

Vorwort	7
Schreib dich weiter!	9
1. Teil: Die zehn Problemzonen des Schreibens im Job	17
1. „Wie, Stichpunkte reichen nicht?“ Was Sie gegen die Verpowerpointisierung des Schreibens tun können	19
2. „Schreiben vermeide ich, wo es geht“ Wie Sie einsteigen und dranbleiben	33
3. „Wie soll ich bei dem Stress auch noch schreiben?“ Wie Sie sich konzentrieren und in Ruhe arbeiten	47
4. „Mein Chef will den Supertext, und zwar sofort“ Wie Sie unter Druck effektiv schreiben	59
5. „Ich schreib einfach drauflos ...“ Wie Sie mit Struktur und rotem Faden schreiben	69
6. „Ich flicke einfach eine Präsentation zusammen“ Wie Schreiben beim Präsentieren hilft	81
7. „Was ich auch noch schreiben wollte“ Wie Sie sich kurzfassen	91
8. „Meine E-Mails liest eh keiner“ Wie Sie prägnant und für die Lesenden schreiben	99
9. „Ich kann mich nicht gut ausdrücken“ Wie Sie einen guten Schreibstil entwickeln	111

10. „Mir fällt nichts ein“	
Wie jeder beeindruckende Textideen haben kann	121

2. Teil: Ihr Trainingsprogramm für mehr Schreibfitness 133

1. Trainingseinheit: Fitness-Check	
Wie schreibfit sind Sie?	135
2. Trainingseinheit: Schreibausrüstung	
Von Aqua minerale bis Zeitstoppuhr: Was Sie für gutes Schreiben brauchen.	145
3. Trainingseinheit: Aufwärmen	
Wie Sie Ihr Schreibhirn lockern und sich in Stimmung bringen	157
4. Trainingseinheit: Schreibsprints	
Wie Sie Ihrem Denken auf die Sprünge helfen.	167
5. Trainingseinheit: Schreibmuskelaufbau	
Wie Sie für fundierte Texte trainieren.	179
6. Trainingseinheit: Aufschieberitis-Spezialprogramm	
Wie aus Schreibfrust Schreiblust wird	189
7. Trainingseinheit: Zirkeltraining	
Wie Sie Strukturen planen und übersichtliche Texte aufbauen	199
8. Trainingseinheit: Schreibausdauertraining	
Wie Sie Rohtexte flüssig voranschreiben.	209
9. Trainingseinheit: Dehnungsprogramm	
Wie sinnvolle Pausen Texte besser machen	219
10. Trainingseinheit: Schreibendspurt	
Wie Sie Ihren Text klug überarbeiten und erkennen, wann er fertig ist	233
Ihr persönlicher Schreibtrainingsplan	
So trainieren Sie individuell	243

Schlusswort: Schreiben ist Gold 255

Dank	259
Literaturempfehlungen	261
Über die Autorin	264