

OP WEG NAAR PUBLICATIE - OMGAAN MET FEEDBACK

HOE GA JE OM MET NEGATIEVE FEEDBACK?

Negatieve feedback op een verhaal kan soms lastig zijn om te ontvangen, vooral als je veel tijd en energie hebt gestoken in het schrijven van het verhaal. Hier zijn enkele tips om met negatieve feedback om te gaan:

1. **Blijf open, zie het als een kans om te leren** – Luister naar- of lees de feedback zonder meteen in de verdediging te schieten. Probeer de feedback objectief en positief te bekijken en gebruik het als een kans om te leren en te groeien als schrijver.
2. **Laat het bezinken** – Geef jezelf de tijd om de feedback te verwerken. Laat het even bezinken en ga dan terug naar het verhaal met een frisse blik.
3. **Benader het op positieve wijze** – Ga er altijd vanuit dat de feedback-gever het beste met je voor heeft. Negatieve feedback legt altijd een paar zwakke punten bloot die jijzelf mogelijk over het hoofd hebt gezien. Gebruik de feedback om die mogelijke zwakke punten van het verhaal te identificeren en werk eraan om deze te verbeteren.
4. **Kies wat voor jou nuttig is** – Sommige feedback is nutteloos, bijvoorbeeld omdat die lezer dingen wil en dingen verwacht van jouw verhaal, die niet bij jouw verhaal past. Kies daarom dat wat voor jou nuttig is. Zie de rest als “goed om te weten”.
5. **Stel vragen** – Stel vragen om de feedback beter te begrijpen. Vraag om verduidelijking als iets niet duidelijk is, en weest niet bang om om suggesties te vragen voor hoe je het verhaal zou kunnen verbeteren.
6. **Vertrouw in jezelf** – Blijf vertrouwen houden in je eigen schrijfkwaliteiten. Negatieve feedback betekent niet dat je een slechte schrijver bent. Het betekent alleen dat er waarschijnlijk ruimte is voor verbetering.

WAT ALS DE NEGATIEVE FEEDBACK ALLEEN MAAR NEGATIEF IS?

Als de negatieve feedback die je hebt ontvangen alleen maar negatief is, kan dat ontmoedigend zijn en je zelfvertrouwen als schrijver of verteller aantasten. Hier zijn enkele suggesties die je kunnen helpen om om te gaan met dit soort feedback:

1. **Analyseer de feedback** – Ga na of de negatieve feedback specifiek en constructief is, of dat het alleen maar kritiek is zonder suggesties voor verbetering. Als de feedback geen constructieve suggesties bevat, is het waarschijnlijk niet erg nuttig. Als die feedback voor jou niet nuttig is, hoef je er verder niets mee te doen.
2. **Blijf positief** – Houd in gedachten dat het ontvangen van negatieve feedback een kans is om te leren en te groeien. Zie het als een kans om je vaardigheden als schrijver of verteller te verbeteren en het verhaal sterker te maken.
3. **Zoek andere meningen** – Het kan zijn dat de persoon die de negatieve feedback heeft gegeven, een andere smaak of mening heeft dan jij. Zoek daarom ook andere mensen op die het verhaal willen lezen en vraag om hun feedback.
4. **Neem pauze** – Als je merkt dat de negatieve feedback te veel druk op je legt, neem dan een pauze van het schrijven. Neem de tijd om te ontspannen en je gedachten te ordenen.
5. **Laat het rusten** – Soms kan het helpen om de feedback even te laten rusten en er later op terug te komen als je meer afstand hebt genomen van het verhaal. Misschien zie je dan nieuwe mogelijkheden om het verhaal te verbeteren.

6. **Bedank de persoon** – Ook als de feedback alleen maar negatief is, kun je de persoon bedanken voor zijn/haar tijd en moeite om feedback te geven. Onthoud dat het geven van feedback een teken is van betrokkenheid en interesse in jouw werk.

JE WILT DE FEEDBACK GAAN VERWERKEN. MAAR HOE?

1. **Ga terug naar je eigen kern** – Wat wilde *jij* met dit verhaal? Wat was *jouw* doel? Welke impact wilde je bereiken bij je lezer(s)? Schrijf dit op voor jezelf.
2. **Kijk hoe de feedback jou kan helpen** – Als bepaalde doelen in je verhaal voor die lezer niet behaald zijn, kijk waarom dat mogelijk niet gelukt is. Kijk naar je eigen werk, vanuit de ogen van die lezer. Zie of ook jij ziet wat die lezer zag.
3. **Maak een plan** – Maak een plan waarin je bepaalt wat je wel en niet gaat doen en wel en niet gaat verwerken. Dat kan een bullet-lijst zijn, of meer. Jij bepaalt wat werkt. De werkzaamheden kunnen bestaan uit grondige revisies, maar ook uit lichte aanpassingen. Wellicht zijn een paar extra zinnen al voldoende, of een iets betere verwoording van bepaalde scènes of dialogen.
4. **Voer dat plan uit, maar blijf altijd bij jezelf** – Herzie wat volgens jou herzien kan worden. Doe dat vanuit jouw perspectief en jouw doelstellingen. Het is immers jouw verhaal en niet dat van de proeflezer.

JE RAAKT DOOR NEGATIEVE FEEDBACK IN EEN SCHRIJVERSBLUK. EN DAN?

Het kan gebeuren dat je door negatieve feedback in een schrijversblok terecht komt. Zelfs als feedback goedbedoeld is, kan het soms hard aankomen.

1. **De feedback gaat over je verhaal** – De feedback gaat over je verhaal en niet over jou. Dit is belangrijk om in gedachten te houden, als daar je trigger ligt.
2. **Blijf positief** – De feedback was negatief. En dus? Kijk wat je kunt gebruiken. Kijk wat je *wilt* gebruiken. Ga terug naar je eigen kern. De feedbackgever is niet de schrijver. Jij bepaalt. Jij kiest.
3. **Ga door je emoties heen** – Doet het pijn? Prima. Voel die pijn. Doet het verdriet? Prima. Voel dat verdriet. Het is OK. Naarmate je groeit als schrijver, zal dit steeds minder emoties kosten en steeds meer helpen om je werk beter te maken.
4. **Maak een plan** – Zie hierboven.
5. **Voer dat plan uit** – Zie hierboven.

Een schrijversblok komt vaak doordat je de stem en de kritiek van iemand anders de jouwe maakt. “Je bent niet goed genoeg” etcetera. Die stem van iemand anders is waardeloos, als deze elke nieuwe zin die je schrijft omlaag haalt. Het wordt een saboteur van jouw werk.

Vaak is de kritiekgever zich daar niet bewust van. En vaak is en was dat niet de intentie van die kritiek.

Maar hoe schakel je die saboteur uit?

1. **Je innerlijke criticus is geen schrijver** – Je innerlijke criticus is heel veel, maar geen creatieve kracht. En daarom is het belangrijk dat die innerlijke criticus z’n muil houdt, terwijl jij je verhaal schrijft.

2. **Je innerlijke criticus heeft bestaansrecht** – Er is echter een reden waarom die criticus daar is. Het is namelijk dat deel van jezelf dat ambities heeft, graag hoger wilt grijpen, de sterren wilt bereiken. En om dat te kunnen, zal je beter moeten worden.
3. **Waarom je innerlijke criticus jou in de weg komt staan** – Je innerlijke criticus heeft je iets te vertellen, dat in de basis positief is (wordt beter! Streef hoger!). Maar het heeft waarschijnlijk nog niet de juiste manier gevonden om dit op een positieve en opbouwende manier op jou over te brengen. Het gebruikt waarschijnlijk angst en negativiteit om de boodschap over te brengen. Dit gaat veranderen zodra je die criticus positieve ruimte geeft, en zodra je heldere grenzen stelt (“dit is schrijven. Dit is redigeren”).
4. **Schrijf wat jij wilt schrijven** – Is je eerste versie “bagger”? So what! Daarvoor zijn redactierondes. Vertrouw in jezelf. Tap in je creatieve kant. Schrijf wat je wilt schrijven. Ga los. Smijt dingen aan stukken. Ga wild. Maak fouten! Maak feest! Fuck de criticus!
5. **Ga door/vindt je flow** – Schrijf. Schrijf meer. Fuck die criticus en schrijf nog meer. Vindt je flow. Vertrouw je eigen proces.
6. **Reviseer, maar alleen als jij zin hebt** – Ga niet bij elke zin en elke scene die je schrijft denken: “is dit goed? Is dit goed genoeg?” Stel dat uit voor later. Kies een specifiek moment. Schrijf!
7. **Reviseer, maar binnen duidelijke kaders** – Kies een duidelijk moment. Kies een duidelijk proces. Wanneer reviseer je? Pas als alles klaar is? Als je vastloopt? Elke vrijdagochtend? Kijk wat werkt. Kijk wat goed voelt. Jij bepaalt. Jij kiest.
8. **Geef je innerlijke criticus volledig de ruimte bij revisie-rondes** – Als je reviseert, geef je criticus dan zoveel mogelijk stem en ruimte. Luister naar de feedback en gebruik die bijvoorbeeld om stukken te herzien en te schrijven.
9. **Gebruik je innerlijke criticus als een kompas** – Laat je de weg wijzen door die criticus, maar blijf zelf aan het stuur. Zijn dingen niet goed genoeg? Jij bepaalt wat er in de plaats daarvan geschreven wordt. Niet je innerlijke criticus. Zie punt 2: “Je innerlijke criticus is *geen* schrijver”. Sterker nog: je innerlijke criticus is zeer waarschijnlijk een waardeloze schrijver. Anders zou je geen schrijversblok hebben.
10. **Wees kritisch op je criticus** – Zoals eerder aangegeven is je innerlijke criticus in het begin vaak de stem van iemand anders, en vaak de stem van iemand die zeer negatief was over jouw werk. Ontleedt die kritiek. Ontleedt de stem die die kritiek gekregen heeft. Werkt die stem in jouw belang, of duwt het je in een richting die je helemaal niet op wil? Een voorbeeld: “Je moet literair schrijven om serieus genomen te worden!” terwijl jij gewoon lekker pulpverhalen wilt schrijven. Kijk wat *jij* wil. Kijk wat voor *jou* interessant en stimulerend werkt. Jij bent de schrijver. En jij bent de baas.

Je zult merken dat je innerlijke criticus op een gegeven moment milder gaat worden. Zeker als je je schrijf- en redactieproces steeds helderder in een proces gaat krijgen. Je gaat merken dat die innerlijke criticus steeds meer een partner gaat worden, die je tijdens het schrijven niet langer meer tegenhoudt, maar verder helpt.