



Freewriting¹

1. Wählen Sie einen Begriff oder ein Thema als Ausgangspunkt.
2. Stellen Sie einen Wecker (oder Ihr Handy) auf 10, 15 oder 20 Minuten.
3. Denken Sie nur kurz nach und beginnen Sie zu schreiben, was immer Ihnen durch den Kopf geht.
4. Die schreibende Hand bleibt immer in Bewegung.
5. Lesen Sie nicht, was Sie geschrieben haben. Schreiben Sie weiter.
6. Nichts löschen oder wegstreichen!
7. Sorgen Sie sich nicht um Rechtschreibung, Satzzeichen und Grammatik.
8. Verlieren Sie die Kontrolle, folgen Sie Ihren Gedanken. Exkurse, Listen, Sprachwechsel und „Blödsinn“ sind okay.
9. Wenn Ihnen nichts mehr einfällt, schreiben Sie „Mir fällt nichts mehr ein...“, „bla bla bla...“ etc. bis ein neuer Gedanke kommt.
10. Wenn die Zeit um ist, schreiben Sie den angefangenen Gedanken fertig und hören Sie auf.

Nutzen Sie Freewriting, um ...

- den Kopf frei zu bekommen
- sich warm zu schreiben, ins Schreiben zu kommen
- das „Schreibdenken“ zu aktivieren
- in wenig Zeit viel Text zu produzieren
- Schreibblockaden zu lösen

Varianten

- Fragengeleitetes Freewriting: Stellen Sie sich eine Frage und versuchen Sie, sie im Freewriting zu beantworten.
- Nutzen Sie Freewriting zum Reaktivieren von Wissen (vor Prüfungen).
- Timed Writing: Stellen Sie sich einen Wecker und schreiben Sie für festgelegte Intervalle. Beginnen Sie dabei mit wenig Zeit (5 oder 10 Minuten) und steigern Sie sich auf längere Zeitspannen (20-25 Minuten).
- Rapid Writing: Stellen Sie sich die Aufgabe, in 10-15 Minuten so viel zu schreiben, wie Sie können.

Für 'Nicht-Natives':

- Beginnen Sie immer in der ‚Zielsprache‘ zu schreiben.
- Wenn Sie ein Wort nicht in der Zielsprache wissen, schreiben Sie es in der Sprache hin, in der es kommt, und kreisen Sie es ein. Sie können es später nachschauen.
- Nutzen Sie Freewriting zum Sprachenwechsel.

¹ Natalie Goldberg, *Writing down the Bones* (Shambala Publications, 1987) und Peter Elbow, *Writing with Power* (Oxford University Press 1998).