

Freewriting

Freewriting ist eine Brainstormingmethode und die Basistechnik für „Schreibdenken“. Dabei schreibst du deine eigenen Gedanken möglichst schnell und unzensiert nieder.

Was ist Freewriting?

Viele Schreibende zensieren bereits vor oder während des Schreibens ihre Gedanken und Formulierungen oder korrigieren Geschriebenes sofort immer wieder. Dies kann schnell dazu führen, dass Gedanken blockiert und wichtige Ideen verworfen werden. Das besondere Potenzial des Freewriting ist, dass das Denken und Aufschreiben der Gedanken gleichzeitig ablaufen. Der „innere Kritiker“ verstummt und es wird alles aufgeschrieben, was einem in den Sinn kommt. So entsteht ein Text in der eigenen Sprache mit neuen Ideen, interessanten Gedankengängen und treffenden Formulierungen, die für die weitere Arbeit am Schreibprojekt verwendet werden können.

Wozu eignet sich Freewriting?

- sich einschreiben vor einer Schreibeinheit / in den Schreibfluss kommen (z.B.: als Routine fest in den Schreiballtag integrieren)
- schwierige Emotionen bewältigen (z.B.: einen Konflikt, an den ständig gedacht wird) (vgl. Girgensohn und Sennewald S. 104)
- überflüssige Gedanken loswerden (z.B.: Was will ich heute sonst noch alles erledigen?)
- Ideen ergründen oder entwickeln (z.B.: Will ich wirklich darüber schreiben? Habe ich noch andere Ideen?)
- eigene Absichten und Ziele klären (z.B.: Was möchte ich in diesem Abschnitt zeigen?)
- sich Klarheit über Gelesenes verschaffen (z.B.: Was sind die für meine Arbeit wichtigsten Punkte? Was möchte der/die Autor:in hier sagen?)
- überlegen, was ein Kapitel umfassen und wie es strukturiert werden soll (z.B.: Zuerst möchte ich sagen, dass...; danach folgt ein Absatz zu...; in die Überleitung muss auf jeden Fall rein, dass...)

- das Schreibprojekt planen (z.B.: Was muss ich für mich noch klären? Wie kann ich meinen Tag besser strukturieren? Wie kann ich besser vorankommen?)
- als Grundlage für den Gliederungsentwurf des Schreibprojekts

Offenes und fokussiertes Freewriting

Während man beim offenen Freewriting völlig frei drauflosschreibt, konzentriert man sich beim fokussierten Freewriting auf ein bestimmtes Thema oder setzt einen bestimmten Schreibanlass um.

Offenes Freewriting eignet sich beispielsweise gut zur Emotionsverarbeitung, während man mit einem fokussierten Freewriting z.B. das eigene Schreibprojekt reflektieren könnte.

Anleitung

- Zeitrahmen setzen: 5–10 Minuten (Wecker stellen!)
- Beim fokussierten Freewriting festlegen, worüber du schreiben möchtest; das Thema als Überschrift notieren. Beim offenen Freewriting direkt losschreiben.
- Spontan alles aufschreiben, was dir in den Sinn kommt – egal ob richtig oder falsch, inhaltlich belanglos oder unsinnig. In ganzen Sätzen schreiben (vgl. Girgensohn und Sennewald S. 104)!
- Nicht zurückschauen, was schon geschrieben wurde, nichts durchstreichen.
- Sprachliche Richtigkeit, Grammatik und Interpunktion spielen keine Rolle (vgl. ebd.); Modus: Ich unterhalte mich mit einem:r Freund (in eigener Sprache schreiben).
- Innerhalb des festgesetzten Zeitrahmens nicht aufhören zu schreiben! Sobald der Schreibfluss ins Stocken kommt, z.B. schreiben „Was noch? Was noch?“. Die Schreibhand soll immer in Bewegung bleiben (vgl. ebd.).

Wie kann das Freewriting weiter genutzt werden?

- Lies dir den entstandenen Text durch und markiere Stellen, die du interessant findest.
- Welche neuen Ideen kannst du erkennen? Welche interessanten Aspekte gibt es? Was ist noch unklar?
- Erhältst du Aufschluss darüber, welchen Arbeitsschritt du als Nächstes angehen solltest?
- Welche Formulierungen oder Absätze kannst du weiterverwenden?
- Können Überschriften für einen Gliederungsentwurf aus dem Fließtext abgeleitet werden?

Beispiel-Formate für das offene Freewriting

- Schreibe am Computer und stelle die Schriftfarbe auf weiß. So kannst du nicht korrigierend eingreifen.
- Mit Zettel und Papier drauflosschreiben, wie bei einem Tagebuch.

Beispiel-Formate für das fokussierte Freewriting

- „Brief an eine:n Freund:in“ (Du weißt ja, dass ich gerade meine BA schreibe. Ich hänge gerade an einem Problem fest, von dem ich dir erzählen möchte...)“
- „Dialog mit dem:der inneren Kritiker:in“ (Ich: Ich könnte zu Beginn erklären, was ein offenes Freewriting ist; Kritiker:in: Willst du nicht lieber zuerst auf den Nutzen eingehen? Der Vorteil wäre...)“
- „Mein Schreibtisch berichtet“ (Heute ist Anna wieder total unkonzentriert. Ich glaube, das liegt daran, dass...; Sie sollte vielleicht mal ihren Arbeitsplatz gemütlicher gestalten oder...)“
- „Reflexion zum Schreibprojekt“ (Was ist mir heute gut gelungen? Wo möchte ich weiterarbeiten? Welche Ideen habe ich noch?)“

Unser Lesetipp: Zuerst vorgestellt wurde die Methode Freewriting von Peter Elbow. Mehr darüber erfährst du z.B. in seinem Buch *Writing without Teachers*. Oxford University Press, 1998.

Quelle:

Girgensohn, Katrin und Nadja Sennewald. *Schreiben lehren, Schreiben lernen: eine Einführung*. WBG, 2012.

Konzept: Schreibzentrum der TU Dresden, 2020.

Überarbeitung: Inhalt: Sharon Király, Satz und Barrierefreiheit: Leonie Reuter, 2023.

Lizenz: [CC BY-SA 4.0](#), außer Zitate und anderweitig gekennzeichnete Elemente

Dieses Dokument ist im Webbereich der TU Dresden aufrufbar unter tud.link/40s7 bzw. über den QR-Code:

