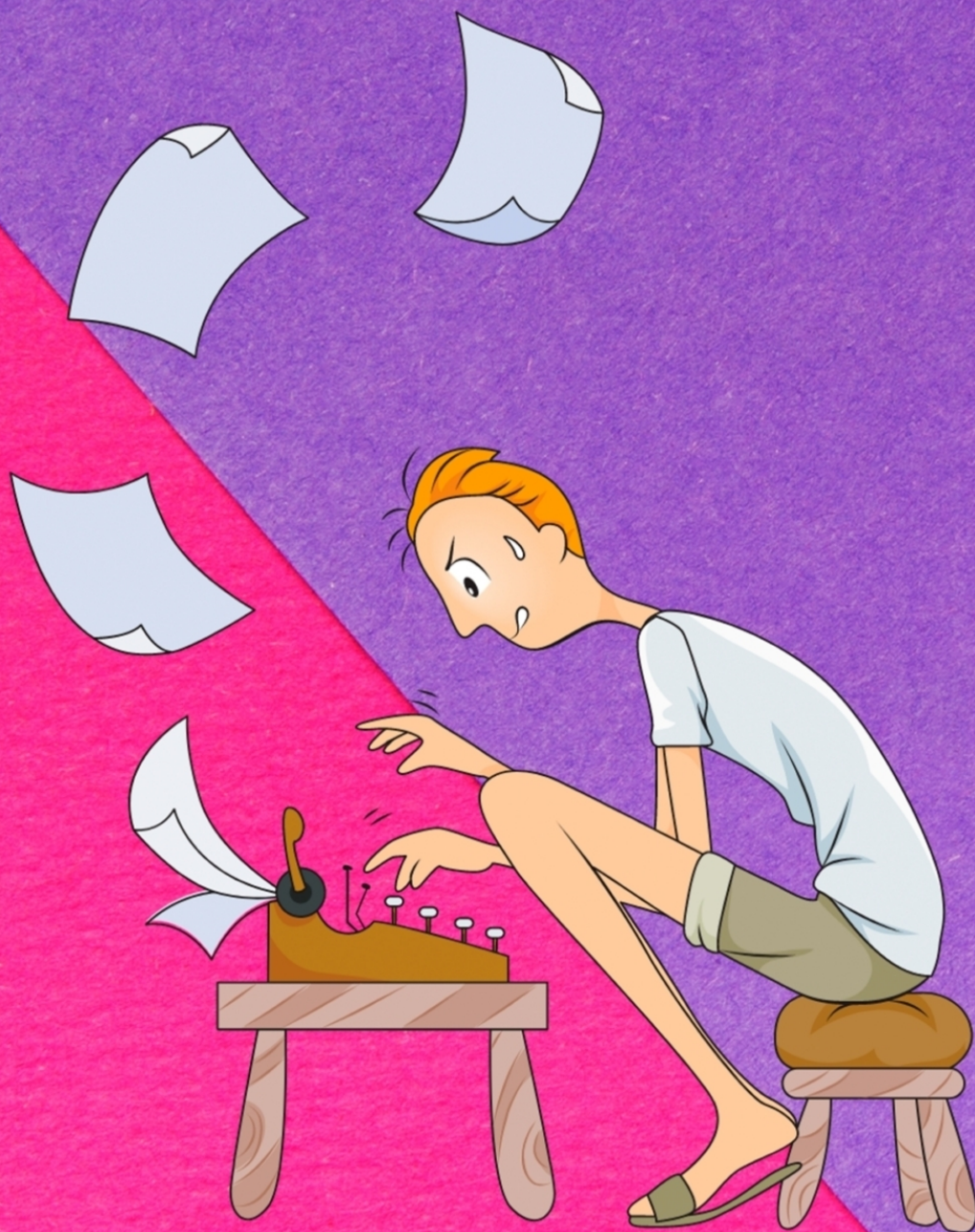


НАТАЛЬЯ КОРЕПАНОВА



ПИШЕМ КНИГУ

**ЧТО МЕШАЕТ НАМ
ПИСАТЬ?**

12+

Пишем книгу

Наталья Корепанова

Что мешает нам писать?

«Автор»

2022

Корепанова Н.

Что мешает нам писать? / Н. Корепанова — «Автор»,
2022 — (Пишем книгу)

Нужно ли вдохновение, чтобы написать книгу? Что такое перфекционизм и прокрастинация и чем они опасны? Как дописать книгу до конца, не бросив её на полпути? Что делать, если пропал интерес к собственной книге? На эти и ещё многие другие вопросы отвечает ведущая курсов по писательскому мастерству, автор более двадцати книг Наталья Корепанова. Книга предназначена для начинающих писателей и входит в серию «Пишем книгу».

© Корепанова Н., 2022

© Автор, 2022

Содержание

Вступление	5
Что нам мешает писать?	6
Страшное слово – перфекционизм	7
Что за зверь – прокрастинация?	10
Страх критики	12
Конец ознакомительного фрагмента.	13

Наталья Корепанова

Что мешает нам писать?

Вступление

Когда я начинала свой писательский путь, у меня не было никаких знаний по созданию книг, и до всего я доходила сама: где-то интуитивно, где-то – вспоминая уроки литературы в школе, а где-то прислушиваясь к советам подруг, которым я давала почитать своё творение.

Потом я поняла, что этого – недостаточно, что надо бы получше познакомиться с теорией, благо начали появляться материалы и курсы в сети. Их было мало, а книг по писательству и того меньше, но постепенно знания набирались и структурировались, то, до чего я доходила интуитивно, подтверждалось литературоведами и критиками, да и своего опыта становилось больше. Ведь писать я не переставала: закончив одну книгу, сразу принималась за следующую, вырабатывая свой стиль, применяя на практике полученные знания.

На февраль 2022 года у меня в активе – семнадцать художественных книг, в работе – ещё одна диалогия. А также – несколько книжек по писательскому мастерству и большое пособие «Сюжет и муза. Настольная книга начинающего писателя».

Так что всё, о чём вы тут читаете, было опробовано мной на личном опыте. И здесь собраны только реально действующие техники и важные детали для создания интересного произведения.

«Что мешает нам писать?» – третья часть серии «Пишем книгу».

Что нам мешает писать?

Пишущих людей много. Но ещё больше тех, кто хотел бы писать, но по какой-то причине не решается это сделать. И сейчас мы немного поговорим об удерживающих нас страхах.

Страшное слово – перфекционизм

Есть такое страшное слово: перфекционизм. Что оно означает? Давайте заглянем в психологический словарь.

—
Перфекционизм – чрезмерное стремление к совершенству, склонность предъявлять самому себе и окружающим людям очень высокие требования.

—
Перфекционисты убеждены, что идеал может и должен быть достигнут; что несовершенный результат работы не имеет права на существование. Также перфекционизмом является стремление убрать всё «лишнее» или сделать «неровный» предмет «ровным».

Наверное, вы не раз встречали в Интернете картинки с неровно стоящими книгами, с несовпадающими полосами или ещё какой-нибудь ерундой, под которыми стояла надпись: «Кошмар перфекциониста». Казалось бы – мелочь. Но перфекциониста эта мелочь может довести до нервного срыва.

Иногда перфекционизм называют «синдромом отличника» – из-за желания все в жизни делать на «отлично».

Перфекционисты стремятся довести до идеала каждое дело, «шлифуют» каждую мелочь. Они не уверены в своих силах и постоянно испытывают сомнения в качестве проделанной работы. Отдавая все силы выполнению задания, не могут испытать удовлетворения от его завершения, потому что каждый раз думают, что сделали его недостаточно хорошо, что можно было постараться и сделать ещё лучше, ещё правильнее, ещё точнее.

Завышенный уровень притязаний и высокая требовательность к себе, постоянное сравнение себя с другими людьми, фиксация внимания на собственных неудачах и ошибках, высокие стандарты деятельности и ориентация на «самых успешных» приводит к эмоциональному дискомфорту, низкой продуктивности и даже риску психических расстройств, порой доводя до суицида.

Такие люди очень болезненно относятся к критике. Конечно: они же вложили столько труда и времени, они очень старались, «из кожи вон» лезли, чтобы выполнить всё правильно и красиво, и вдруг оказалось, что они что-то сделали неверно?

В конце концов перфекционисты начинают испытывать от своего дела чувство усталости, тревоги и безнадёжности. На фоне постоянного напряжения возникают проблемы со здоровьем: появляются головные боли, начинаются обострения хронических заболеваний. В тяжёлых случаях развивается невроз или депрессия.

Самое удивительное, что свойственные перфекционистам мысли абсолютно правильные. Нам с детства внушают, что делать нужно всё качественно, что в любом деле нужно выкладываться «по полной программе», что надо работать над собой и стремиться к совершенству.

Но кто-то это переносит легко и понимает, что идеалом он всё равно не станет, а кто-то, в частности – перфекционисты, воспринимают эти указания, как «указание свыше», и кладут жизнь на исполнение этих заповедей.

Давайте мы не будем доводить себя до депрессии. Да, писательство, как и любая другая работа, не всегда доставляет только радость и счастье. Бывают и горькие минуты, и неудачи, и желание всё бросить и больше никогда не прикасаться к клавиатуре. Но это – преходяще. Главное, не заикливаться на негативных мыслях и верить, что то, что не получилось сегодня, обязательно получится завтра. Ведь за зимой всегда приходит весна, это неотвратимо, верно?

Не поддавайтесь перфекционизму! Если вы сразу начнёте старательно писать на «отлично», вполне возможно, что вы не сдвинетесь с места. Вас будет сдерживать страх, что вы не справитесь, что напишете не как Лев Толстой или Рэй Брэдбери, что не уложитесь в срок (хотя какой может быть срок при написании романа? Разве что вы уже настолько известны, что издательства с вами договор заключают со сроками написания. Но в этом случае вы вряд ли станете читать эту книгу).

Этот страх – худшее, что может с вами произойти, потому что вы потеряете уверенность в своих силах и начнёте искать не возможности для работы, а оправдания своему отступлению и ничегонеделанию.

Не пишите для того, чтобы «стать писателем». Пишите для собственного удовольствия, для радости, для того, чтобы освободить голову от переполняющих её образов. Или пишите от скуки, от того, что вам сейчас совершенно нечем заняться. Или – чтобы выплеснуть из себя горечь разлуки или радость от встречи. Пишите для чего угодно, но только не для того, чтобы ваш портрет повесили на доску почёта с надписью «Величайший писатель всех времён и народов».

Почему? Да потому, что, если вы сядете писать с этой целью, то я с практически стопроцентной уверенностью могу предположить, что этого не произойдёт. Ну, ладно, с уверенностью в 99,99%. Оставим сотую процента на чудо, которое иногда случается. Но я бы не стала всё же на него надеяться.

А не произойдёт это из-за того, что вы станете писать, чтобы получить очередную «пятёрку» от строгого учителя. И, соответственно, начнёте очень стараться написать «правильно», а не так, как вам хочется.

А «правильно» – это как?

Однажды я разговаривала с учительницей по русскому языку и литературе, преподававшей у моего сына. И она пожаловалась мне: «Я не могу поставить ему «пятёрку» за сочинение. Он прекрасно мыслит, всегда раскрывает тему, сочинения выстроены логично. Но они у него по три-четыре страницы, а по правилам нужно не меньше шести».

И после этого разговора я начала учить сына: «Ну, дотяни ты до этих шести страниц! Напиши не «Он пошёл через луг к лесу», а «Выйдя из дома ранним утром, когда солнце только начинало подниматься на небосклон, разгоняя по оврагам клочки тумана, он пошёл через росистый луг к виднеющемуся на горизонте лесу».

Сын посмотрел на меня, как на ненормальную, и спросил: «А зачем?»

Хм... Хороший вопрос...

Зачем человеку с математическим складом ума писать так же, как человеку с художественным видением мира? У каждого из них есть свои плюсы и минусы. И сказать, кто из них пишет «правильно», а кто – нет, невозможно. Есть лаконичные, чёткие тексты, от которых не оторваться. Есть описательные, со множеством эпитетов и отступлений, которые читать сложно, настолько там всего много.

Так что красота текста зависит не только и не столько от количества «красивостей», сколько от того, *как* подал сюжет писатель, смог ли он через *свои* сильные стороны донести мысли до читателей, не усыпив их.

Попробуйте хоть раз в жизни разрешить себе не быть идеальным, сделать ошибку, написать коряво. Главное сейчас – понять, что писать не сложно и не скучно. Освободить поток мысли, снять плотину на её пути, и пусть фантазия работает на полном ходу, не оглядываясь на строгих учителей.

Мы все способны к языку, иначе никто из нас не научился бы говорить. И все умеем писать – уж этому-то нас в школе научили. А сейчас нужно просто соединить эти два умения, добавив к ним силу своего воображения.

Писатель – это тот, кто пишет. Всё остальное придёт потом, когда вы испишете многие пачки бумаги. Или – не придёт. Такое тоже может быть. Но писателем при этом вы всё равно останетесь.

Что за зверь – прокрастинация?

На носу – сдача проекта, экзамен или приход важного клиента, а вы, вместо того чтобы активно готовиться, читаете анекдоты, маринуете мясо или ползаете по соцсетям, постоянно повторяя себе: вот сейчас доделаю – и начну... обязательно... прямо срочно-срочно...

Поздравьте себя: вы – прокрастинатор.

Так что же такое «прокрастинация» и как она связана с созданием вашей книги?

—

Прокрастинация – склонность к постоянному откладыванию даже важных и срочных дел, приводящая к жизненным проблемам и болезненным психологическим эффектам.

—

Сначала мы всеми силами стараемся отложить какое-то дело, потом начинаем паниковать, что сроки поджимают, а у нас ничего не готово, а после терзаемся чувством вины за то, что кого-то подвели. Да и начальство вряд ли порадовалось нашему провалу.

В результате – «заваленное» дело, неприятности на работе и проблемы со здоровьем на нервной почве.

Прокрастинация – это не просто лень. Ленивый человек не хочет ничего делать и не испытывает никакого беспокойства по этому поводу. Прокрастинирующий же и рад был бы что-нибудь сделать, но у него не получается начать.

Прокрастинацию нельзя путать и с отдыхом. Во время отдыха мы наполняемся новой энергией. При прокрастинации, наоборот, её теряем. Чем меньше у нас остаётся энергии, тем больше возрастают шансы отложить выполнение задачи на неопределённый срок и снова ничего не делать. Получается этакий замкнутый круг.

Причины прокрастинации могут быть разными. Если же говорить о писательстве, то базовым является уже рассмотренный нами перфекционизм.

Да-да! Начать и закончить книгу вам мешает лишь сомнение, удастся ли вам показать достойный результат и избежать провала. И поэтому вы готовы целый час поливать цветы, весь вечер сидеть в соцсетях, а поздно ночью со вздохом говорить: опять не удалось поработать над книгой. Ну, ничего, завтра обязательно начну. А в выходные выделю целых три часа и напишу первую главу.

Но воскресенье проходит, а планы так и остаются планами.

Что же делать в этой ситуации?

Сесть и написать причины, которые мешают вам приступить к работе.

Это могут быть:

– сомнения в собственной компетенции (Я – не писатель, никогда этого не делал, вряд ли у меня получится);

– низкая самооценка (куда уж мне книгу написать, неумехе такому);

– неумение ставить цели (сам не знаю, чего хочу: то ли книгу написать, то ли мороженку съесть);

– ориентация на «внешнюю мотивацию», т.е. на то, что «надо» делать, а не на то, что хочется (хочу, конечно, книгу написать, но на это необходимо время, а мне в седьмой раз за неделю нужно пол помыть, иначе сочтут плохой хозяйкой);

– ожидание социального неодобрения («Что скажет княгиня Марья Алексевна», семья/друзья/сослуживцы).

А вот когда вы выяснили конкретную причину, из-за которой не можете сесть за компьютер, тогда можно над этим и поработать.

Если вы – «не писатель», вспомните, что писателями не рождаются, ими становятся. Далеко не все писатели заканчивали литературный или филологический факультеты. Чехов и Булгаков были медиками, Лермонтов и Куприн – военными, Пришвин – инженером-землеустроителем. Мураками работал продавцом, послужной список Чарльза Буковски – от уборщика до сотрудника фабрики собачьих бисквитов. Евгений Замятин – инженер-проектировщик. Дина Рубина заканчивала консерваторию. И все они когда-то написали свой первый рассказ только потому, что им очень захотелось это сделать.

Низкую самооценку нужно поднимать. Для этого есть много разных способов. Но вам сейчас я могу посоветовать только один: садитесь и пишите. Можете поначалу это делать тайно, никому не сообщая о своём новом занятии. Но учтите, когда-нибудь всё равно придётся выйти «из подполья», если вы не хотите всю жизнь писать «в стол».

Если вы сами не знаете, чего хотите, значит, вам это не слишком и нужно. Можете и дальше не писать. Сходите лучше в кафе-мороженое.

Четвёртый и пятый пункт очень близки и тесно связаны с низкой самооценкой. А в четвёртом ещё и толика перфекционизма проглядывает. Подумайте просто над мыслью, высказанной писателем Алексеем Сальниковым, лауреатом премии «Национальный бестселлер»: *«Жизнь проходит очень быстро. Буквально вот тут ты думаешь, что писать ещё рано, а вот тут оказывается, что уже поздно. Сейчас так много пишущих людей, так много площадок для чтения, что пока сдерживаешь себя, человек семь уже могут так или иначе написать что-то подобное».*

Просто подумайте над этими словами. Жизнь не бесконечна, и чем раньше вы начнёте работу над своим первым произведением, тем больше шансов, что, в конце концов, вы добьётесь успеха. Начинать жизнь заново в семьдесят лет намного сложнее, чем в тридцать. Помните об этом.

Страх критики

Страх критики родился, наверное, раньше самого человека. Люди издревле, чтобы выжить, объединялись в коллективы (племена, общины и т.д.). И каждый, кто поступал не так, как было принято среди членов этого объединения, подвергался остракизму. Его избивали, изгоняли, а то и вовсе на костре сжигали. Критика раньше была очень суровой.

Сейчас за плохо написанный роман на костре не сжигают и даже палками по пяткам не бьют, но древний страх остался. Его подпитывают воспоминания детства, когда воспитатели или учителя были недовольны вашими успехами, когда друзья начинали вас дразнить, если у вас что-то не получалось.

Некоторая часть счастливицков умела пропускать подобные нападки мимо ушей: постоят, опустив голову, изобразив раскаяние, а, выйдя из кабинета директора, выбрасывают нотацию из головы и дальше живут весело и счастливо. Но остальные воспринимали назидания очень серьёзно, и на ковёр к начальству повторно не стремились.

Да ещё и родители добавляли сомнений в своей умственной полноценности. Кто из нас не слышал: косорукий; ничего-то ты не умеешь; уйди, я сама сделаю, у тебя всё равно не получится...

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.