Video Training 2:
WORÜBER SOLL ICH SCHREIBEN?

Aufgabe 2: *Worüber sollst Du Dein Buch schreiben?*

Wir überlegen uns Deine Buch-Idee.

In deinen Blockzeiten wirst du zukünftig nicht nur schreiben, sondern auch Ideen sammeln, Entscheidungen treffen, Material sichten und zum Schluss deiner Challenge auch dein Buch vermarkten.

Lass uns mit der ersten Übung beginnen: Verwende dazu unbedingt Papier und Stift. Mache die folgende Übung nicht am Computer. Denn wenn du mit der Hand schreibst, dann bist du näher an deinem kreativen Potenzial. Nur so kannst du deine Ideen ließen lassen.

Du sitzt nun an deiner festgelegten Blockzeit an einem Ort deiner Wahl. Dann setzt du deinen Timer auf genau 15 Minuten und lässt die Magie beginnen:

SCHRITT 1: GROSSARTIGE IDEEN AUFSPRUDELN LASSEN.

Schreibe jetzt so viele Ideen - wie nur möglich - auf. Kritisiere oder richte über keine deiner Ideen. Überlege nicht sofort, wie die genaue Gliederung aussehen könnte. Sondern schreibe einfach alles auf.

Denke dabei an das Bekannte: Deine Hobbys, deinen Beruf, deine Interessen, deine Leidenschaft, das, was du in deinem Leben bereits erlebt hast. Besinne dich auf deine größten Erfolge, aber auch deine größten Niederlagen. Schreibe all die wichtigsten Lehren deines Lebens auf.

Als nächstes, wenn der Timer klingelt, hörst du sofort auf. Vertraue mir, dass die wichtigsten Dinge jetzt nach oben gespült wurden: Sie werden jetzt auf dem Blatt zu sehen sein.

Wenn es dir schwer fallen sollte das leere Blatt zu füllen, dann nutze doch gerne die Vorlage auf der nachfolgenden Seite.

Wenn wir ein Ziel haben, dann dürfen wir nicht bei der ersten Herausforderung stolpern oder stehen bleiben.

Vertraue auf deine Großartigkeit: Sie wartet nur darauf aus dir heraus zu sprudeln.

© BS Akademie GmbH

Hobbies:

Beruf:

Leidenschaft:

Lebenslehren:

Erfolge:

Niederlagen:

© BS Akademie GmbH

SCHRITT 2: DIE SELEKTION DEINER GROSSARTIGEN IDEEN.

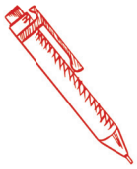
Setzte deinen Timer auf genau 15 Minuten. Wähle jetzt eines der Themen aus, die du notiert hast. Lies dir zunächst einmal alles laut vor, was du aufgeschrieben hast. Achte dabei auf dein Bauchgefühl. *Welche Themen scheinen am besten geeignet?*

Markiere daraufhin die 3 bis 5 Hauptthemen, die dir am besten gefallen.

Ich würde dir hier empfehlen unterschiedliche Farben zu verwenden:

Gerne nutze ich für ein Thema, wo ich schon eine ganz genaue Vorstellung habe eine grüne Farbe. Für ein Thema, wo ich direkt besonders viel Freude verspüre, wenn ich nur daran denke, darüber ein Buch zu schreiben, eine blaue Farbe. Und bei einem Thema, worüber ich bislang noch nicht besonders viel Wissen und Erfahrung habe, eine rote Farbe.

ACHTUNG: Wir sind immer noch in den Startlöchern deines Buch-Projektes. Alleine dafür brauchen manche Menschen endlos. Wirklich endlos, im wahrsten Sinne des Wortes: **Sie kommen nie zu einem Ende.**



© BS Akademie GmbH