

Die zehn Regeln des Freewritings

1. Such dir einen Begriff oder ein Thema, zu dem du schreiben möchtest.
2. Stell dir eine Stoppuhr (gern auf deinem Smartphone) auf zehn, fünfzehn oder zwanzig Minuten.
3. Lege mit dem Schreiben los. Bring alles zu Papier, was dir gerade einfällt.
4. Setze die Hand nicht ab, bleib im Schreibfluss.
5. Lies nicht, was du eben zu Papier gebracht hast. Schreibe weiter.
6. Lösche nichts, streiche nichts durch.
7. Mach dir keine Gedanken um die Rechtschreibung, Grammatik und Zeichensetzung.
8. Es ist okay, wenn du das Gefühl hast, dass das Ganze kein Ziel hat. Es geht nicht um Kontrolle. Gib deinen Gedanken einfach Raum. Abschweifungen und Unsinn sind willkommen. Schicke deinen Zensor auf Urlaub!
9. Wenn du nicht weißt, was du schreiben sollst, schreibe einfach „Mir fällt gerade nichts ein“, und zwar so lange, bis dir wieder ein neuer Gedanke kommt.
10. Wenn die Zeit vorbei ist, schreibe den angefangenen Gedanken zu Ende und freue dich auf die nächste Freewriting-Session mit dir.

Mehr Infos unter: <https://www.schreibwerkstatt.co.at/zehn-regeln-freewriting/>