

Freewriting

Manchmal kann es passieren, dass eine Disposition, eine früh festgelegte Struktur das Denken und Schreiben mehr behindern als fördern.

Wenn Ihnen das passiert, kann Ihnen die Technik «Freewriting» dabei helfen, Ihren «Spielraum» wieder auszuweiten – sei es, dass Sie merken, wo oder wie Sie die Struktur abändern können; sei es, dass Sie sogar zur Einsicht gelangen, dass die Struktur als Ganzes ersetzt werden muss.

Benutzen Sie Ihre Fragestellung oder Ihren Arbeitstitel als Überschrift und schreiben Sie dazu einen Text.

Verfahren Sie dabei wie folgt:

- Schreiben Sie alles auf, was Ihnen in den Sinn kommt, zensurieren Sie Ihre Gedanken nicht.
- Schreiben Sie schnell und ohne Unterbrechungen
- Blicken Sie nicht auf das, was Sie bisher geschrieben haben, zurück.
- Achten Sie nicht auf korrekte Rechtschreibung oder Logik in der Darstellung, bewerten Sie das Bisherige nicht: Wichtig ist einzig und allein, dass Sie so kontinuierlich wie möglich schreiben.

Aber:

- Sobald Sie merken, dass Sie die Fragestellung oder das Thema verlassen, brechen Sie ab und beginnen Sie eine neue Zeile.
- Orientieren Sie sich wieder an der Fragestellung, am Thema.

Zeit: 3–5 Min.

Überprüfen Sie am Schluss die Abbruchstellen:

Haben Sie dort tatsächlich das Thema verlassen? Oder handelte es sich vielleicht sogar um einen Gedanken, der es wert wäre, weiterzudenken? Wenn Letzteres der Fall ist: Machen Sie sich dazu gleich anschliessend mehr Notizen (evtl. nochmals mit Freewriting oder einer anderen Technik wie Mindmap).

Wiederholen Sie diese Übung, wenn Sie beim ersten Mal erst richtig warm gelaufen sind oder wenn Sie das Gefühl haben, Sie könnten noch mehr herausholen.

Hinweise:

- Wenn Sie schnell mit Tippen sind, probieren Sie diese Technik doch gleich am Computer aus.
- Diese Technik können Sie auch einsetzen, um ganz zu Beginn eines Schreibprojekts Ideen zu sammeln. Vgl. dazu: Gerd Bräuer (2000): Schreiben als reflexive Praxis. Tagebuch – Arbeitsjournal – Portfolio. Freiburg i.Br.: Fillibach.