

Die Angst vor dem Weißen Blatt in Freude verwandeln.

Ingo Schünemann
DIPLOMA Alumni
18.09.2019

 Das Bildformat oder die Dateierweiterung-ID rld2 wurde in der Datei nicht gefunden.

Warum kann ich über das Thema reden?

- ▶ Diplomarbeit
- ▶ Dissertation
- ▶ Texten für Unternehmen
- ▶ Lektorate für Spielfilme
- ▶ Dramaturgie für Drehbuch und Prosa
- ▶ Autor Drehbücher

Eine **Schreibblockade** (auch Schreibstau und unter dem englischen Begriff *Writer's block*), ist ein **psychisches Phänomen**, bei dessen Auftreten die Autoren dauerhaft oder vorübergehend nicht in der Lage sind zu schreiben.

Oder sie schreiben etwas, dass uninspiriert, langweilig, einfach nur schlecht ist.

Und Sie wissen es.

Das Weiße Blatt

Wir werden es eine Stunde über das “Weiße Blatt“ machen.

Über Schreibblockaden lässt sich stundenlang reden.

Man kann auch Bücher mit diesem Thema füllen: „Von der Kunst des Schreibens“ (Julia Cameron), „Frei geschrieben“ (Judith Wolfsberger) oder „Die 7 Geheimnisse erfolgreicher Schriftsteller“ (Thomas Hohensee).

Man kann Filme über das Thema machen: Barton Fink“ (1991, Ethan und Joel Coen) “Adaption“ (2002, Spike Jonze), „Swimming Pool“ (2003, Francois Ozon), „Schräger als Fiktion“ (2007, Marc Forster) oder der „**Shining**“ (1980, **Stanley Kubrick**)

SHINING (Stanley Kubrick, 1980)

Der Schriftsteller Jack betreut – mit seiner Frau Wendy und seinem Sohn – über den gesamten Winter ein großes Sommerhotel, und will dort endlich seinen Roman zu Ende schreiben.

Frage: Was findet er vor?

- ▶ Viel Zeit - einen ganzen Winter.
- ▶ Viel Raum - ein Riesenhotel mit einer eleganten Lobby, in der er schreibt.
- ▶ Totale Ruhe. Internet gibt noch nicht. Es funktioniert nicht mal das Telefon.
- ▶ Er wird nicht durch Dritte oder Drittes abgelenkt.
- ▶ Keine Arbeit, die er nachgehen müssten, und ihn müde oder erschöpft macht.
- ▶ Essen und Trinken sind im Überfluss vorhanden.
- ▶ Die Liebsten sind um ihn herum.
- ▶ **Ergo: Es sieht nach idealen Bedingungen aus, um das Buch zu schreiben.**

Das Weiße Blatt

„All work and no play makes Jack a dull boy.“

[dt. „Viel Arbeit und kein Spiel macht aus Jack einen öden Jungen.“]

https://www.youtube.com/watch?v=4lQ_MjU4QHw



Das Weiße Blatt

„Das wirklich gemeine an Schreibblockaden liegt darin, dass sie unsere Aufmerksamkeit beanspruchen, und häufig zum **Selbstläufer** werden.“

Wir sitzen vor **dem leeren Blatt Papier** und es fällt uns nichts ein. Also denken wir **darüber nach, dass uns nichts einfällt.**

Wir ärgern uns über die Situation, und darüber, dass wir darüber nachdenken, dass uns nichts einfällt. **Und am Ende sogar darüber, dass wir uns ärgern.“**

Doch je stärker wir versuchen, die Gedanken wegzuschieben, um so **lauter dröhnt in unserem Kopf:** Dir fällt nichts ein. Du kannst nicht schreiben. **Du bist ein Versager.“**

Quelle: Nie wieder Schreibblockaden: <https://www.youtube.com/watch?v=H29VssDu5Ww>



„Schreiben ist wie Radfahren. aber
der Weg auf den Sattel ist voller Hindernisse.“

Was hindert **Sie** daran, auf den Sattel zu kommen?

Es gibt viele Regel-Bücher ...

- ▶ **Die 7 Geheimnisse erfolgreicher Schriftsteller** (Thomas Hohensee).
- ▶ **Kreatives Schreiben – 8 Prinzipien und 16 Methoden** (Andreas Schuster, <http://schreiben-und-leben.de/kreatives-schreiben>)
- ▶ **10 Goldene Regeln für das Schreiben von Texten.** (Jan Fulle, <https://www.jp-kom.de/blog/karriere/10-goldene-regeln-fuer-das-schreiben-von-texten>)
- ▶ **30x Kreatives Schreiben für 45 Minuten** (Nina Wilkening)
- ▶ **Die 50 Werkzeug für gutes Schreiben: Handbuch für Autoren, Journalisten, Texter** (Roy Peter Clark, Kerstin Winter)
- ▶ **Türen zur Fantasie: Kreatives Schreiben im Unterricht mit 100 Schreibbeispielen**

- ▶ **Schreiben im Café - Writing down the bones** (Natalie Goldberg)
- ▶ **Schriftsteller werden:** Der Klassiker über das Schreiben und die Entwicklung zum Schreiben (Dorothea Brande)
- ▶ **Achtsames Schreiben:** Wie Sie Klarheit und Gelassenheit gewinnen (Sandra Miriam Schneider)
- ▶ **Schreib! Schreib! Schreib! Die Kreative Textwerkstatt** (Katarina Kuick u.a.)

Bildelement mit der Beziehungs-ID rid5 wurde in der Datei nicht gefunden.

Aufgabe (10 Minute)

Erinnern Sie sich an Ihre letzte Schreibblockade.

Versetzen Sie sich in die Situation der letzten Schreibblockade.

**Benennen Sie so viele Gründe wie möglich,
die Sie vom Schreiben abgehalten hat.**

Oder:

- ▶ Schreibe auf, was dich davon abhält zu schreiben.
 - ▶ Notiere warum es so schwer ist, auch nur ein Wort auf das Blatt zu bringen.
 - ▶ Schmiere all deine Wut auf das Papier.
 - ▶ Rotz die immer gleichen Phrasen deiner Schreibblockade hin. Fluche und stöhne.
 - ▶ Hauptsache, du schreibst.
- ▶ Vgl. auch: Nie wieder Schreibblockaden. <https://www.leselupe.de/schreibblockade.php>

Meine sechs Regeln.

1) Suche dir ein interessantes Thema.

Finde ein Thema, über das du schreiben möchtest.

Und wenn du etwas anderes schreiben müssen: Machen es zu deinem Thema.

Recherchiere, bis es dich interessiert.

Nähere dich ihm spielerisch.

Und wenn es dich immer noch nicht interessiert: Wechsele das Thema.

2) Schaffe einen Ort und eine Zeit, die miteinander harmonieren.

Morgens im Café. Auf der Terrasse im Frühling.

Im Wintergarten im Winter.

Am Küchentisch, wenn nicht gekocht wird.

In einer wissenschaftlichen Bibliothek.

Auf langen Reisen, bei denen man ohnehin nicht anderes machen kann.

3) Schafe dir einen positiven „Soundtrack“.

Verbinde deine Schreibaufgabe mit positiven Stimmungsbildern.

Höre Musik, schaffe dir einen Soundtrack.

Stelle bedeutsame Objekte auf dem Schreibtisch, die etwas in dir auslösen.

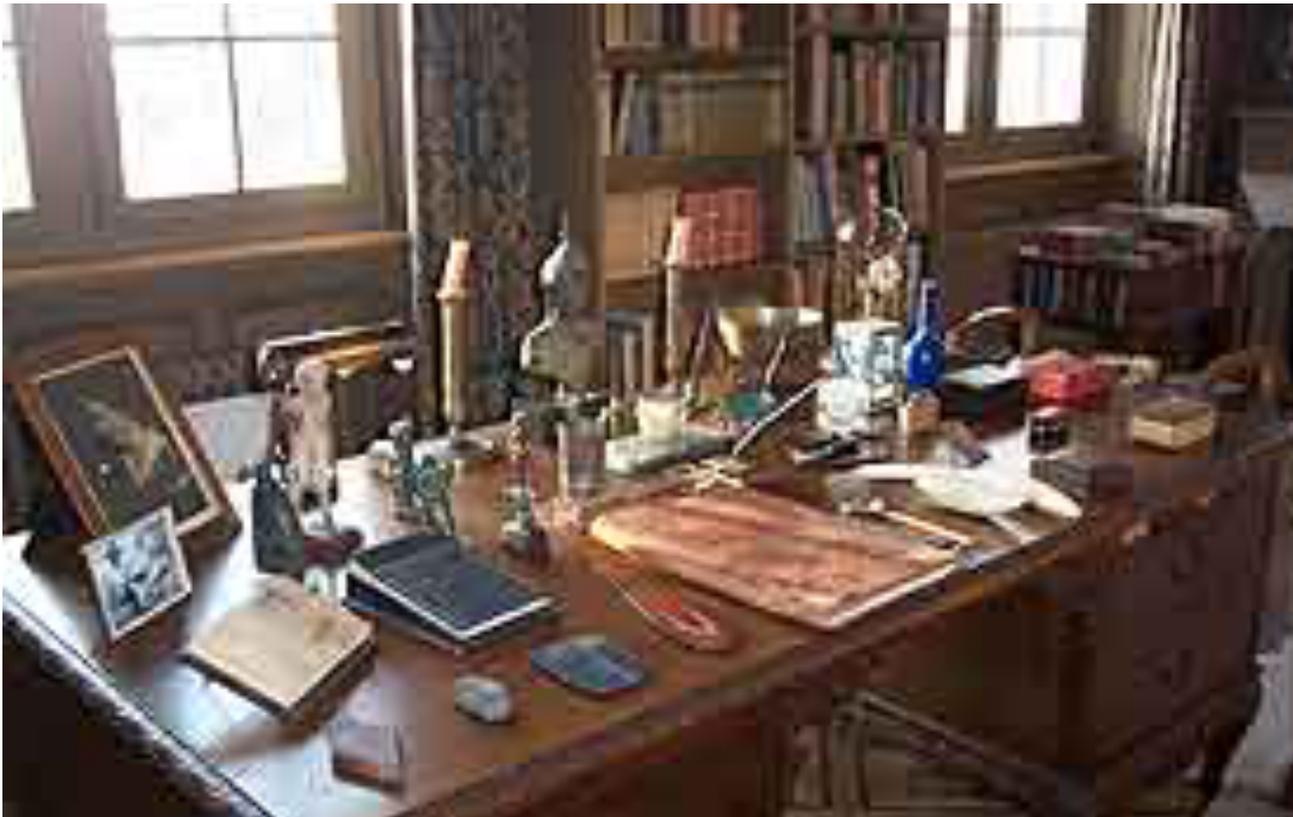
Hefte ein oder wenige bedeutsame Bilder an die Wand.

Positioniere ein Bild mit den Liebsten auf dem Schreibtisch.

Beginne den Tag mit einer Tagebucheintragung.

Das Weiße Blatt

Thomas Manns Schreibtisch.



Quelle: <http://www.thomasmann.de/thomasmann/in/230860>

4) Fang nicht – unbedingt - mit dem Anfang an.

Gliederungen sind gut. Sie verschaffen dir einen Überblick.

Sie sind ein Ortungsrahmen für den Leser.

Aber arbeite auch mit den spontanen, intuitiven Ideen, auch wenn sie erstmal keinen Platz haben.

Schreibe sie auf oder halte sie im Audio fest.

Prüfe sie später, mit etwas Distanz. Wenn sie immer noch so gut sind, baue sie ein.

5) Gebe nicht (zu schnell) auf.

Gebe nicht zu schnell auf.

Akzeptieren das weiße Blatt.

Sitze ein oder zwei Stunden davor.

Spüle, mache Liegestütze, putze die Zähne. Bleib gedanklich beim Thema.

Aber lenk dich aber nicht ab: Kein Whatsapp, keine Buch, anderes Medium, kein Telefon.

6) Schätze dein Werk.

Stelle dir angemessene Erwartungen.

Tag für Tag: Kleine partielle, lösbare Jobs.

Akzeptiere, wenn du sie – formal – nicht erreichst.

Verdamme sie nicht, wenn sie im Moment schlecht oder unpassend wirken.

Lege Sie zufrieden weg, wenn sie nicht passen. Vielleicht brauchst du sie später.

Viel Spaß auf Ihrer Heldenreise“



Das Bildelement mit der Beziehungs-ID rid5 wurde in der Date

Quelle: <http://www.drama-ministry.com/heldenreise/>

Finden Sie heraus, womit sie sich wappnen müssen.

Wappnen Sie sich!

Viel Spaß auf Ihrer Heldenreise!

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!

Ein Bilderelement mit der Beziehungs-ID rid5 wurde in der Datei nicht gefunden.