

INHALT

Band 1	5
Wie alles begann	6
1. Die beiden Schreibphasen trennen	9
2. Kleine Schritte	11
3. Die Macht der Gewohnheit	14
4. Schreibsprints	16
5. Den inneren Kritiker austricksen	18
6. Fangen Sie irgendwo an	20
7. Machen Sie eine Gliederung	21
8. Sorgen Sie für Abwechslung	24
9. Arbeiten Sie an mehreren Projekten	26
10. Machen Sie sich Notizen	29
11. Der Holzhammer: ein drohender Abgabetermin	30
12. Fangen Sie einfach an	32
Bonus: Der Geheimtipp der Krimiautorin C. J. Lyons	34
Geschafft!	37
Anhang 1: Bücher	38
Anhang 2: Wichtige Links	39
Band 2	41
Warum noch ein Buch über Schreib- blockaden?	43
Trennen Sie die <i>drei</i> Schreibphasen	45
Kaufen Sie das Cover, bevor das Buch fertig ist	49
Schreiben Sie Ihre Geschichte bei Wattpad	51
Unterbrich die Kette nicht	53
Gewohnheiten verstärken: Die Done-Liste	55
Mikroschritte	58

Führen Sie Selbstgespräche	61
Gehen Sie spazieren	64
Sorgen Sie für die richtige Geräuschkulisse	66
Versetzen Sie sich in Schreibstimmung	69
Probieren Sie unterschiedliche Schreibzeiten aus	70
Spielen Sie!	72
Überarbeiten Sie, was Sie bereits geschrieben haben	75
Lassen Sie sich nicht ablenken	77
Die Wissenschaft rät: Hören Sie auf Ihr zukünftiges Ich	79
Ignorieren Sie Rezensionen und vergleichen Sie sich nicht mit anderen Autoren	82
Ein Buch mit einer interessanten Perspektive	84
Hören Sie auf, wenn es gut läuft	88
Schieben Sie das Aufschieben auf	90
Was nicht hilft	92
Wie ich meine eigenen Schreibwiderstände überwinde	94
Sieben Mini-Tipps – Was erfahrene Autoren empfehlen	98
Geschafft!	102
Anhang: Weiterführende Links und Buchempfehlungen	103
Die Autorin	111