



Schreibcoachs arbeiten „ganzheitlich, mit Methoden aus der Psychologie und dem Führungskräftecoaching“ – über Entwicklungen, Einflussfaktoren und Qualitätskriterien im Schreibcoaching: Ein Praxisdialog mit Anke Fröchling

Anke Fröchling¹ · Melanie Fleischhacker² · Karin Wetschanow² · Carmen Mertlitsch²

Angenommen: 13. November 2020 / Online publiziert: 11. Dezember 2020
© Der/die Autor(en) 2020

Im Folgenden erteilt das Herausgeberinnenteam des Themenschwerpunktes „Interventionen im Schreibcoaching“ (Melanie Fleischhacker, Karin Wetschanow und Carmen Mertlitsch) einer Pionierin des Schreibcoachings das Wort und ermöglicht damit einen direkten Einblick in die Erfahrungen einer Schreibcoach. Damit wird dem praxisorientierten Ursprung der Schreibcoachingforschung Tribut gezollt und der Praxis wird neben den wissenschaftlichen Auseinandersetzungen mit dem Thema *Schreibcoaching* eine Stimme gegeben. Das Interview verdeutlicht die enge Beziehung zwischen Wissenschaft und Praxis und den Stellenwert praktischer Expertise für eine Etablierung und theoretische Weiterentwicklung des Feldes.

1 Können Sie kurz die Entwicklung des „Schreibcoachings“ aus Ihrer Sicht skizzieren?

Der Begriff *Schreibcoaching* wurde in der deutschsprachigen Literatur zum ersten Mal im Jahr 1999 verwendet, und zwar in „Schreiben ohne Reibungsverlust – Schreibcoaching für Profis“ vom Schweizer Sprach- und Medienwissenschaftler Daniel Perrin. Die Berliner Schreibforscher*innen und Schreibpädagog*innen Lutz von Werder, Barbara Schulte-Steinicke und Brigitte Schulte veröffent-

lichten 2001 „Weg mit Schreibstörungen und Lesestress: zur Praxis und Psychologie des Schreib- und Lesecoachings“. 2002 erschien mein Fachbuch „Schreibcoaching: Ein innovatives Beratungskonzept“ mit dem Ziel, auf Führungskräftecoaching basierende Kriterien für Schreibcoaching zu entwickeln. In der Zeit danach gab es Buchbeiträge und Artikel in Fachzeitschriften von verschiedenen Fachleuten zum Thema Schreibcoaching. 2018 erschien mein Buch „Professionelles Schreibcoaching – Konzept, Methoden, Praxis“.

Zur Praxis von Schreibcoaching: Als ich mich 1998 in Hamburg als Schreibcoach selbstständig machte, war ich eine Pionierin. Das Interesse der lokalen Presse an dieser neuen Form von Dienstleistung war sehr groß, wodurch der Begriff *Schreibcoaching* regional recht schnell bekannt wurde. Seit diesen Anfangszeiten hat sich das Angebot an Schreibcoaching im deutschsprachigen Raum immer weiter vergrößert. Zahlreiche Einzelpersonen und Agenturen bieten Schreibcoaching als Dienstleistung an, vor allem in den Ballungszentren und Universitätsstädten. Auch immer mehr Schreibberatungszentren an Universitäten und Hochschulen verwenden den Begriff. Darüber hinaus ist Schreibcoaching zunehmend Gegenstand von Forschung und Thema in der Aus- und Fortbildung.

2 Wie definieren Sie aus Ihrer Sicht „Schreibcoaching“ – auch in Abgrenzung zur Schreibberatung?

Auf den Punkt gebracht ist **Schreibcoaching** für mich die individuelle Beratung und prozessorientierte Begleitung im beruflichen, wissenschaftlichen oder literarischen Schreiben durch einen geeigneten und qualifizierten Schreibcoach. Wichtige Kriterien sind die gleiche Augenhöhe zwischen Coach und Klient*in, das Ziel der Hilfe zur

Anke Fröchling
anke.froechling@schreibcoaching.de

✉ Melanie Fleischhacker
Melanie.Fleischhacker@aau.at

¹ Schreibcoaching, Paul-Abraham-Weg 1, 81243 München, Deutschland

² SchreibCenter, Universität Klagenfurt, Universitätsstraße 65–67, 9020 Klagenfurt am Wörthersee, Österreich

Selbsthilfe und das Durchlaufen der definierten Phasen eines Coachingprozesses. Im Mittelpunkt des Schreibcoachings steht die ganze ratsuchende Person, die gezielt, intensiv und methodisch transparent in ihrem Schreibprozess begleitet und unterstützt wird.

Bei einer **Schreibberatung** stehen konkrete Fragen zur Textproduktion im Vordergrund, für die Klient*innen Rat, Informationen und Tipps erhalten. Es handelt sich dabei eher um punktuelle, pragmatische und fachlich orientierte Unterstützungsangebote. Ein Schreibcoach dagegen ist mehr Prozessbegleiter*in als Ratgeber*in, mehr Geburtshelfer*in als Ärztin oder Arzt. Sie oder er arbeitet ganzheitlich, mit Methoden aus der Psychologie und dem Führungskräftecoaching.

Es gibt jedoch sicherlich eine Schnittmenge zwischen Schreibberatung und Schreibcoaching. Eine wirkungsvolle Schreibberatung nutzt beispielsweise ebenfalls klientenzentrierte Gesprächsführung und Instrumente aus der Psychologie und der Schreibforschung. Bei beiden Hilfsangeboten sollte es darum gehen, die Klient*innen in ihrer Schreibkompetenz zu stärken und eventuelle Schreibprobleme zu lösen. Ich stehe jedoch dafür ein, den Begriff *Schreibcoaching* nur dann zu verwenden, wenn die Dienstleistung die Qualitätskriterien für professionelles Coaching erfüllt (siehe z. B. Rauen 2014; Loos 2006).

3 Welche Faktoren beeinflussen das Schreibcoaching? Worauf sollte eine Person, die Schreibcoachings abhält, vorbereitet sein?

Ein Schreibcoaching ist eine anspruchsvolle Arbeit, in der eine intensive Beziehung auf Zeit entsteht. Wie gut die Zusammenarbeit gelingt, hängt erfahrungsgemäß von vielen Faktoren ab; allen voran von der Qualifikation, der Persönlichkeit und dem Knowhow des Schreibcoachs. Darüber hinaus kommen auf Schreibcoachs in der Praxis verschiedene Herausforderungen zu, auf die sie sich meiner Auffassung nach mental und didaktisch-methodisch vorbereiten sollten.

So spielen die jeweiligen ratsuchenden **Personen und deren Persönlichkeiten** für den Prozess eines Schreibcoachings eine wichtige Rolle. Schreibcoachs sollten sich darauf einstellen, dass es zu schwierigen Situationen kommen kann. Wie gehe ich als Coach mit problematischem Kommunikationsverhalten um, zum Beispiel mit verbalen Angriffen, mit Rückzug, Monologen, dem Verschweigen von wichtigen Informationen? Wie verhalte ich mich als Coach, wenn zum Beispiel ein Klient Zeichen von psychischer Krankheit oder einer Persönlichkeitsstörung zeigt? Wie reagiere ich auf Unzuverlässigkeit? Was tue ich, wenn das Stressniveau einer Klientin zu hoch ist, um erfolgreich zusammenzuarbeiten? Wie gehe ich mit sexueller Anziehung

oder Übergriffigkeit um? Was mache ich, wenn Grundvoraussetzungen fehlen, wie Sprachkompetenz, Fähigkeiten zur Reflexion oder eine minimale Strukturiertheit?

Auch die **Dynamik zwischen Schreibcoach*, Klient*in und eventuellen Auftraggeber*innen** kann das Schreibcoaching erschweren und Schreibcoachs in ihrer Kompetenz zu intervenieren herausfordern. So können sich beispielsweise zwischen Coach* und Klient*in ein Machtkampf oder eine emotionale Abhängigkeit entwickeln. Im Coachingprozess können auch Emotionen entstehen oder ausgelöst werden, mit denen Schreibcoachs professionell umgehen sollten. Wenn etwa eine Führungskraft das Coaching beauftragt oder bewilligt hat, kommt ein weiterer Aspekt hinzu: Diese Klient*innen sind vielleicht nicht frei und unabhängig genug, um das Erreichte am Arbeitsplatz umzusetzen. Eventuell wurden sie zum Schreibcoaching überredet oder sogar gezwungen. Arbeitsbedingungen wie ein hoher Stresspegel oder ein negatives Betriebsklima können ebenfalls den Erfolg des Schreibcoachings gefährden oder verhindern.

Darüber hinaus spielt die **eigene Verfassung des Schreibcoachs** eine wichtige Rolle, wenn ein Schreibcoaching positiv verlaufen soll. Die eigenen Alllasten sollten grundsätzlich verstanden und durchgearbeitet sein. Aber die Persönlichkeitsentwicklung ist nie zu Ende, das Leben ist voller Ereignisse, die auch Schreibcoachs in eine Krise stürzen können – zum Beispiel schwere Krankheit, Unfall, Trennung, Tod einer nahestehenden Person. Auch feinfühlig, selbsterfahren und ganzheitlich denkende Schreibcoachs können zuweilen von Unsicherheiten und Selbstzweifeln geplagt werden. Es kann Phasen geben, in denen sie selbst unter innerem Druck stehen, stark angespannt, erschöpft, dünnhäutig oder depressiv sind. Hier haben Schreibcoachs eine besondere Verantwortung, gut für sich zu sorgen und sich über Therapie und/oder Supervision Unterstützung zu holen.

Probleme können sich in der Schreibcoaching-Praxis auch auf der Ebene der **Themen und Inhalte** ergeben. Schwierig wird es beispielsweise, wenn wichtige Informationen und Praxisbeispiele fehlen, um sich bestmöglich vorzubereiten und auf die Anliegen von Klient*innen einzugehen. Manchmal können Schreibcoachs die Erwartungen ihrer Klient*innen auch einfach nicht erfüllen. Oder aber Klient*innen kommen unter großem Leidensdruck ins Coaching und bringen eine Fülle und ein Durcheinander von zu bearbeitenden Themen mit. Auch die Komplexität und Kompliziertheit eines Themas oder seine emotionale Brisanz für die Klient*innen können das Schreibcoaching zu einer Herausforderung machen. Hier sind kommunikative, intellektuelle und methodische Kompetenzen gefragt.

Nicht zuletzt spielt auch die Ebene der **Methoden und Vorgehensweise** im Prozess des Schreibcoachings eine wichtige Rolle: Jede Person ist anders und so unterschei-

den sich Klient*innen vielleicht in ihrer Art zu denken, zu fühlen, zu handeln von der ihrer Coachs, oder sie brauchen etwas anderes in Stresssituationen. So kann es passieren, dass Klient*innen Widerstände fühlen, die Vorgehensweise ihrer Schreibcoachs in Frage stellen oder kritisieren. Auch kommt es vor, dass Methoden nicht verstanden werden oder nicht funktionieren. Schreibcoachs sollten auf jeden Fall auf Gegenwind gefasst sein. Hier ist es wichtig, Klient*innen einfühlsam und wertschätzend, aber gleichzeitig klar und mit einer angemessenen Abgrenzung zu begegnen.

4 Welche konkreten Interventionen haben sich für Sie bisher bewährt? Welche Instrumente setzen Sie in Schreibcoachings gerne ein?

Mir steht ein großer Werkzeugkasten an unterschiedlichsten Methoden und Interventionen zur Verfügung. Je nachdem, mit welchen Anliegen jemand in meine Praxis kommt, arbeite ich mit den passenden Instrumenten.

Eines meiner bewährtesten Instrumente ist der **Fragebogen zur inneren Schreibhaltung** für den Einstieg in den Coaching-Prozess. Ich lasse ihn vor dem ersten Termin ausfüllen und mir senden, sofern die Klientin, der Klient damit einverstanden ist. Er ermöglicht eine sehr gezielte Analyse, das Erarbeiten von konkreten Coaching-Zielen und das Finden von geeigneten Interventionen und Methoden. Wir kommen im Verlauf des Coachings immer wieder auf ihn zurück – auch, um die Fortschritte und den Erfolg des Schreibcoachings zu prüfen.

Die Grundlage des Schreibcoachings ist für mich das klientenzentrierte Gespräch mit dem aktiven, empathischen Zuhören, dem Zusammenfassen des Gesagten und dem verstehen wollenden Nachfragen. Ich arbeite im Coaching zunehmend mit dem Instrument der gewaltfreien beziehungsweise **wertschätzenden Kommunikation**: Zunächst sprechen wir über das, was in der aktuellen (Schreib-)Situation zu beobachten und wahrzunehmen ist. Dann erforschen wir gemeinsam die Emotionen – welche Gefühle werden oder wurden ausgelöst? Anschließend finden wir gemeinsam heraus, welche grundlegenden Bedürfnisse dahinterstecken. Und schließlich erarbeiten wir mit Hilfe von unterschiedlichsten Instrumenten Lösungen, welche die Klient*innen mit meiner Unterstützung Schritt für Schritt umsetzen.

Vor allem in der Beobachtungsphase des Coaching-Gesprächs arbeite ich sehr gern mit der Methode der **Visualisierung**, auf die ich dann in den weiteren Phasen immer wieder zurückgreife: Auf einem DIN-A4-Blatt in Querformat lasse ich die Klientin, den Klienten mit Symbolen, Pfeilen, Stichwörtern, verschiedenen Farben die aktuelle Situation zeichnen. Dadurch kommt sie oder er bereits in eine

aktive Gestaltung und beide Seiten gewinnen Erkenntnisse über die Dynamik der verschiedenen Faktoren.

Ich nutze im Schreibcoaching außerdem gern kreative Schreibtechniken. Das inzwischen sehr verbreitete **Mindmapping** ist immer noch mein Lieblingsinstrument, wenn es darum geht, Gedanken und Ideen für Texte zusammenzutragen und zu strukturieren. Ich biete mich auch bei Bedarf als persönliche Mindmapperin an, das heißt ich schreibe mit einem Mindmap-Programm am Computer Themen, Ideen und Fragen auf Äste mit, die wir dann gemeinsam hierarchisch und logisch ordnen. So begleite ich meine Klient*innen aus dem Chaos in eine einladende, übersichtliche und zugleich flexible Struktur. Diese ist dann als Gliederung die Basis für den weiteren Text.

Das **freie Schreiben** ist eine bewährte Methode, mit der ich immer dann arbeite, wenn es um Schreibhemmungen geht. Ich ergänze sie mit der Reflexion über die verschiedenen Phasen des Schreibprozesses, wodurch den Klient*innen unter anderem bewusst wird, dass sie nicht gleich druckreif schreiben müssen.

Ein Steckpferd von mir sind verschiedene selbst entwickelte **Checklisten, Fragebögen und Arbeitsblätter**, die meine Klient*innen durch das Stellen spezifischer Fragen zu ihren Problemen zur Reflexion einladen und Veränderungen initiieren. Hier geht es nicht um einfaches Ankreuzen, sondern darum, sich zu gezielten Fragen intensiv Gedanken und Notizen zu machen.

Ich nutze auch häufig **Planungsinstrumente**, mit deren Hilfe die Klient*innen Etappenziele definieren und ihre Schreibwoche organisieren. Der Nutzen ist immens: Die einzelnen, erfüllbaren Schritte im Schreibprozess machen den bedrohlichen großen Berg zu kleinen Hügeln. Dadurch kommen die Klient*innen ins Handeln, haben einen klaren, gangbaren Weg vor Augen und immer wieder Erfolgserlebnisse. Gelingt etwas nicht gleich, ist das im folgenden Coaching-Termin ein Anlass für weitere Interventionen. So kann ich meine Klient*innen individuell begleiten und unterstützen.

5 Können Sie auch ein konkretes Fallbeispiel anführen?

Ein **Fallbeispiel** soll eine Vorgehensweise und die Anwendung der Instrumente veranschaulichen: Eine Klientin kam mit massiven Schreibblockaden zu mir. Sie arbeitete in der Unternehmenskommunikation eines großen Versicherungsträgers. Das Verfassen von Artikeln der Mitarbeiterzeitung und von Reden für zwei Führungskräfte schob sie so lange vor sich her, dass sie die Texte schließlich unter größtem Zeitdruck schreiben musste. Sie arbeitete in einem Einzelbüro und sie hatte keine Möglichkeit, sich fachlich zum Thema *Schreiben* austauschen zu können.

Über das klientenzentrierte, wertschätzende Coaching-Gespräch fanden wir heraus, dass sie unter einer starken Angst litt, nicht gut genug zu sein und darin entdeckt zu werden. Das Aufschieben setzte sie zunehmend unter eine immense innere Anspannung, die wiederum verhinderte, dass sie sich konzentrieren und in einen Schreibfluss kommen konnte. Es fiel ihr sehr schwer, Textideen und Textinformationen zu sammeln, zu strukturieren und den Übergang zum Schreiben zu finden. Ein zusätzlicher, sehr belastender Faktor kam über den Fragebogen zur inneren Schreibhaltung und über eine Visualisierung ihrer aktuellen Situation klar zum Ausdruck: Sie fühlte sich im Schreibprozess einsam, abgeschnitten von Kolleg*innen und Vorgesetzten. Ihre grundlegenden Bedürfnisse nach Sicherheit, Authentizität, Akzeptanz und sozialem Kontakt waren nicht erfüllt. Sie wünschte sich einen Austausch auf gleicher Augenhöhe, mehr unterstützende Informationen und ein konstruktives Feedback.

Durch regelmäßiges freies Schreiben und durch die Arbeit an ihrer inneren Kritikerin konnte sie immer zügiger und gelöster in den Schreibprozess kommen. Es gelang ihr zunehmend, ihren Perfektionismus auf die Phase des Überarbeitens zu verschieben und ihre Textentwürfe durch klare Kriterien gezielt zu verbessern. Wir stärkten hierfür ihre Textsicherheit durch den Abgleich von Kriterien für leserorientierte Texte und durch deren Anwendung auf eigene Praxisbeispiele. Mit Hilfe von Mindmaps schaffte sie es, die Ideen für ihre Texte effektiv zu sammeln und in eine Struktur zu bringen.

Nach der Visualisierung ihres idealen Arbeitszustandes gestaltete sie ihr Büro neu, sorgte für ungestörte Schreibphasen und machte für jede Woche einen Schreibplan. Sie ging in den Kontakt zu ihrer Kollegin und zu ihrer Vorgesetzten, indem sie sich ihnen mehr öffnete und bei Bedarf um notwendige Informationen, um Unterstützung oder um Feedback bat. Nicht zuletzt durch ihre Entwicklung im Schreibcoaching fand sie schließlich den Mut und das Selbstvertrauen, in ein anderes Unternehmen zu wechseln – auf eine Position mit wesentlich besseren Rahmenbedingungen.

6 Wenn Sie sich als Praktikerin von der Forschung etwas wünschen könnten, welche Bereiche würden Sie gerne erforscht sehen?

Zunächst fände ich eine wissenschaftliche Bestandsaufnahme wichtig: Wie viele Einzelpersonen und Agenturen gibt es inzwischen in Deutschland, in Österreich und in der Schweiz, die Schreibcoaching anbieten? Wie bekannt ist der Begriff in der Bevölkerung? Was verstehen Anbieter*innen und Klient*innen von Schreibcoaching genau unter diesem

Begriff? Wie entwickelt sich die Verwendung des Begriffs an Universitäten und Hochschulen, wie in der freien Wirtschaft?

Mich würde darüber hinaus sehr interessieren, inwieweit das heute angebotene Schreibcoaching die aufgestellten Qualitätsstandards (z. B. Fröchling 2002 und 2018) erfüllt. Wie viel Prozent der Anbieter*innen im deutschsprachigen Raum arbeiten orientiert am Führungskräftecoaching? Welche Kriterien sind Maßstab für ihre Arbeit?

Für die Praxis sinnvoll wäre auch eine Studie, in der Klient*innen von Schreibcoaching befragt werden: Als wie wirkungsvoll erleben sie diese Form von Unterstützung? Welche Wünsche hätten sie an Schreibcoaching, an Schreibcoachs? Im Bereich Personalentwicklung ließe sich schließlich untersuchen, welche Veränderungen durch das Schreibcoaching die jeweilige Führungskraft bei ihrer Mitarbeiterin, ihrem Mitarbeiter wahrnehmen.

Open Access Dieser Artikel wird unter der Creative Commons Namensnennung 4.0 International Lizenz veröffentlicht, welche die Nutzung, Vervielfältigung, Bearbeitung, Verbreitung und Wiedergabe in jeglichem Medium und Format erlaubt, sofern Sie den/die ursprünglichen Autor(en) und die Quelle ordnungsgemäß nennen, einen Link zur Creative Commons Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden.

Die in diesem Artikel enthaltenen Bilder und sonstiges Drittmaterial unterliegen ebenfalls der genannten Creative Commons Lizenz, sofern sich aus der Abbildungslegende nichts anderes ergibt. Sofern das betreffende Material nicht unter der genannten Creative Commons Lizenz steht und die betreffende Handlung nicht nach gesetzlichen Vorschriften erlaubt ist, ist für die oben aufgeführten Weiterverwendungen des Materials die Einwilligung des jeweiligen Rechteinhabers einzuholen.

Weitere Details zur Lizenz entnehmen Sie bitte der Lizenzinformation auf <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.de>.



Anke Fröchling, Diplom-Kulturpädagogin, studierte Literatur, Musik, Psychologie und Soziologie an der Universität Hildesheim. Nach ihrem Studium arbeitete sie in den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit, Internetkoordination, Sekretariat, Teamassistentin und Kulturjournalismus. Am Institut für kreatives Schreiben, Berlin, ließ sie sich zur Trainerin für berufliches und wissenschaftliches Schreiben ausbilden. Von der Dudenredaktion Mannheim und der Schwäbisch Hall Training GmbH wurde sie zur Trainerin für die neue Rechtschreibung fortgebildet. Im Rahmen eines Dissertationsprojektes entwickelte sie ein Konzept für Schreibcoaching auf der Basis von Führungskräftecoaching. Seit 1998 arbeitet sie freiberuflich als Schreibcoach und -trainerin mit Klienten und Seminargruppen im deutschsprachigen Raum. Darüber hinaus ist sie als Korrespondenzberaterin, Lektorin, Texterin und Autorin tätig. Ursprünglich Hamburgerin, lebt sie seit 2009 in München.