



# Der erste Tipp: Einfach losschreiben



- Einfach losschreiben – Das soll ein Tipp sein?
- Ja, die Methode hat sogar einen Namen.
- Sie heißt Freewriting.
- Das ist englisch und bedeutet: freies Schreiben.
- Man spricht es: Frie-raiting.

## Und so geht die Methode:

- Sie nehmen ein Blatt Papier und einen Stift und beginnen zu schreiben.
- Oder Sie tippen auf dem Computer.
- Es ist ganz egal, was Sie schreiben.
- Hauptsache, Sie schreiben irgendetwas.
- Hören Sie nicht auf zu schreiben.
- Wenn Ihnen gerade nichts einfällt, schreiben Sie zum Beispiel: Mir fällt gerade nichts ein.

- Kümmern Sie sich **nicht** um Fehler.
- Bewerten Sie **nicht**, was Sie schreiben.
- Denken Sie **nicht** nach.
- Schreiben Sie einfach immer weiter.
- Sie können auch nur einzelne Wörter schreiben, wenn Ihnen kein ganzer Satz einfällt.

- Am besten ist, wenn Sie sich vorher überlegen, wie lange Sie die Übung machen wollen.
- Dann können Sie sich einen Wecker stellen.
- 10 oder 15 Minuten reichen.

- Sie können das freie Schreiben auch mit einer Vorgabe machen.
- Das bedeutet:  
Sie schreiben zu einem bestimmten Thema.
- Zum Beispiel zum Thema Heimat.
- Dann schreiben Sie das Thema oben auf das Blatt und schreiben los.

- Das kann zum Beispiel so aussehen:

*Heimat – Was ist das?*

*Heimat, was kann das schon sein? Apfelkuchen, Elternhaus, Rotkäppchen. Mehr fällt mir gerade nicht ein. Blablabla. Oh man, ist das schwierig. Also: Heimat, was ist das für mich? Ich glaube, ich fühle mich daheim, wenn ich an meine Eltern denke. Ist das alles? Was habe ich in meiner Heimat erlebt? Da war doch damals dieser Sommer. Wann war das nochmal? Das könnte doch eine gute Geschichte werden. Damals bei Oma, als ich vom Baum gefallen bin. Das war schlimm, aber auch schön ...*

- Dann schreiben Sie einfach so lange, bis der Wecker klingelt.
- Und wenn Sie Lust haben, schreiben Sie noch länger.
- Der Text ist dann natürlich noch keine richtige Geschichte.
- Aber Sie bekommen vielleicht eine Idee für eine Geschichte.
- Und Sie können vielleicht Teile davon für Ihre Geschichte nehmen.

Das Wichtigste bei dieser Methode ist:  
Sie merken, dass beim Schreiben Ideen kommen und  
dass Schreiben gar nicht kompliziert sein muss.

Schreiben Sie einfach los.  
Ich wünsche Ihnen viel Spaß.



Informationen und Seminare  
in Leichter Sprache, Gespräche,  
Schreibwettbewerb und andere  
Aktivitäten rund um die Themen  
„Unsere Heimat Baden-Württemberg  
und Landtagswahl 2021“

Internetseite für Informationen  
über politische Teilhabe und Wahlen:  
[www.einfach-waehlen-gehen.de](http://www.einfach-waehlen-gehen.de)



Easy-Uno  
Leichter Sprache

Eine Kooperation der vhs Unteres Remstal  
und der Diakonie Stellen



Volksheuschule  
Unteres Remstal

Unterstützt durch das  
Ministerium für Soziales und Integration  
Baden-Württemberg