

# Van schrijven voor goedkeuring naar schrijven wat je echt wil schrijven

Door  
Annelies Van Dyck

Denk jij tijdens het schrijven al aan hoe de tekst ontvangen zal worden door je lezer? Als je het goed aanpakt, is daar niets mis mee. Maar als je te snel kritisch wordt of met te veel meningen rekening houdt, kan het een domper zijn op je creativiteit.

Wat kan je daaraan doen? Hoe kan jij je vrijheid herwinnen en schrijven wat je écht wil schrijven? Met de oefeningen hieronder geraak je al een stuk op weg.

## 1. Leer parkeren

Elk creatief proces bestaat uit een 'divergente' en een 'convergente' fase. In de eerste, divergente fase mag jij je ideeën laten ontstaan. Pas later ga je selecteren.

Je kan het vergelijken met zaadjes die ontkiemen. In de allerprilste fase lijken alle planten op elkaar: een open-gescheurd zaadje, een stengeltje en twee frisgroene blaadjes. Pas later ga je duidelijk zien met welke plant je te maken hebt. Dan pas kan je weten of je die plant wel in je tuin wil.

Ook je ideeën mag je eerst laten groeien voor je gaat wieden. Kritisch

kijken naar je tekst komt op het eind van je schrijfproces: dan pas wordt de mening van je lezers belangrijk. Is het idee voor je tekst nog aan het rijpen? Of schrijf je de eerste versie van je tekst? Parkeer dan de mening van anderen. Noteer alle kritische invallen op een blad waarop je in het groot 'redactie' schrijft. Dat is handig voor later.

## 2. Wiens goedkeuring zoek je?

Een andere manier om je vrijheid te herwinnen in je schrijfproces, is door te onderzoeken met wiens mening je (al dan niet bewust) rekening houdt.

Wie zit er in je gedachten allemaal over je schouder mee te lezen? Van wie zou je graag een compliment krijgen over deze tekst? Schrijf daarover met pen en papier. Noteer namen en waarom hun mening belangrijk voor je is.

Klaar? Kijk dan eens met afstand naar wie er allemaal op je papier is verschenen. Wiens mening zal relevant zijn in de redactiefase? En wiens mening kan je naast je neerleggen?

## 3. Omarm je innerlijke criticus

Soms is de meest kritische stem die van jezelf: je innerlijke criticus, die een



Annelies Van Dyck

© Annelies Van Dyck

## Flowschrijven kan je niet fout doen. Alles wat er komt, is per definitie oké. Een zin hoeft zelfs grammaticaal niet correct te zijn. Dat maakt flowschrijven erg bevrijdend.

mening heeft over alles wat je lief is. Je innerlijke criticus is een stem die gevormd is in je kindertijd. Hij heeft maar één doel: jou beschermen tegen onheil. Hij heeft het beste met je voor, alleen toont hij dat onhandig. Het loont om hem wat (begrensde) aandacht te schenken.

Zet een kookwekker op vijf minuten. Noteer met pen en papier elke kritische gedachte die in je hoofd komt, bijvoorbeeld: "Ik kan helemaal niet schrijven. Die publicatie was een toevalstreffer. Die derde plaats bij een wedstrijd? Ik was niet eerst." Wees eerlijk, schrijf op wat er komt en blijf vooral doorschrijven. Je gedachten analyseren is niet nodig, je mag ze gewoon neerschrijven.

Na vijf minuten trek je een streep onder je schrijfsels. Je innerlijke criticus heeft nu genoeg verteld; het is tijd voor een antwoord.

Bedank hem, stel hem gerust. Ja, het is spannend om te schrijven. Maar op dit moment lees enkel jij de woorden die je schrijft. Je zal je tekst nog nalezen, je hebt een spellingschecker én je kan altijd hulp vragen aan iemand die je vertrouwt.

### 4. Terugdenken

Dit is niet de eerste tekst die je schrijft. Denk eens terug aan een

tekst die wél vlot uit je pen vloeide, zonder dat je al te veel rekening hield met de mening van anderen.

Welke tekst was dat? Waar schreef je hem? Wat deed je toen anders dan nu?

Het is fijn om hierover van gedachten te wisselen met een collega-schrijver. De inzichten die je opdoet, kunnen je helpen om een stap te zetten richting een fijner schrijfproces.

### 5. Gun jezelf speeltijd

Als je wil leren schrijven wat je zelf wil schrijven, moet je natuurlijk wel een idee hebben van wat je wil. Eén van de leukste manieren om daar voeling mee te krijgen, is om meer 'speeltijd' in te bouwen. De Amerikaanse schrijfcoach Julia Cameron pleit in het boek *The Artist Way* zelfs voor een wekelijkse speel-date met je 'innerlijke artiest'.

Gun jezelf iets wat jou deugd zou doen. Word jij blij van schommelen, van plessenspringen of van Afrikaans dansen? Ga het vooral doen. Het komt je schrijfwerk ten goede.

### 6. Let it flow

Flowschrijven is een techniek waarmee je je innerlijke criticus kan uitschakelen. Je schrijft je gedachten neer en houdt dat consequent een tijdje vol.

Belangrijk bij flowschrijven is dat je niet stopt met schrijven en dat je niets doorstreept. Blijf gewoon verder schrijven, wat er ook komt – zelfs als dat niets is.

Flowschrijven kan je niet fout doen. Alles wat er komt, is per definitie oké.

Een zin hoeft zelfs grammaticaal niet correct te zijn. Dat maakt flowschrijven erg bevrijdend.

Je kan flowschrijven inzetten op verschillende manieren. Schrijf bijvoorbeeld eens vijf minuten lang heel associatief op basis van woordklank of betekenis. Censureer niets. Laat je verrassen door wat er ontstaat. Of noteer meteen na het wakker worden je gedachten in een schrift.

Vergeet 'mooi' schrijven: je ochtendpagina's hoeven niet literair te zijn. Julia Cameron bedacht deze schrijfmethode als manier om je innerlijke criticus te onderzoeken en vervolgens achter te laten.

Een derde manier van flowschrijven is via een schrijfprompt. Dat kan een deel van een zin zijn zoals "Ik denk (niet) aan..." of een willekeurig onderwerp (bijvoorbeeld 'teenslippers'). De Amerikaanse schrijfcoach en zenboeddhiste Natalie Goldberg ziet deze vorm van flowschrijven als een vorm van meditatie waarbij je, als je afdwaalt, steeds terugkeert naar de schrijfprompt. De resultaten met deze methode zijn vaak verrassend bruikbaar in literaire teksten.

Annelies Van Dyck is schrijfcoach, dichter en lesgever in het hoger onderwijs. Ze begeleidt schrijvers naar een schrijfproces dat bij hen past. Het is haar missie om schrijfplezier te voeden en schrijfblokkades de wereld uit te helpen. Je kan Annelies volgen op Instagram (@annelies\_auryn) en Facebook (@auryninspireert).