

## Writer's block

Als je je writer's block de kans geeft om zich te ontwikkelen, wordt de stap om alleen al naar je document/manuscript te kijken steeds beladener. Uitstellen is geen goed idee. Het is net als met pijn in je nek: liever ga je op tijd naar de fysiotherapeut en niet pas als je flink in je bewegingen beperkt wordt (wat lange tijd mijn model was).

Bij fictie stel ik me voor dat een writer's block moeilijker te overwinnen is. Voor non-fictie denk ik dat wat omtrekkende bewegingen je eruit kunnen halen.

We zijn het er vast over eens dat de oorzaak tussen de oren zit. Er is iets wat je blokkeert bij het (verder) schrijven. Vaak zijn dat grote gedachten die het hele boek betreffen. En gedachten die vanuit het nu een enorme sprong nemen naar het resultaat en hoe dat dan geworden is.

Dat is iets wat niemand weet. Jij ook niet. Dus laten we die gedachten parkeren. Gewoon niet meer aan denken. Als ze opkomen zeg je er nee tegen. Nee, terug in je hok. Want het helpt niet.

## Wanneer ingrijpen?

Daar zit je dan met je writer's block. Je bent je plezier in het schrijven kwijtgeraakt en ervan overtuigd dat je niet verder komt. Wanneer is het tijd om in te grijpen? Ik denk als je op verschillende momenten pogingen gedaan hebt om verder te gaan met schrijven, maar je vindt dat er niets zinnigs meer op papier komt. Je hebt geen ideeën meer die je verhaal verrijken. Je krijgt er nare gevoelens bij, zoals frustratie, ergernis, woede of **schrijfangst**\*. En het houdt een tijdje aan; je ervaart het als lang. Dan is het hoog tijd om actie te ondernemen.

## Wat dan?

Tja, de boel is op een dood spoor beland en wat dan? De meest rigoureuze oplossing (en de meest onvruchtbare) is stoppen met je boek. Daar zou ik niet gauw voor kiezen, omdat je dan de ervaring mist dat je uit deze situatie kunt komen. En omdat er misschien voortaan om alles wat je ooit wilt schrijven, een negatief aureool hangt. Alsof de bron voorgoed is opgedroogd. Dat is natuurlijk niet zo. Bovendien ben je niet voor niets aan je boek begonnen: je hebt een waardevol verhaal te vertellen.

Soms helpt het om de oorzaak op te sporen. Mogelijk schort er wat aan je research. Of liggen er vragen open: over de inhoud of over het vervolg van je boek. Soms vragen die je te vroeg in het **schrijfproces** stelt. Dat kan je flink dwarszitten. Als dat speelt: **parkeren** en later bij terugkomen. Of je **twijfelt** aan je idee(ën). Wat de oorzaak ook is, als je eruit wilt komen, probeer dan gewoon iets: liefst een piepkleine **stap**, zoals je document openen en er 5 minuten naar kijken (niet langer). Dan heb je een beginnetje gemaakt.

Zorg daarbij wel voor een goede **stemming**. Eerst wandelen om de somberheid te verdrijven of je bureau opruimen om helderheid de ruimte te geven. En ook een constructieve **houding** is behulpzaam, net als vertrouwen op de goede afloop.

En misschien werkt dit voor je: concrete **vragen stellen**. Over de inhoud, over wat je dwarszit, over je aanpak. Komen de antwoorden niet meteen, laat het dan rusten. Ze dienen zich later wel aan.

### **Adviezen van anderen**

Omdat writer's block iets is wat je enorm kan hinderen, heb ik ook wat adviezen voor je verzameld van 3 mensen die ik hoog heb zitten (beperkt tot de essentie, dus zonder de context die zij erbij verschaffen).

1. Gary Provost (*100 ways to improve your writing*, 1985) heeft meerdere praktische tips zoals bewegen voor je begint met schrijven en stoppen als je moe wordt. En direct aan schrijven gekoppeld '*do writing exercises before starting a writing project*'. Waar moet je aan denken bij **schrijfoefeningen**? Provost geeft als voorbeeld '*ten rhyming words or describe the inside of a Ping-Pong Ball*'. Het maakt niet uit wat je doet, maar wel hoe, namelijk '*in a noncritical way*'. En verder, zegt hij, schrijf alsof je in gesprek bent met je **lezers**. Altijd een goed idee 😊. Wat wil je lezer weten?

2. Stephen King (*On Writing*, 2000) raadt dit aan: '*Boredom can be a very good thing for someone in a creative jam.*' Waarbij de actie bestaat uit niets doen.

En 3. Elizabeth Gilbert refereert in haar boek over creativiteit *Big Magic* (2015) aan *Tristram Shandy* van Laurence Stern, waarin als remedie geadviseerd wordt om je flink op te doffen en om mooi aangekleed door de kamer heen en weer te lopen, om zo inspiratie en ideeën aan te trekken. Kun je onzin vinden (hoewel ik zeker weet dat ik beter nadenk in dagelijkse kleding dan in pyjama), maar een luchtige, positieve benadering gaat je uit je writer's block krijgen. Evenals er niet voor weglopen en wel dingen proberen.

### **Of probeer dit**

Sta jezelf toe om slecht te schrijven. Wat kan jou het schelen. Niemand weet het. Gooi gewoon bagger het papier op. Dan staat er wat en dat werkt vaak bevrijdend.

Blijf andere dingen schrijven, zodat je writer's block zich beperkt tot je manuscript, maar niet de kans krijgt om jou compleet in de tang te nemen. Probeer het eens met pen en papier, als het op de computer niet lukt. Op papier is het gemakkelijker kliederen. Dan is je lege papier niet meer leeg, dat scheelt.

En wie weet helpt dit je: andere mensen erbij betrekken. Afspreken om tegelijk te gaan schrijven. Zij gaan vrolijk verder. Jij geeft je over aan omtrekkende bewegingen: als je maar iets schrijft, al is het maar over de beren op de weg of de demonen in je hoofd.

\* de vetgedrukte woorden zijn onderwerpen waarover je meer leest in *De B van beginnen - met schrijven*