

Reflexionsbogen: Finde dein Warum

Dieser Reflexionsbogen begleitet dich dabei, **deine persönliche Motivation fürs Schreiben zu klären**. Er ist keine Checkliste zum Abhaken, sondern eine **Einladung zum Nachdenken und Aufschreiben**. Nimm dir bewusst Zeit dafür. Je ehrlicher und konkreter deine Antworten sind, desto stärker wird dein **inneres Fundament für dein Buchprojekt**.

1. Dein persönliches Warum

Beantworte die folgenden Fragen schriftlich. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten – nur deine.

Warum möchtest du dieses Buch schreiben?

(Was treibt dich wirklich an?)

Was bedeutet dieses Buch für dich persönlich?

(z. B. Sichtbarkeit, Abschluss, Neuanfang, Weitergabe von Wissen)

Warum gerade jetzt?

(Was macht diesen Zeitpunkt besonders?)

2. Dein Ziel – kurz-, mittel- und langfristig

Motivation wächst, wenn Ziele greifbar werden. Stell dir dein Buch in verschiedenen Zeiträumen vor.

Drei Tage nach Veröffentlichung:

Was ist passiert? Wie fühlst du dich?



Drei Wochen nach Veröffentlichung:

Was ist sichtbar geworden? (z. B. Rückmeldungen, Verkäufe, Gespräche)

Drei Monate nach Veröffentlichung:

Was hat sich für dich verändert?

Drei Jahre nach Veröffentlichung:

Welche Rolle spielt dein Buch rückblickend in deinem Leben?

3. Deine Rolle als Autor:in

Warum bist du die richtige Person für dieses Buch?

(Erfahrungen, Perspektiven, Geschichten, Wissen)

Was möchtest du mit deinem Buch bewirken?

(Bei Leser:innen – aber auch bei dir selbst)

Wofür soll dein Name stehen, wenn jemand dein Buch gelesen hat?



4. Hindernisse und innere Widerstände

Motivation bedeutet nicht, keine Zweifel zu haben – sondern, ihnen bewusst zu begegnen.

Was hat dich bisher vom Schreiben abgehalten?

(Zeitmangel, Selbstzweifel, Perfektionismus, Angst vor Sichtbarkeit ...)

Was könnte dich in Zukunft ins Stocken bringen?

Was hilft dir konkret, trotzdem dranzubleiben?

(z. B. feste Schreibzeiten, Unterstützung, klare Ziele)

5. Dein Motivationssatz

Formuliere einen Satz, zu dem du zurückkehren kannst, wenn es schwierig wird.

Ich schreibe dieses Buch, weil ...

Platziere diesen Satz sichtbar – in deinem Schreibdokument, Notizbuch oder Arbeitsbereich.

6. Abschließender Gedanke

Dein Buch beginnt nicht mit dem ersten Kapitel, sondern mit deiner **inneren Entscheidung**. Wenn dein **Warum** klar ist, wird Schreiben nicht immer leicht – aber sinnvoll.

Komm zu diesem Reflexionsbogen zurück, wann immer Zweifel auftauchen. **Er erinnert dich daran, warum dein Buch geschrieben werden will.**

Vertiefende Tipps findest du im passenden Magazinartikel:

👉 [Motivation finden: Warum dein Buch genau jetzt geschrieben werden will](#)

