



Schreiblust statt Schreibfrust

Später – morgen – ab Montag – ich weiß nicht – ich kann nicht – ich will nicht!

Wenn Ihnen das zum Thema wissenschaftliches Schreiben einfällt, sollten Sie vielleicht diesen Kurs besuchen. Denn dann ‚leiden‘ Sie wahrscheinlich an Prokrastination.

Inhalte

Welcher **Schreibtyp** sind Sie? Das herauszufinden ist eine wichtige Voraussetzung, um die für Sie passenden Schreibstrategien und -techniken auszuwählen.

Was hält Sie vom Schreiben ab? Wir werden eine **Ursachenanalyse** durchführen. Denn nur, wenn Sie die tatsächlichen Gründe für Ihren Schreibfrust kennen, können Sie konkret gegensteuern. Oft liegt's nämlich gar nicht am Schreibprozess selbst, sondern an ganz anderen Dingen.

Sie werde zahlreiche **Techniken gegen Prokrastination** kennen lernen, die Sie in den Schreibprozess hineinführen, Sie bei der Stange halten und Ihnen die Angst vorm weißen Blatt nehmen und in Motivation umwandeln.

Planen Sie das Projekt ‚Schreiben‘ gut vor. **Arbeits- und Zeitplanung** steigern nämlich nicht nur Ihre Arbeitseffizienz, sie nehmen auch sehr viel Druck heraus, weil das Projekt plötzlich überschaubar wird. Gut vorplanen heißt aber auch, **inhaltliche Klarheit** schaffen. Denn Chaos im Kopf ist einer der häufigsten Gründe für Prokrastination.

Wo arbeiten Sie? Mit wem arbeiten Sie zusammen? Wir werden über Ihre **Arbeitsbedingungen** sprechen und wie Sie sich Ihr **Umfeld** zunutze machen können, um leichter und besser zu schreiben.

Außerdem

Im Kurs werden Sie auch schreiben, denn zu jedem Themenblock gibt es **Übungen**, die Sie später auch selber verwenden können, um die Prokrastination in den Griff zu bekommen. **Diskussionen** in der Gruppe bieten Ihnen außerdem die Möglichkeit, Ihre ganz individuellen Herausforderungen und Erfahrungen zu besprechen und zu teilen.

Zielgruppe: WissenschaftlerInnen, die sich mit dem Schreiben Ihrer wissenschaftlichen Texte quälen und endlich vom Schreibfrust zur Schreiblust kommen wollen.

Sprache: Deutsch

Dauer: 1 Tag

Referentin: **Dr. Eva Müller**

Wissenschaftliche Autorin, Schreibtrainerin, Buchautorin (UTB-Verlag: *Schreiben in Naturwissenschaften und Medizin*)