

AUTORIN UND SCHREIBCOACH

Interview mit Sabrina Jordak

Das Leben ist voller Geschichten – einige erleben wir, andere tragen wir in uns. Für mich war das Schreiben schon immer eine Möglichkeit, Gedanken und Gefühle zu ordnen, Welten zu erschaffen und das Leben aus neuen Perspektiven zu betrachten. Doch der Weg zur Autorin war nicht immer klar – erst mit der Zeit habe ich erkannt, dass das Schreiben mehr ist als nur ein Hobby. In diesem Interview spreche ich über meinen persönlichen Schreibprozess, die Herausforderungen und Zweifel, die mich begleitet haben, und darüber, warum es mir so wichtig ist, Schreibenden mit dem STORYBOOK eine moderne, kreative Struktur an die Hand zu geben.

Persönliche Schreibreise

Wie bist du zum Schreiben gekommen?

Rückblickend habe ich eigentlich schon immer geschrieben – nur lange, ohne mich selbst als Autorin zu sehen. Als Kind waren es kleine Texte, oft einfach zum Spaß (und um meine kleine Schwester zu ärgern). Später habe ich begonnen, Erlebnisse und Gedanken aufzuschreiben, um sie für mich zu sortieren.

Dann kam eine lange Pause.

Und plötzlich war es 2023 wieder da. Auf einem Flug von Hamburg nach Zürich hatte ich dieses unglaubliche Bedürfnis zu schreiben. Ich habe ein Blatt Papier aus meiner Laptoptasche geschnappt und einfach losgekritzelt.

Aus diesem Impuls entstand mein erster Roman „Nie ganz losgelassen“ (vormals „Zwei Welten, ein Herz“). Ursprünglich war er vor allem für mich gedacht – als Inspiration, als Hilfe zur Selbsthilfe und als Möglichkeit, etwas zu verarbeiten. Irgendwann wurde daraus ein Buch. Und aus diesem Buch der Wunsch, noch viele weitere Geschichten zu erzählen.

Wann hast du gemerkt, dass das Schreiben mehr für dich ist als nur ein Hobby?

Den einen großen Moment gab es eigentlich nicht. Es war eher ein Prozess.

Als ich meinen ersten Roman geschrieben habe, habe ich zum ersten Mal erlebt, wie sehr ich in einer Geschichte verschwinden kann. Ich war plötzlich in dieser selbst erschaffenen Welt und habe alles um mich herum vergessen.

Da habe ich verstanden, was kreatives Schreiben für mich bedeutet: Aus ein paar Ideen entstehen Figuren, Bilder, Gefühle und irgendwann eine ganze Welt.

Spätestens als ich mein Manuskript beendet hatte, war klar: Das ist für mich kein Zeitvertreib. Ich will immer mehr Geschichten schreiben. Und ich will herausfinden, wohin mich das führt.

Gab es einen besonderen Moment, in dem du wusstest: „Ich bin Autorin“?

Ja. Und dieser Moment hatte überhaupt nichts mit einer Veröffentlichung oder Verkaufszahlen zu tun. Es war der Moment, in dem ich „Ende“ unter meinen ersten Roman

geschrieben habe. Ein unbeschreibliches Gefühl zu sehen, dass diese Geschichte, die monatelang nur in meinem Kopf existiert hatte, endlich vollständig vor mir lag. Schwarz auf weiß. Fertig.

Natürlich war ich auch vorher schon Autorin. Im Grunde genommen ist man das mit dem ersten Satz. Aber in diesem Moment habe ich es zum ersten Mal selbst geglaubt.

Was ist das Schönste daran, eine Geschichte von der ersten Idee bis zur letzten Seite wachsen zu sehen?

Der Moment, in dem sich die einzelnen Teile zusammenfügen.

Am Anfang ist eine Geschichte meist ein Gefühl, ein Bild oder eine Figur, die noch gar kein richtiges Gesicht hat. Dann kommen Szenen dazu, Beziehungen, Konflikte und Entscheidungen. Mit jedem Kapitel wird das Bild ein bisschen klarer.

Für mich ist das wie ein Puzzle. Erst liegen überall einzelne Teile herum und du hast keine Ahnung, wie sie zusammenpassen. Und irgendwann setzt du zwei Teile zusammen und denkst: Ja. Genau so.

Dieser Moment ist jedes Mal besonders.

Hast du bestimmte Rituale oder Schreiborte, die dir helfen, in den Flow zu kommen?

Kaffee gehört definitiv dazu.

Ich schreibe am liebsten, wenn ich ein bisschen Ruhe habe und in meine Geschichte eintauchen kann. Bevor ich weiterschreibe, lese ich oft die letzten Seiten noch einmal. So bin ich sofort wieder in der Welt meiner Figuren.

Und manchmal läuft Musik, passend zu der Stimmung, die ich gerade schreiben möchte.

Was für mich überhaupt nicht funktioniert: mich einfach vor ein leeres Dokument zu setzen und darauf zu hoffen, dass plötzlich eine Eingebung folgt. Ich muss zuerst wieder einen Zugang zu meiner Geschichte finden.

Herausforderungen & Zweifel

Was ist für dich die größte Herausforderung beim Schreiben deiner Bücher?

Die Mitte. Immer die Mitte.

Am Anfang eines Buches bin ich voller Energie. Alles ist neu, die Ideen sprudeln und ich kann es kaum erwarten, loszulegen. Und beim Ende weiß ich: Jetzt geht es auf die Zielgerade. Aber irgendwo dazwischen kommt dieser Punkt, an dem dann die großen Fragen auftauchen: Was mache ich hier eigentlich? Ist das gut? Wird die Story jemals fertig? Genau da hilft mir der Gedanke, dass ein erster Entwurf nicht perfekt sein muss. Ich darf Umwege machen, Szenen streichen und später überarbeiten. In der Mitte geht es für mich deshalb vor allem ums Dranbleiben.

AUTORIN UND SCHREIBCOACH

Interview mit Sabrina Jordak

Hast du manchmal Zweifel an deinen Stories - und wenn ja, wie überwindest du sie?

Ständig. Ich glaube, das gehört dazu, wenn man etwas erschafft. Dann kommen Fragen wie: Ist die Geschichte spannend genug? Werden die Leser meine Figuren mögen? Interessiert das überhaupt jemanden?

Was mir hilft, ist Abstand. Wenn ich merke, dass ich mich in einer Gedankenspirale festfahre, lege ich das Manuskript für ein paar Tage zur Seite. Danach sehe ich vieles klarer.

Und manchmal brauche ich einfach die Erinnerung daran, warum ich überhaupt angefangen habe zu schreiben. Nicht, weil alles perfekt werden muss, sondern weil ich Geschichten erzählen möchte.

Das Storybook

Wie kam dir die Idee, das STORYBOOK zu schreiben? Gab es einen Moment, in dem du dachtest: „So ein Workbook hätte ich früher selbst gebraucht“?

Absolut. Eigentlich ist das STORYBOOK aus meiner eigenen Frustration entstanden.

Als ich selbst mit dem Schreiben begonnen habe, habe ich unzählige Bücher, Blogs, Kurse und Ratgeber zum Thema Schreiben durchforstet. Das Problem: Je mehr ich gelesen habe, desto weniger wusste ich, welcher Weg eigentlich der richtige für mich ist.

Die einen schwören aufs Plotten, die anderen auf den kreativen Flow. Dazu kamen Methoden, die sich teilweise widersprochen haben.

Irgendwann dachte ich: Es muss doch einen Weg geben, der Struktur gibt, ohne Kreativität in ein Korsett zu zwängen. Genau daraus ist das STORYBOOK entstanden.

Ich wollte ein modernes Workbook schaffen, das Schreibenden Orientierung gibt und gleichzeitig Raum für den eigenen Prozess lässt. Denn ich glaube nicht an den einen richtigen Weg zum Buch. Ich glaube daran, dass jede den Weg finden darf, der zur eigenen Geschichte passt.

Welche typischen Fehler beim Schreiben kann das STORYBOOK verhindern?

Ein großer Stolperstein ist für mich, einfach loszuschreiben, ohne zu wissen, warum man diese Story eigentlich erzählen möchte.

Viele starten mit einer tollen Idee und verlieren irgendwann den Faden. Gerade dann hilft es, einen Schritt zurückzugehen und sich zu fragen: Warum ist mir diese Geschichte wichtig? Was möchte ich erzählen? Was soll bei den Leser:innen hängen bleiben?

Genau dabei setzt das STORYBOOK an. Es hilft dabei, Ideen zu entwickeln, Figuren und Handlung aufzubauen und gleichzeitig das eigene „Warum“ im Blick zu behalten.

Ein weiterer Klassiker ist Perfektionismus. Viele Schreibende hängen schon an den ersten Seiten fest, weil jeder Satz perfekt sein soll.

Dabei darf ein erster Entwurf erst einmal genau das sein: ein Entwurf. Die Geschichte muss aufs Papier. Schön machen kann man sie später immer noch.

Künstliche Intelligenz & Zukunft des Schreibens Was hältst du von Künstlicher Intelligenz im kreativen Schreiben?

Ich sehe KI als Werkzeug und genau so nutze ich sie auch. Ich habe mit verschiedenen Tools experimentiert und finde spannend, wie schnell sie Ideen aufgreifen, Fragen stellen oder neue Perspektiven liefern kann. Für mich ist KI vor allem im Planungs- und Überarbeitungsprozess hilfreich: zum Durchdenken alternativer Handlungsverläufe, zum Aufspüren von Lücken oder als Sparringspartner, wenn ich bei einer Idee festhänge. Auch bei Pitch-Mails oder der Vermarktung meiner Bücher kann sie mich unterstützen.

Beim eigentlichen Schreiben ziehe ich allerdings eine klare Grenze. Meine Figuren, meine Erfahrungen, meine Sprache und meine Perspektive sollen von mir kommen. KI kann mir Denkanstöße geben, aber sie soll nicht meine Stimme ersetzen.

Für mich ist sie deshalb weder Feindbild noch Ersatz für kreatives Schreiben. Sie ist ein Werkzeug. Und entscheidend ist, was wir daraus machen.

Hast du selbst schon mit KI-Tools wie ChatGPT geschrieben – und wenn ja, wie war deine Erfahrung?

Ja, ich habe mit verschiedenen KI-Tools experimentiert – unter anderem mit ChatGPT, Claude, Gemini, HIX.ai und Sudowrite.

Was mich daran fasziniert, ist die Geschwindigkeit. Ich kann eine Idee in den Raum stellen und bekomme innerhalb weniger Sekunden eine Gegenfrage oder einen möglichen Ansatz zurück von dem ich aus weiterarbeiten kann.

Gerade wenn ich feststecke, kann das unglaublich hilfreich sein. Ich nutze KI deshalb vor allem zum Planen, Strukturieren und Überarbeiten. Zum Beispiel, um alternative Handlungsstränge durchzudenken oder Lücken in einer Geschichte zu erkennen.

Das eigentliche Schreiben bleibt aber bei mir. Geschichten leben von Emotionen, Erfahrungen und einer individuellen Stimme. Genau das möchte ich auch bewahren.

Zum Schluss: Was würdest du Schreibenden raten, die das Gefühl haben, nie gut genug zu sein?

Ich würde ihnen sagen: **Schreib trotzdem.**

Zweifel gehören dazu. Ich kenne sie selbst nur zu gut. Die Frage, ob eine Geschichte gut genug ist, ob sie jemanden interessiert oder ob man überhaupt das Zeug dazu hat, taucht wahrscheinlich bei fast jedem Schreibprojekt irgendwann auf.

AUTORIN UND SCHREIBCOACH

Interview mit Sabrina Jordak

Aber Zweifel sind kein Beweis dafür, dass du es nicht kannst.
Sie zeigen vor allem, dass dir deine Geschichte wichtig ist.

Und von der Vorstellung, dass du erst perfekt schreiben musst,
bevor du dich Autor nennen darfst, kannst du dich gleich
verabschieden. Perfektion ist beim Schreiben kein Ziel, das man
irgendwann erreicht.

Schreib deine Geschichte. Überarbeite sie. Lerne dazu. Wachse
mit ihr.

Aber vor allem:

Erzähl sie. Denn niemand kann sie so erzählen wie du.

Sabrina