann musst Du das Intimste und Persönlichste beschreiben.
9. Schreiben dient vor allem dazu, eine neue wissenschaftliche Wahrheit niederzulegen, die einen ganz schnell berühmt machen wird.
10. Wer schreibt, muss unheimlich viel gelesen haben.
11. Schreiber müssen immer ein wenig verrückt sein.
12. AutorIn zu sein, ist eine elitäre und äußerst heroische Angelegenheit.

Ignoriere alle Mythen, die Du für hinderlich hältst. Wenn Du willst, dann ignoriere alle zwölf.

Literatur:

KRUSE, Otto (1995), *Keine Angst vor dem leeren Blatt. Ohne Schreibblockaden durch Studium*, Frankfurt/New York: Campus.

VON WERDER, Lutz (1995), *Kreatives Schreiben in den Wissenschaften*, Berlin: Schibri.