

# JETZT SCHREIB ICH DAS VERFLIXTE BUCH!

Online-Kurs von Anne-Kerstin Busch – Modul 1 & 2





## Workbook: Modul 1

Herzlich willkommen zum Abenteuer Ratgeber-Schreiben! Ich freue mich, dass Sie sich für diesen Kurs entschieden haben.

Hier geht es zum Willkommens-Video: <http://www.screencast.com/t/R73lalX2IXxk>

Der Kurs besteht insgesamt aus sechs Modulen. Für jedes Modul haben Sie zwei Wochen Zeit. Es gibt außerdem fünf Einzelberatungen, eine Stunde via Skype oder am Telefon, sofern Sie dieses Paket gebucht haben.

In der ersten Woche beginnen wir ganz langsam mit einer Standortbestimmung. Wo stehen Sie? Warum möchten Sie überhaupt ein Buch schreiben und veröffentlichen.

In der zweiten Woche beschäftigen Sie sich dann mit Ihrer Einzigartigkeit und Ihrem Lieblingsleser. Als Krönung formulieren Sie das Kernthema Ihres Buches.

Alle vier Wochen erhalten Sie ein neues Modul mit neuen Lektionen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Schreiben und allezeit kreative Impulse.

### 1. und 2. Woche: Standortbestimmung – Was schreibe ich für wen?

**1 a) Gewinnen Sie Klarheit: Warum möchten Sie jetzt ein Buch schreiben und warum gerade dieses?**

---

---

---

---

---

---

**1 b) Brainstorming: Welche Ideen für Ihr Buch haben Sie bereits jetzt? Schreiben Sie diese Ideen einfach so auf, wie sie gerade kommen.**

---

---

---

---

---

---



## Workbook: Modul 1

### Was macht mich einzigartig? Und für wen schreibe ich überhaupt?

In dieser Woche geht es darum, dass Sie Ihr Kernthema für das Buch finden und formulieren und dass Sie genau vor Augen haben, wer Ihre Lieblingsleser sind. Bevor Sie Ihr Kernthema für das Buch formulieren, werfen wir einen Blick auf Ihre Einzigartigkeit. Was macht Sie besonders? Was unterscheidet Sie von Ihren Mitbewerben? Vielleicht haben Sie hier ja schon einiges an Vorarbeit geleistet, dann ist das natürlich super! Sollten Sie Ihre Einzigartigkeit, das Besondere oder den USP (Unique Selling Proposition) oder Ihr Alleinstellungsmerkmal noch nicht kennen, dann bekommen Sie jetzt ein paar Anregungen, wie Sie dem auf die Spur kommen.

#### 1b) Schreiben Sie fünf Dinge auf, die Sie als Kind gerne getan haben:

---

---

---

---

---

#### 1c) Was sagen Ihnen Freunde/Kunden/Verwandte, wenn diese Sie loben und Ihnen sagen, was Sie besonders gut können?

---

---

---

---

---

#### 1 d) Wenn Sie mit Kunden/Klienten arbeiten: Bei welchen Themen fühlen Sie sich da besonders im Flow? (Maximal fünf Themen)

---

---

---

---

---

#### 1e) Haben Sie sich schon mal bei der Arbeit mit Ihren Klienten/Kunden beobachtet? Welche Worte verwenden Sie am liebsten? Jede Person hat ein sogenanntes Wording, gerade, wenn es ums Business geht. Diese Übung ist für die Formulierung des Kernthemas wichtig.

---

---

---

---

---

In 12 Wochen zum Ratgeber-Autor!

**Jetzt schreib ich das verflixte Buch!**



## Workbook: Modul 1

### Auf Spurensuche nach Ihren Lieblingslesern

1f) Bevor Sie das Kernthema formulieren, schauen wir, wer Ihre Lieblingsleser sind. Dazu wieder ein paar Fragen:

**Mit welchen Anliegen kommen die Menschen zu Ihnen?**

---

---

---

---

**Bei welchen Anliegen helfen Sie am liebsten?**

---

---

---

---

**Was sind Ihre drei größten Erfolge mit Kunden/Klienten?**

---

---

---

---

**Kurzbiografie Ihres Lieblingslesers/Ihrer Lieblingsleserin, der/die stellvertretend für alle steht.**

Hören Sie sich das Audio mit der Übung „Im Dialog mit meinem Lieblingsleser“ an. Machen Sie die Übung und schreiben Sie anschließend eine Kurzbiographie von maximal einer DIN A4-Seite Länge. Fokussieren Sie sich dabei besonders auf das Anliegen, das dieser Mensch haben könnte, womit er bei Ihnen genau an der richtigen Adresse ist.

Hier der Link zum Audio: <https://soundcloud.com/joyofsoul/lieblingsleser/s-t6Xt7>

---

---

---

---

---

---

---

---



## Workbook: Modul 1

### 1g: Formulieren Sie das Kernthema Ihres Buches!

Schauen Sie sich an, was Sie bisher erarbeitet haben. Welches Kernthema leuchtet da auf? Formulieren Sie das Kernthema in einem Satz. Das Kernthema ist später dann auch die Grundlage für den Titel des Buches.

**Mein Kernthema:**

---

---

---

---

---



## Workbook: Modul 2

### Woche 3 und 4: Entdecken Sie Ihre persönliche Schreibstimme und kreieren Sie den roten Faden für Ihr Buch

#### Entdecken Sie Ihre persönliche Schreibstimme

Bevor Sie mit dem Schreiben des Buches beginnen, ist es ratsam, dass Sie sich mit Ihrer persönlichen Schreibstimme beschäftigen. Warum?

Viele Menschen sind so konditioniert, dass sie unbewusst das Gefühl haben, nicht schreiben zu können. Da braucht es nur einen Lehrer gegeben zu haben, der mal gesagt hat: „Du kannst nicht schreiben. Deine Aufsätze sind grauselig.“ Meistens hat man als Kind oder Jugendlicher nicht die Energie, sich bewusst zu sagen: „Das, was diese Autoritätsperson zu mir sagt, stimmt nicht.“ So wandert dieser negative Glaubenssatz ins Unterbewusstsein. Man verspürt vielleicht den Drang zu schreiben, weil man gerne schreibt, aber wundert sich als Erwachsener, warum man sich so schwer damit tut. Die Aussage des Lehrers hat man längst vergessen, aber unbewusst wirkt sie noch.

Schreiben kann ganz natürlich geschehen. Meiner Ansicht nach gibt es eine natürliche Art und Weise des Schreibens. Jeder ist einzigartig und schreibt auf seine ganz einzigartige Art und Weise. Diese sollte gestärkt werden. Das geschieht durch die Verbindung mit der persönlichen Schreibstimme. Das Ergebnis ist ein stärkeres Selbstvertrauen in die persönlichen Schreibfähigkeiten.

In dieser Woche gibt es zwei Übungen, die sowohl am Anfang jedes Schreibprozesses geeignet sind, als auch zwischendurch, wenn man nicht weiterkommt.

#### 2a): Die Reise zum inneren Schreibraum:

**Diese Fantasiereise können Sie sowohl als geführte Reise machen, als auch im eigenen Tempo mit dem Text aus diesem Kurs. In der Reise verwende ich die Ansprache mit „Du“, weil ich das für die Herzens-Kommunikation als passender empfinde.**

Hier der Link zur geführten Fantasiereise: <https://soundcloud.com/joyofsoul/fantasiereise-innerer-schreibraum/s-UAm8l>

Den Text für die Fantasiereise finden Sie auf der nächsten Seite. Hier können Sie Ihre Erlebnisse und Inspirationen notieren.

---

---

---

---

---

---



## Workbook: Modul 2

### Der innere Schreibraum

Nimm dir eine halbe Stunde Zeit, nur für dich. Suche dir einen ruhigen Ort und mache es dir dort bequem. Lege Papier und Stift bereit, um anschließend Notizen zu machen. Dann entspanne dich, indem du ein paarmal tief ein und aus atmest. Mit jedem Ausatmen lässt du ein bisschen mehr von deiner Anspannung los. Mit jedem Einatmen bringst du dich deinem inneren Schreibraum näher.

Bitte darum, dass du zu deinem inneren Schreibraum reisen darfst. Das ist der Raum, wo du dich geborgen fühlst und wo deine Schreibideen fließen können. Schauge, was geschieht. Welche Bilder siehst du? Was fühlst du? Wie ist der Raum eingerichtet? Riechst du vielleicht einen besonderen Duft dort? Gehe zu deinem Schreibtisch und schauge, was du dort vorfindest. Liegt dort vielleicht ein besonderer Stift, der dir ganz leicht hilft, deine Ideen zu Papier zu bringen? Oder ist es etwas anderes?

Was auch immer es ist, nimm es in die Hand und spüre seine Energie. Wenn du magst, dann ist es jetzt an der Zeit, eine Frage zu stellen, z. B. welche Geschichte du als nächstes schreiben möchtest oder wie deine Geschichte weitergehen soll, an der du gerade schreibst. Oder was auch immer gerade für dich wichtig ist.

Wenn du eine Weile in deinem inneren Schreibraum warst, bedanke dich für die Inspirationen, die du bekommen hast und kehre wieder in den Raum zurück, wo du auf dem Sofa sitzt und diese Schreibmeditation begonnen hast. Bevor du wieder voll und ganz in den Alltag zurückkehrst, notiere die Ideen und Inspirationen, die du bekommen hast.



## Workbook: Modul 2

### 2 b): Freewriting, um den Schreibmuskel zu stärken

Freewriting oder „Freies Schreiben“, hilft, in den Schreibfluss zu kommen. Es ist oft die erste Wahl bei Schreibblockaden, empfiehlt sich aber auch am Anfang eines Schreibprojekts oder jeden Tag, bevor man an seinem Buchprojekt weiterarbeitet. Freewriting ist eine der bekanntesten Übungen im Creative Writing, was seine Wurzeln in den USA hat. Diese Übung halte ich für extrem wichtig, wenn man das Selbstvertrauen in seine Schreibfähigkeiten stärken will.

#### So geht es:

Nehmen Sie ein Blatt Papier und einen Stift. Stellen Sie sich eine Stoppuhr oder eine Küchenuhr, so dass sie nach fünf bis maximal zehn Minuten klingelt. Schreiben Sie dann ohne zu unterbrechen alles, was Ihnen einfällt, egal, wie blöd es klingen mag. Achten Sie nicht auf Rechtschreibung, Stil und Zeichensetzung. Horchen Sie nach innen und lassen Sie sich von ihrer persönlichen Schreibstimme führen. Wenn die Stoppuhr klingelt, dann schreiben Sie den Satz, an dem Sie gerade schreiben, noch zu Ende und hören dann auf. Der Text ist nur für Sie bestimmt, Sie müssen ihn sich auch nicht mehr durchlesen. Machen Sie diese Übung in dieser Woche jeden Tag.

Schreiben Sie hier Ihre Erfahrungen mit dem Freewriting auf. Was haben Sie dabei gefühlt? Wie leicht ging es Ihnen von der Hand? Haben Sie dadurch neue Ideen gewonnen? Wie war es mit dem Schreibflow?

---

---

---

---

---

---

---

---

### 2c): Brainstorming: Was soll alles in mein Buch?

Als nächstes widmen wir uns den Inhalten Ihres Buches. Bevor wir den roten Faden kreieren, ist es wichtig, dass Sie darüber nachdenken, welche Inhalte Ihnen wichtig sind. Notieren Sie sich diese auf einem Zettel oder an einem Flipchart.

So geht es: Konzentrieren Sie sich auf Ihre Kernidee, ihr Kernthema. Fragen Sie sich jetzt, was soll in mein Buch? Was ist mir wichtig? Schreiben Sie dann – ohne zu zensieren – alles auf, was Ihnen in den Sinn kommt.





## Workbook: Modul 2

### Recherche fürs Buch

Bevor es mit dem Schreiben des Buches so richtig losgeht, ist einige Vorarbeit wichtig. Gerade bei einem Sachbuch oder Ratgeber sollte vorher eine Kapitelstruktur vorliegen, an der man sich beim Schreiben orientiert.

Dafür sammeln wir jetzt das Material und ordnen es so an, dass es einen Sinn für das Buch ergibt.

### 2d): Recherche für mein Buch

Recherchieren Sie, was es schon zu Ihrem Thema gibt und aus welchen Quellen Sie evtl. zitieren möchten.

Gute Quellen für die Recherche anderer Bücher:

Amazon: [www.amazon.de](http://www.amazon.de)

Buchhandel.de: [www.buchhandel.de](http://www.buchhandel.de)

Deutsche Nationalbibliothek: [http://www.dnb.de/DE/Home/home\\_node.html](http://www.dnb.de/DE/Home/home_node.html)

### Eigene Notizen:

Sollten Sie selbst schon Ideen gesammelt haben, dann legen Sie diese entweder virtuell in einen Ordner auf Ihrem PC oder in einen „richtigen“ Ordner, in den Sie alles legen, was für Ihr Buchprojekt wichtig ist. Gut sind auch Cloud-Plattformen. Dort können Sie alles in einer Wolke im Internet speichern und haben jederzeit von PC, Smartphone und Tablet Zugriff darauf.

Hier empfehle ich sehr gerne Evernote: <https://evernote.com/intl/de/>. Aber natürlich geht auch jedes andere Programm, wie z. B. Dropbox <https://www.dropbox.com/de/> oder Google Drive [https://www.google.com/intl/de\\_de/drive/](https://www.google.com/intl/de_de/drive/).

Platz für Ihre Notizen:

---

---

---

---

---

---

---

---



## Workbook: Modul 2

### 2e): Den roten Faden für das Buch kreieren

Nehmen Sie jetzt Ihre Notizen, Quellen, aus denen Sie zitieren möchten und Ideen und fangen Sie mit der Grundstruktur des Buches an.

#### Die Struktur mit einer Mindmap erstellen

Eine gute Möglichkeit, eine solche Struktur anzufertigen, ist die Mindmap.

Der Psychologe Tony Buzan entwickelte diese Technik, um komplexe Zusammenhänge strukturiert zu visualisieren und in Kategorien einzuordnen.

Eine Mindmap kann man sowohl auf dem Papier anlegen, als auch in einer Datei auf dem PC. Eines der Online-Programme, das ich verwende, ist Simple Mind™ für Desktop. Hier können Sie sich die Software herunterladen und 30 Tage lang kostenlos testen:

<http://www.simpleapps.eu/simplemind/desktop/windows>. Für Mac gibt es auch eine Version und es gibt auch Apps für Tablets und Smartphones für iOS und Android.

Wenn Sie schon ein anderes Programm haben, dann ist das wunderbar, dann verwenden Sie natürlich Ihr Programm. Ein sehr schönes Programm als Alternative, welches man gar nicht herunterladen muss, sondern direkt im Internet anwendet, ist Mindmeister

<https://www.mindmeister.com/de>.

Überlegen Sie sich zunächst die Grundstruktur für Ihr Buch. Wie viele und welche Kapitel soll es haben? Welche Reihenfolge erscheint Ihnen zum derzeitigen Zeitpunkt sinnvoll? Hier ein Video, in dem ich erzähle, wie Sie den roten Faden für Ihr Buch mit einer Mindmap erstellen können:

<http://www.screencast.com/t/tjIQEmhS>

Nehmen Sie dann Ihre Unterlagen und sortieren Sie diese. Schauen Sie, was am besten in welches Kapitel passen könnte. Vielleicht haben Sie ein Fallbeispiel von einer Ihrer Klientinnen, das Sie für das Buch verwenden möchten, vorausgesetzt, sie haben die Erlaubnis. Dann schauen Sie, in welches Kapitel das am besten passen würde, etc.

#### Padlet nutzen, um das Buch zu strukturieren

Eine weitere Möglichkeit, die Buchstruktur zu visualisieren, ist Padlet. Dort können Sie sogar Dateien hochladen und den einzelnen Kapiteln zuordnen, in denen die Inhalte der Dateien dann eine Rolle spielen werden. Hier können Sie sich kostenlos registrieren: <https://de.padlet.com/>

In diesem Video erzähle ich, wie Sie eine Buchstruktur mit Padlet erstellen können:

<http://www.screencast.com/t/RZ8fmVhKj>

Ich würde Ihnen vorschlagen, entweder eine Mindmap zu erstellen oder mit Padlet zu arbeiten. Nehmen Sie das, was Ihnen mehr liegt. Hauptsache, Sie haben am Ende Ihren roten Faden für das Buch visualisiert, so dass Sie ihn beim Schreiben immer im Auge haben.



## Workbook: Modul 2

### 2f): Die Arbeitstitel für meine Kapitel sind ...

Schreiben Sie hier die vorläufigen Titel für die Kapitel Ihres Buches hin:

1. Einleitung oder Vorwort
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_
11. \_\_\_\_\_
12. \_\_\_\_\_