

GHID CRAFTWRITING PENTRU DEPĂȘIREA BLOCAJELOR ÎN SCRIS

*Cum să îți găsești inspirația și să îți
redobândești productivitatea în scris*



“

**„SCRIE SIMPLU,
DAR
SEMNIFICATIV”**

DON DRAPER, SERIALUL MAD MEN

SUMAR

INTRODUCERE

ÎNȚELEGEREA BLOCAJULUI SCRIITORULUI

PRIMUL CAPITOL

TEHNICI DE DEPĂȘIRE A BLOCAJULUI SCRIITORULUI

CAPITOL DOI

GESTIONAREA FRICII ȘI AUTO-CRITICII

CAPITOL TREI

SFATURI PENTRU DEPĂȘIREA BLOCAJELOR SPECIFICE

CONCLUZII

ÎNȚELEGEREA BLOCAJELOR ÎN SCRIERE DUCE DE
CELE MAI MULTE ORI LA REZOLVAREA LOR



**ÎNȚELEGEREA
BLOCAJULUI
SCRIITORULUI**

AȘA AM ÎNCEPUT SĂ SCRIU ȘI SĂ ȚIN CURSURI



Nu am avut niciodată probleme în a scrie un text. Nu știu să înot, nu știu să conduc, scrisul este singurul talent pe care l-am primit și l-am cultivat. Nu am pretenția că scriu „cel mai bine”, însă de fiecare dată când mi-am dorit să transmit un mesaj, scrisul a fost primul mediu în care m-am simțit confortabil.

De 3 ani sunt PUBLISHER al revistei Psychologies, ceea ce mi-a dat ocazia să lucrez cu zeci de psihologi și consultanți și să fiu alături de ei în a transmite prin scris mesaje către audiența aleasă.

Am 20 de ani de când lucrez în publishing, iar înainte de asta am lucrat în marketing pentru design interior. Am scris mii de e-mailuri, proiecte, propuneri, articole și am editat tot câteva mii de articole. Asta mi-a permis să observ legătura dintre calitatea textelor și rezultatele pe care diverși clienți și parteneri le aveau. În 2017 am început să mă ocup activ de content writing. Am realizat un interviu care a generat în 2 săptămâni vânzări de 18000 Euro.

Mi-am pus întrebarea cum pot genera astfel de rezultate și altor clienți.

Am vorbit cu peste 20 de consultanți care scriau frecvent articole și am identificat care erau motivele pentru care nu toate textele erau la fel de atractive.

Astfel am făcut o „colecție de blocaje” și apoi am identificat remedii care atunci când sunt aplicate îți aduc creativitate pentru ca tu să te simți încrezător și productiv atunci când scrii.

SĂ ÎNȚELEGEM BLOCAJUL SCRIITORULUI

În redacția unei reviste, editorii nu prea au timp să fie blocați. Și când lucrezi și cu specialiști pentru articole înveți să îi ajuți să treacă pentru blocaje.

În sesiunile de coaching individuale ajutam specialiștii - indiferent de domeniul profesional să își identifice blocajele și să revină la scrisul *in flow*.



Se întâmplă foarte frecvent, chiar și specialiștilor care au experiență în a scrie articole să simtă un blocaj în fața unei noi provocări de a scrie.

Iată care sunt cele mai frecvente motive de blocaj:

1. **Te simți lipsit de inspirație** - fie că ai scris de atât de multe ori despre subiect, fie că este un subiect despre care scriu mai mulți specialiști, tu simți că nu găsești un unghi nou din care să abordezi textul.
2. **Presiunea termenului limită** - dacă ai o propunere pentru un articol din partea unei publicații sau a altui site, presiunea unui termen limită care nu îți este confortabil poate fi un factor de blocaj.
3. **Perfecționismul** - este o caracteristică individuală de personalitate, care te poate face să fii nemulțumit de orice idee care îți vine. Perfecționismul este un obstacol pe care îl poți trece dacă îți stabilești obiective clare.

4. **Lipsa de conectare cu audiența** - poți lua în considerare că dacă nu îți este clar pentru CINE scrii îți va fi mai greu să găsești ideile, tonul și stilul potrivit.

5. **Monotonia și rutina** - pentru cei care scriu de mult timp, este un factor de blocaj. Să scrii ani la rând despre același subiect poate fi plictisitor sau obositor și îți poți pierde focusul.

6. **Mediul de lucru nepotrivit** - prea mult zgomot în mediul în care lucrezi, prea multe elemente care să te distragă pot deveni un blocaj. Știu că este foarte la modă imaginea blogger-ului care scrie din cafenele și locuri publice. Adevărul este că ai nevoie de foarte multă disciplină ca să poți face asta cu ușurință.

Dacă identifici exact ce te blochează îți poți crea remedii astfel încât să poți scrie cu ușurință toate textele de care ai nevoie.

Pentru identificarea blocajelor un prim pas este să te observi și să le identifici. Apoi să studiezi care sunt remediile cele mai folosite și să îți creezi propria rețetă.





CAPITOLUL 1

TEHNICI DE DEPĂȘIRE A BLOCAJULUI
SCRIITORULUI

CÂND TE CONFRUNȚI CU BLOCAJUL SCRIITORULUI, EXISTĂ MAI MULTE TEHNICI PE CARE LE POȚI ÎNCERCA PENTRU A DEPĂȘI ACEASTĂ SITUAȚIE.


IATĂ CÂTEVA DINTRE ELE:

1. **Free writing (Scriere liberă):** Această tehnică presupune să scrii liber, fără a te preocupa de structură, gramatică sau coerență. Pur și simplu scrie tot ceea ce îți vine în minte, fără să te judeci sau să te auto-cenzurezi. Permite-ți să te exprimi liber și să explorezi idei fără restricții. Aceasta poate ajuta la deblocarea fluxului de idei și la stimularea creativității.

2. **Brainstorming:** Folosește brainstorming-ul ca metodă de generare a ideilor. Scrie în jos toate ideile care îți vin în minte, fără a le judeca sau a le evalua în modul inițial. Explorează diferite perspective și abordări. Poți utiliza tehnici precum mind mapping sau lista de idei pentru a-ți organiza gândurile.

3. **Schimbarea mediului de lucru:** Dacă te simți blocat într-un anumit mediu, încearcă să îți schimbi locul de lucru. Ieși în natură, mergi într-o cafenea sau găsește un spațiu creativ care să te inspire. O schimbare de peisaj poate declanșa idei noi și poate stimula creativitatea.

4. **Citirea și cercetarea:** Uneori, citirea cărților, articolelor sau blogurilor relevante pentru subiectul tău poate declanșa idei și îți poate oferi inspirație. Explorează diferite surse de informații și lasă-te absorbit de ele. Notează ideile sau frazele care te impresionează și folosește-le ca punct de plecare pentru propria ta scriere.



5. **Exerciții de scriere și provocări:** Încearcă să te antrenezi în diferite exerciții de scriere, cum ar fi scrierea unui poem, a unei povestiri scurte sau a unei descrieri detaliate a unui obiect. Participă la provocări de scriere sau înscrie-te în grupuri de scriere pentru a primi feedback și pentru a-ți dezvolta abilitățile.

6. **Pauze și relaxare:** Uneori, blocajul scriitorului poate fi rezultatul unui exces de stres sau de presiune. Ia pauze regulate pentru a-ți odihni mintea și a-ți relaxa corpul. Fă exerciții de respirație, meditație sau orice altă activitate care te ajută să te relaxezi și să reduci stresul.

7. **Discuții și feedback:** Caută feedback și discuții cu alți scriitori sau prieteni de încredere. Poți obține noi perspective și idei prin intermediul conversațiilor și poți primi feedback constructiv care să te ajute să îmbunătățești.

The illustration features a stylized person with long, flowing orange hair. A hand is shown holding a dark pen to their lips, with a white starburst effect above it. Another hand is shown holding a pen over an open book. The background is a mix of warm colors like yellow and orange, with some teal and dark blue accents. There are also some white starburst and dot patterns scattered throughout.

CAPITOLUL 2

GESTIONAREA FRICII ȘI AUTO-CRITICII

GESTIONAREA FRICII ȘI AUTO-CRITICII ESTE ESENȚIALĂ ÎN CONTENT WRITING PENTRU A DEPĂȘI BLOCAJELE ȘI A-ȚI PERMITE SĂ SCRII ÎN MOD LIBER ȘI CREATIV.


IATĂ CÂTEVA TEHNICI PENTRU A FACE FAȚĂ ACESTOR ASPECTE:

1. **Recunoaște-ți frica și auto-critica:** Primul pas în gestionarea acestor emoții negative este să le recunoști și să le conștientizezi. Înțelege că frica și auto-critica sunt normale și pot apărea în procesul de scriere. Acceptă că aceste emoții există și nu te judeca pentru ele.

2. **Identifică rădăcinile fricii și auto-criticii:** Explorează mai adânc pentru a înțelege de unde provin aceste emoții. Este posibil să ai temeri legate de respingere, judecată sau eșec. Identifică gândurile și credințele limitative care alimentează frica și auto-critica și încearcă să le reevaluezi.

3. **Cultivă o mentalitate pozitivă:** Înlocuiește gândurile negative cu afirmații pozitive și încurajatoare. Dezvoltă o mentalitate de încredere și amintește-ți că ai abilitățile și cunoștințele necesare pentru a scrie în mod eficient. Fii blând cu tine însuși și sărbătorește fiecare progres mic pe care-l faci.

4. **Exersează scrierea liberă:** Utilizează tehnica scrierii libere pentru a-ți elibera mintea de auto-critică și judecată. Scrie fără a te preocupa de structură, gramatică sau coerență. Permite-ți să te exprimi liber și să explorezi idei fără restricții. Aceasta te poate ajuta să-ți depășești frica și să-ți stimulezi creativitatea.



5. Creează un mediu de scriere pozitiv: Asigură-te că ai un mediu de lucru plăcut și inspirațional. Curăță și organizează spațiul de lucru, adaugă elemente care îți aduc bucurie și confort, cum ar fi plante, imagini sau muzică. Un mediu plăcut poate contribui la scăderea anxietății și la sporirea stimei de sine în procesul de scriere.

6. Acceptă imperfecțiunea și fă-o parte din procesul tău: În content writing, este important să-ți amintești că perfecțiunea nu este obiectivul principal. Acceptă că prima versiune a textului tău poate fi imperfectă și că revizuirea și editarea sunt parte integrantă a procesului de scriere. Permișiunea de a face greșeli și de a învăța din ele poate reduce presiunea auto-impusă și frica de a nu fi perfect.

7. Caută feedback și sprijin: Discută cu colegi, prieteni sau mentori pentru a primi feedback și susținere.

The background features a stylized illustration. At the top, a person with long, flowing orange hair is shown in profile, holding a dark pen. A hand from the right is also holding a dark pen, positioned as if about to write on an open book. The book is dark blue with white pages. The overall color palette is warm, with oranges, yellows, and blues. There are decorative elements like white stars and a dotted pattern in the top left and bottom right corners.

CAPITOLUL 3

SFATURI PENTRU DEPĂȘIREA
BLOCAJELOR SPECIFICE

IDEEA DEPĂȘIRII BLOCAJELOR SPECIFICE POATE FI O PROVOCARE, DAR EXISTĂ ANUMITE SFATURI ȘI STRATEGII CARE TE POT AJUTA SĂ DEPĂȘEȘTI ACESTE OBSTACOLE.

IATĂ CÂTEVA SFATURI PENTRU A DEPĂȘI BLOCAJELE SPECIFICE:

Blocajul la începutul unui proiect de scriere:

- Stabilește un plan sau un contur al proiectului înainte de a începe să scrii. Acest lucru poate oferi o direcție clară și poate reduce incertitudinea.
- Începe cu o notiță sau un citat care să te inspire și să-ți aprindă creativitatea.
- Scrie o primă versiune brută fără a te preocupa de perfecțiune. Lasă-ți ideile să curgă liber și revizuieste mai târziu.

Blocajul în timpul procesului de scriere:

- Ia o pauză și fă o scurtă activitate de relaxare, cum ar fi o plimbare în aer liber sau o sesiune de meditație. Aceasta îți poate revigora mintea și poate debloca fluxul de idei.
- Schimbă perspectiva și încearcă să vezi subiectul dintr-un unghi diferit. Găsește noi conexiuni sau adaugă elemente neașteptate în conținutul tău.
- Colaborează cu alți scriitori sau cere feedback de la colegi sau prieteni.

Blocajul înainte de finalizarea și predarea unui proiect:

- Stabilește-ți termene-limită realiste și respectă-le. Aceasta te poate ajuta să te concentrezi și să depășești tendința de a amâna finalizarea proiectului.
- Împarte proiectul în sarcini mai mici și abordează-le pe rând. Acest lucru poate face procesul mai ușor de gestionat și te poate ajuta să te simți mai motivat pe măsură ce vezi progresul.
- Înfruntă-ți frica de respingere sau de judecată și amintește-ți că perfecțiunea nu este realistă. Finalizează proiectul și lasă-l să fie văzut și evaluat.

Indiferent de blocajul specific cu care te confrunți, este important să accepți că acestea fac parte din procesul de scriere și că pot fi depășite cu răbdare și perseverență. Fii blând cu tine însuși, încrede-te în abilitățile tale și utilizează tehnici care funcționează cel mai bine pentru tine.



CONCLUZIE

ÎNȚELEGEREA BLOCAJELOR ÎN
SCRIERE DUCE DE CELE MAI MULTE
ORI LA REZOLVAREA LOR

PENTRU CEI MAI MULȚI SPECIALIȘTI, IDENTIFICAREA ȘI ÎNȚELEGEREA BLOCAJELOR DUC AUTOMAT LA REZOLVAREA LOR, MAI ALES DACĂ LA FINAL ÎȚI PROPUI ACȚIUNI CONCRETE

Pentru a te simți inspirat atunci când scrii și pentru a avea senzația de productivitate în activitatea ta de content writing pentru fiecare dintre blocajele identificate este important să îți faci o listă de acțiuni concrete și să stabilești când le implementezi. Dacă îți faci o rutină din a te observa, în momentul în care apare un blocaj îți va fi ușor să îți amintești ce ai stabilit că faci. Și ca în multe alte domenii, repetiția rămâne mama învățaturii. Repetarea obiceiurilor bune va aduce rezultate dorite.

CURSUL CRAFT WRITING - CONTENT WRITING 101

Singura școală de scris care îmbină neuroștiința și NLP cu content marketing, astfel încât TU să îți depășești blocajele de scriere, să dobândești ușurință în a scrie ORICE, ORICÂND și pentru ORICINE

- Îți identifici și depășești blocajele
- Îți descoperi VOCEA ta de autor, îți stabilești stilul personal.
- Obții CLARITATE asupra a ceea ce ai de făcut pentru a-ți crește imaginea și vânzările prin conținut.



Află când este următorul curs de Content Writing!