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 STORY**BOOK** 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 nicht immer bewusst. In meiner Kindheit waren es kleine Texte, die ich eher zum Spaß (oder um meine Schwester zu ärgern) verfasst habe. Später, in meiner Jugend, begann ich, meine Erlebnisse und Gedanken aufzuschreiben – als eine Art Verarbeitung. Dann gab es eine lange Pause. Doch 2023, auf einem Flug von Hamburg nach Zürich, war es plötzlich wieder da: dieses unbändige Bedürfnis zu schreiben. Es fühlte sich an, als hätte das Schreiben nur auf den richtigen Moment gewartet, um aus mir herauszubrechen. So entstand mein erster Liebesroman "Zwei Welten, ein Herz" – als Hilfe zur Selbsthilfe, als Inspiration für andere und als Teil meines eigenen Heilungsprozesses.

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

Es gab nicht diesen einen, klar definierten Moment. Vielmehr war es ein schleichender Prozess. Schon als Kind und Jugendliche habe ich geschrieben – aber eher als Spielerei oder Ventil für meine Gedanken.
Der wirkliche Wandel kam, als ich meinen ersten Roman schrieb. Ich war so tief in der Geschichte, dass ich alles um mich herum vergaß. Es war, als würde ich in eine andere Welt eintauchen, die ich selbst erschaffen hatte – ein Gefühl, das mich bis heute fasziniert. Genau das ist für mich kreatives Schreiben: nicht nur Worte aneinanderzureihen, sondern Bilder, Emotionen und ganze Welten zu erschaffen. Zum ersten Mal fühlte es sich nicht nur wie ein Hobby an, sondern wie etwas, das ich wirklich machen muss, um mich vollständig zu fühlen. Spätestens, als ich mein Manuskript abgeschlossen hatte, wusste ich: Das Schreiben ist kein Zeitvertreib mehr – es ist ein Teil von mir.

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

Ja und er hatte nichts mit Veröffentlichung oder Verkaufszahlen zu tun. Es war der Moment, als ich das Wort "Ende" unter meinen Debütroman schrieb. In diesem Augenblick wurde mir bewusst: Ich hatte es tatsächlich geschafft. Eine Geschichte, die monatelang in meinem Kopf lebte, stand nun schwarz auf weiß vor mir – vollständig, greifbar, echt. Natürlich war ich eigentlich schon ab dem ersten Satz Autorin. Doch erst, als ich das Manuskript abschloss, fühlte ich es wirklich. Das Schreiben hatte mich bis dahin getragen, durch Höhen und Tiefen begleitet – und mir gezeigt, dass ich nicht nur Geschichten erschaffe, sondern dass sie auch mich formen.

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

Definitiv! Ich schreibe am liebsten morgens, mit einer Tasse Kaffee neben mir. Ich brauche eine gewisse Ruhe, um in meine Geschichten eintauchen zu können. Manchmal hilft es mir, vorher Musik zu hören, die zur Stimmung meiner Szene passt.
Was für mich gar nicht funktioniert: einfach drauflosschreiben, wenn ich noch nicht wirklich in der Geschichte bin. Deshalb lese ich oft die letzten Seiten meines Manuskripts noch einmal, bevor ich weitermache – das bringt mich direkt wieder in die richtige Welt.

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

Das Schönste ist der Moment, wenn sich alles zusammenfügt. Anfangs ist es oft nur eine vage Idee – ein Gefühl, ein Bild, eine Figur, die noch kein Gesicht hat. Aber je mehr ich schreibe, desto lebendiger wird die Geschichte. Es ist ein bisschen wie ein Puzzle: Am Anfang liegen lauter einzelne Teile vor dir, und du weißt nicht genau, wie sie zusammenpassen. Doch dann, mit jedem Kapitel, wird das Bild klarer. Und irgendwann erkennst du: Ja, genau so soll es sein.

Herausforderungen & Zweifel

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

Die Mitte. Immer die Mitte.
Anfang und Ende eines Buches schreibe ich mit großer Begeisterung – da sprudeln die Ideen, und ich bin voller Energie. Doch irgendwann, irgendwo in der Mitte, kommt dieser Punkt, an dem ich mir denke: Was mache ich hier eigentlich? Ist das wirklich gut? Wird die Geschichte jemals fertig? Ich glaube, das ist der Moment, in dem viele Schreibprojekte scheitern. Man hat das Gefühl, festzustecken. Ich versuche dann, mir klarzumachen: Es muss nicht perfekt sein. Ich kann es später überarbeiten. Wichtig ist nur, dass ich weitermache.

Hast du manchmal Zweifel an deinen Geschichten – und wenn ja, wie überwindest du sie?

Ständig. Ich glaube, das gehört dazu, wenn man etwas erschafft. Manchmal frage ich mich: Ist die Geschichte spannend genug? Werden die Leser:innen meine Figuren mögen? Oder, noch schlimmer: Interessiert das überhaupt jemanden?
Was mir hilft, ist Abstand. Wenn ich das Gefühl habe, in einer Gedankenspirale festzustecken, lege ich das Manuskript für ein paar Tage zur Seite. Oft sehe ich danach viel klarer, was funktioniert und was nicht. Und manchmal brauche ich einfach die Erinnerung, warum ich angefangen habe zu schreiben – nicht für Perfektion, sondern für das Gefühl, das es mir gibt.

AUTORIN UND SCHREIBCOACH

Interview mit Sabrina Jordak

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“?

Ja, absolut! Es gibt unzählige Bücher, Blogs und Ratgeber zum Thema Schreiben – doch genau das war mein Problem. Mir hat die Struktur gefehlt. Ich war ständig damit beschäftigt, verschiedene Methoden auszuprobieren, nur um festzustellen, dass sie sich oft widersprachen. Während die einen behaupteten, Plotten sei der einzige Weg, rieten andere dazu, sich komplett auf den kreativen Flow zu verlassen.
Es hat mich so viel Energie gekostet, all diese Tipps und Tricks zu filtern – Energie, die ich lieber ins eigentliche Schreiben gesteckt hätte. Und dann waren viele Inhalte, auf die ich gestoßen bin, auch noch völlig veraltet, streng regelbasiert oder schlicht nicht mehr zeitgemäß. Das wollte ich unbedingt ändern. Mit meinem STORYBOOK wollte ich ein modernes Workbook schaffen, das nicht nur Struktur gibt, sondern gleichzeitig die kreative Freiheit bewahrt. Es vereint das Beste aus bewährten Methoden, ohne dogmatisch zu sein – und zeigt, dass es nicht den einen richtigen Weg gibt, sondern dass jede:r den eigenen Schreibprozess finden darf.

Welche typischen Fehler beim Schreiben kann das STORYBOOK verhindern?

Einer der größten Fehler ist es, einfach loszuschreiben, ohne eine klare Richtung oder ein echtes Commitment zu haben. Viele Autor:innen starten voller Begeisterung, doch ohne sich vorher zu fragen: Warum schreibe ich diese Geschichte? Warum ist sie mir wichtig? Ohne dieses innere Fundament fällt es oft schwer, dranzubleiben – besonders dann, wenn Zweifel oder Hindernisse auftauchen. Das STORYBOOK hilft genau dabei. Es unterstützt Schreibende nicht nur dabei, ihre Ideen zu entwickeln, Charaktere zu erschaffen und die Handlung sinnvoll aufzubauen, sondern auch, sich bewusst mit dem eigenen Warum auseinanderzusetzen. Denn wer versteht, warum eine Geschichte erzählt werden muss, bleibt auch dann motiviert, wenn es schwierig wird.
Ein weiterer Stolperstein ist der Perfektionismus. Viele Schreibende verzweifeln an den ersten Seiten, weil sie den perfekten Satz suchen, statt sich auf das Wesentliche zu konzentrieren: die Geschichte zu erzählen. Das STORYBOOK hilft dabei, Schreibblockaden zu lösen und gleichzeitig eine klare Struktur zu finden – ohne dabei die kreative Freiheit einzuschränken.

Künstliche Intelligenz & Zukunft des Schreibens

Was hältst du von Künstlicher Intelligenz im kreativen Schreiben?

Ich denke, KI ist ein Werkzeug – und wie man es nutzt, hängt vom Menschen ab. Für mich persönlich ersetzt KI nicht das Schreiben, aber sie kann ein wertvoller Sparringspartner sein. Ich nutze sie vor allem im Planungs- und Editierungsprozess – sei es, um alternative Handlungsstränge zu durchdenken, Lücken in der Struktur zu erkennen oder bestimmte Formulierungen zu optimieren (die KI ersetzt aber für mich nicht das Lektorat!). Auch im Bewerbungsprozess, also bei der Vermarktung eines Buches oder dem Schreiben von Pitch-Mails, unterstützt mich die KI.
Aber das eigentliche Schreiben? Das bleibt bei mir und meinem Herzen. Geschichten leben von Emotionen, persönlichen Erfahrungen und der individuellen Stimme der Autor:innen. Keine künstliche Intelligenz kann den einzigartigen Funken ersetzen, der eine Geschichte wirklich lebendig macht.

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

Ja, ich habe mit KI-Tools wie ChatGPT, Claude, HIX.ai oder Sudowrite experimentiert und meine Erfahrung war spannend und vielschichtig. Was mich besonders fasziniert: KI reagiert blitzschnell auf Ideen und kann überraschende Denkanstöße liefern. Schreibblockaden habe ich so gut wie keine mehr.
Aber: KI fühlt nicht. Sie kann Sprache imitieren, Strukturen vorschlagen und Ideen ausarbeiten – doch die Tiefe, die echten Emotionen, die Nuancen einer individuellen Stimme? Die kommen nur von einer Autorin oder einem Autor aus Fleisch und Blut. Deshalb nutze ich KI gezielt als Werkzeug, um effizienter zu arbeiten – aber sie ersetzt niemals meine kreative Stimme. Das eigentliche Schreiben bleibt für mich ein zutiefst menschlicher Prozess.

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

Zweifel gehören zum Prozess – jede:r Autor:in hat sie (ja, auch Stephen King). Zu zweifeln bedeutet nicht, dass du nicht gut genug bist – es bedeutet ganz einfach "nur", dass dir deine Geschichte wichtig ist. Und das Gute dabe ist: Niemand sonst kann deine Geschichte erzählen. Deine Perspektive, deine Stimme, deine Art, die Welt zu sehen – all das ist einzigartig.
Wovon du dich auch verabschieden kannst, ist Perfektion, denn die ist eine Illusion. Ein Buch muss nicht fehlerfrei sein, damit es berührt oder jemandem etwas bedeutet. Es muss nur ehrlich sein. Also schreibe - so gut du kannst - und erlaube dir, auf dem Weg zu wachsen. Denn das ist es, was Schreiben wirklich ausmacht ❤

Sabrina