

# Inhalt

Vorwort zur 2. Auflage .....	7
Vorwort .....	8
Schrittweise zum eigenen Schreibzeitplan .....	9
Schritt 1: Motivation und Selbstverpflichtung .....	15
Schritt 2: Definieren, wie viel Zeit Sie brauchen .....	21
Schritt 3: Schreibaufgaben bestimmen und Prioritäten setzen .....	35
Schritt 4: Aufgaben und Ziele definieren .....	41
Schritt 5: Planen .....	49
Schritt 6: Den Fortschritt kontrollieren .....	57
Schritt 7: Die Schreibumgebung gestalten .....	67
Schritt 8: Die Schreibsitzung und ihre Tücken .....	77
Schritt 9: Rituale und Belohnungen .....	89
Schritt 10: Einwänden trotzen .....	97
Und was, wenn das alles nicht funktioniert wie geplant? .....	107
Freude an der neuen Gewohnheit .....	115
Quintessenz der 10 Schritte .....	119
Didaktische Tipps für Lehrende an Hochschulen .....	121
Literatur .....	125