

Lisbeth Wremby  
FFSM02  
Vårterminen 2013  
Författarskolan  
Handledare: Carola Mikaelsson

## Skrivkramp

Om kris i den kreativa processen



**LUNDS**  
UNIVERSITET

## Innehållsförteckning:

<b>Abstrakt .....</b>	<b>3</b>
<b>Kreativitet och kris.....</b>	<b>4</b>
Inspiration och flow .....	5
Transpiration .....	6
Organisera .....	7
<b>Kreativitetens berg- och dalbana .....</b>	<b>8</b>
Helvetiska känslor .....	8
Tvekan .....	9
Tomhet.....	10
Frustration .....	11
Rädsla .....	14
Ångest.....	16
Ilska .....	18
<b>Slutsats .....</b>	<b>20</b>
<b>Källhänvisningar.....</b>	<b>22</b>

## **Abstrakt**

I uppsatsen utgår jag från några av de termer och tankar som används vid kreativitetsutveckling för organisationer och individer, för att undersöka eventuella paralleller till de problem som kan uppstå under skrivprocessen. Resultatet visar på stora likheter med den skrivandes vardag och de negativa känslor som dyker upp när skribenten drabbas av skrivkramp. Genom att illustrera med exempel från etablerade författare och deras erfarenhet av motgång i skrivarbetet, vill jag visa på att ökad kunskap om och förståelse för varför dessa negativa känslor uppstår kan vara till hjälp att komma ur en blockering.

### **Nyckelord:**

Skrivkramp, inspiration och flow, negativa känslor, självdisciplin, fokusering.

## Kreativitet och kris

Markören blinkar uppfordrande på skärmen i väntan på nästa tangenttryckning. Det vita arket i den nya skrivboken fylls med meningslöst klotter i marginalen istället för med elegant formulerade meningar. Huvudet är tomt på idéer, scenerna känns som kulisser och karaktärerna svamlar något osammanhängande, om de över huvud taget har något att säga. Tillståndet kallas för skrivkramp, en mental blockering som under en kortare eller längre period hindrar skribenten från att vara både aktiv och kreativ. ”Jag skriver en roman som aldrig blir färdig. Jag har det helt enkelt inte i mig att skriva färdigt den här boken”, bekänner Jon, författaren i Linn Ullmanns roman, en karaktär som dras med svårartad skrivkramp i flera år. (Ullmann 2012:142)

Många som skriver, det gäller såväl de mer erfarna som nybörjarna, råkar någon gång under den kreativa processen ut för skrivkramp. Den som drabbas tvivlar på sin förmåga och teknik, på textens idé och innehåll. Det mesta omprövas för att kunna komma vidare med arbetet. ”Han hade bytt berättare och synvinkel minst ett dussintal gånger. Huvudpersonerna saknade liv och självklarhet, som om varken berättaren eller de själva visste varför de fanns till.” (Larsson 2008:181) Författaren Gustav Berndtsson i Björn Larssons novell *Författaren finner ett recept* har efter tre år med ett oräkneligt antal versioner av sitt manus insett att hans romanprojekt håller på att kollapsa. Larsson, författare och handledare på utbildningen Författarskolan vid Lunds Universitet, låter sin karaktär våndas över ett oförlöst material utan gestaltning.

Författaren Björn Ranelid är i det här sammanhanget lyckligt lottad. ”Skrivkramp vet jag inte vad det är för någonting, men jag tackar Gud för att jag kan skriva varje dag.” (UR I love språk säsong 4) Men för dem som är smärtsamt medvetna om vad skrivkramp innebär och som är utan tro på en högre makt, gäller det att lära de knep och tekniker som gör det möjligt att hitta tillbaka till flödet. Genom att ta del av olika författares framgångar men även våndor över hur de ska nå sitt mål, blir andra som skriver bättre rustade att möta såväl med- som motgång.

Jag har valt att undersöka om de termer som används för kreativitetsutveckling hos organisationer och enskilda individer går att tillämpa vid blockering i den skrivande processen. Om det går att identifiera de negativa känslor som sätter hinder för dem som inte kan skriva och därigenom bättre förstå varför känslorna uppstår och om det går att komma runt dem.

Jag har främst utgått från Bengt Renanders resonemang kring den kreativa processen och sökt referenser till hans tankar i några av alla de handböcker om att skriva som finns på marknaden. Renander arbetar med kreativitetsutveckling och coaching.<sup>1</sup> Avgränsningen av antalet handböcker som är med i materialet beror på utrymmesskäl då antalet tekniker för att bemästra skrivkramp är alltför många att redovisa under denna uppsats titel.

---

<sup>1</sup> <http://www.kreativitetsutveckling.nu>

Min egen erfarenhet av skrivkramp är begränsad, men de gånger jag drabbats har jag haft svårt att förklara de känslor och tankar som dyker upp. Det finns andra som kan beskriva situationen på ett bra och tydligt sätt. Flera skribenter har skildrat fiktiva författarkolleger med skrivkramp i prosatexter och jag har därför valt ut några av dem för att illustrera Renanders exempel.

För att ge en bakgrund till begreppen *inspiration* och *flow* har jag tittat närmare på Jan Rollofs böcker och Georg Kleins samling av texter om kreativitet. Rollof är läkare och har erfarenhet av kreativa lösningar både inom akademisk forskning och näringsliv.<sup>2</sup> Klein är professor i tumörbiologi med intresse för kreativitet och flow. (Klein 1990:7ff) Han har gett ut två antologier i ämnet: *Om kreativitet och flow* (1990) och *Nya tankar om kreativitet och flow* (2012).

### **Inspiration och flow**

*Författaren bör hålla sin mun stängd när hans verk börjar tala.*

*Friedrich Wilhelm Nietzsche*

William Faulkner, den amerikanske nobelpristagaren i litteratur 1949, har i en intervju uttalat sig om hur man blir en bra författare. Receptet innehåller 99 procent talang, 99 procent disciplin och 99 procent arbete. Inspiration lär han ha hört talas om men aldrig sett. (Nässil: 1990:216)

Det är skillnad mellan inspiration och flow. När vi blir inspirerade sätts tankeverksamheten igång. Det kan vara ett möte, en bok, en film eller något annat som triggar vår nyfikenhet och fantasi. Till och med fysisk aktivitet sägs vara välgörande. Joyce Carol Oates joggar<sup>3</sup>, Moni Nilsson tränar karate<sup>4</sup> och själv tar jag en lång promenad före dagens arbetspass vid datorn och då med de senaste scenerna jag skrivit i färskt minne. Tankarna flödar genom kroppen. En doft, en fågel eller ljuset över åkerfälten kan sätta stämningen i texten till nästa scen.

Flow är något annat. Det är en känsla av hänryckning när fingrarna dansar över tangentbordet och texten går sin egen väg. Ett euforiskt tillstånd där orden med ovanlig lätthet hittar sin plats i sammanhanget. Begreppet kommer från psykologin. Mihály Csikszentmihályi är upphovsmannen till definitionen och beskriver det så här: ”Upplevelsen av ’flow’ kännetecknas av djup koncentration kring en avgränsad grupp av stimuli, eller sinnesintryck, som individen själv uppfattar som relevanta ... Koncentrationen hindrar personen i fråga att ägna en tanke åt, eller ens lägga märke till, sådana stimuli som för tillfället är ’irrelevanta’ för uppgiften.” (Csikszentmihályi: 1990:41)

---

<sup>2</sup> <http://www.sfis.nu/sites/default/files/dokument/infotrend/2005/kreativitet105.pdf>.

<sup>3</sup> Oates, Joyce Carol; *En författares övertygelse* s. 37ff.

<sup>4</sup> UR I love språk, säsong 4, Nilsson Moni; *Skrivkramp, finns det?*

Flow är ett dyrbart tillstånd, tycker Bodil Malmsten. ”Flow kommer efter begångna fel, flow kommer inte av sig självt, men när det kommer måste den skrivande hänga på.” (Malmsten: 2012:119) Enligt Malmstens beskrivning uppfattar jag flow som belöning efter ett hårt och slitsamt arbete och att det gäller för den skrivande att ta till vara varje minut av känslan att texten flödar utan större ansträngning. Men hur uppnås flow? Kan den som skriver av egen kraft försätta sig i det kreativa tillstånd som uppenbart ger resultat med fler antal tecken per session vid datorn? Csikszentmihályi menar att flow kan uppstå när det finns balans mellan färdighet och kapacitet i förhållande till den aktuella utmaningen. Finns dessutom klara regler och mål för aktiviteten underlättar det koncentrationen, och känslan av flow upplevs som lust och glädje, utan några tvivel om uppgiften kommer att lyckas eller ej. (Csikszentmihályi 1990:42)

### **Transpiration**

*You can't wait for inspiration. You have to go after it with a club.*

*Jack London*

De som skriver möter ofta kommentarer som bygger på myten om författaren på sin kammare, beredd med pennan om skaparandan skulle slå till. En romantisk bild. En osann önskebild. Det kan varje skrivande människa intyga som drivit sin längtan att skriva förbi det stadium då det enbart handlar om en hobbysysselsättning. Att skriva är ett arbete. Ett ensamt arbete. Eller som Theodor Kallifatides formulerade det inför sin 75-årsdag. ”Jag har fått övervinna den ena svårigheten efter den andra. Författaryrket är bland det svåraste som finns.”<sup>5</sup>

Svårt, ensamt och hård konkurrens. Dessutom finns en risk att fastna längs vägen i den kreativa processen och misslyckas att nå målet – skriva klart den roman som driver skribenten att fortsätta. Med bättre kunskap om processen bakom författarens alster skulle förhoppningsvis den mytiska uppfattningen om deras arbete förändras hos läsaren. En insikt som även för den skrivande själv skulle kunna fungera som stöd i det kreativa förloppet och ge möjlighet att på olika sätt hantera den kris som drabbar dem med skrivkramp. Med ny syn på problemen behöver groparna längs vägen inte vara så avgrundsdjupa. Kanske har Oates rätt när hon säger: ”Låt oss ta en ny funderare. Det kanske finns något positivt med att misslyckas då och då? Ett sätt att vända ut och in på de mest nedslående erfarenheter tills de liknar upplevelser av *värde, utveckling* och *djup mening*?” (Oates: 2003:69)

---

<sup>5</sup> Sydsvenska Dagbladet; 2013-03-12 sida B10. Kallifatides ger även tre tips att bekämpa skrivkramp: ”1. Fortsätt skriva som om skrivkrampen inte funnits. 2. Ändra dina vanor radikalt. Res iväg om du kan, eller hyr en stuga på landet. 3. Underkasta dig fysisk träning. Rätt som det är uppstår en gnista i huvudet.”

Sissela Bok, dotter till Gunnar och Alva Myrdal, är professor i filosofi. Hon jämför författarskap med barnafödande, där skrivandet pågår i en form av havandeskapsperiod. (Bok: 1990:253) Bok tar också upp begreppet flow, men anser tillståndet otillräckligt om man vill skriva en bok av någorlunda format. ”Det kräver ett harmoniskt samspel mellan ens förmågor, tidvis till och med smärtsamma ansträngningar att pressa dem utöver det uthärdliga, och en arbetsrytm som växlar mellan intensiv aktivitet och skenbart improduktiva perioder, då allt ligger i träda. När de strålande ögonblicken av insikt och klarhet inträffar sker det som ett resultat av flitens mödor, inte som en ersättning för dem, och ofta när man minst väntar det.” (Bok 1990:255) Bok och London verkar vara överens. Hårt arbete belönas. Transpiration ger inspiration.

### **Organisera**

*Det finns tre regler för hur man skriver en roman. Tyvärr vet ingen vilka de är.*

*W Somerset Maugham*

Skulle det gå att kombinera Csikszentmihályis känsla av lust och glädje med Boks uppmaning till flit och arbetsrytm? Är det möjligt att tvinga fram kreativitet när skribenten som bäst behöver det? Läkaren Jan Rollof, med en bakgrund inom Astra Zeneca och Lunds Universitet där han bland annat jobbat med kreativitet och innovation, har skrivit flera böcker om skaparkraft och problemlösning. ”Jag är övertygad om att det faktiskt går att *organisera fram* kreativitet. Med en positivare tolkning: Det går att locka fram, stimulera, stödja och realisera kreativitet ... Men de som arbetar med kreativitet som verktyg har lärt sig att man når inspiration genom att arbeta sig in i den.” (Rollof: 2002:43)

Jag har arbetat i kreativa företag och med kreativa människor under större delen av mitt yrkesliv. Vi har ibland skämtat om kreativ ångest som en lyx ingen har råd att unna sig när en deadline närmar sig. Ändå händer det att någon missar att leverera till utsatt datum, som skyller på avsaknad av inspiration eller tid. De gånger jag fungerat som arbetsledare har jag försökt planera projekten med marginal för dylika situationer, följt upp status på dem som deltar och stötta där det funnits risk för förseningar. Ett sätt har varit att dela upp ett större uppdrag i flera mindre för att tidigt i processen upptäcka om någon halkar efter eller har problem med att leverera. Ofta är flera personer involverade i ett projekt och ibland också beroende av andras arbete för att kunna utföra sin del. Det är då arbetsledarens roll att se till att alla inser vikten av att leverera så att andra medarbetare i sin tur inte drabbas av tidsnöd. Genom att omfördela resurser till den eller dem som har problem, eller i värsta fall lyfta uppdraget och lägga det på någon annan, har det ändå gått att leverera inom deadline.

En motsvarande arbetsprocess, anpassad till en ensam skrivande persons behov, skulle kunna vara till hjälp när den kreativa processen går i stå. Planering och översikt ger kontroll över arbetet och kan hjälpa till att få en insikt om varför det ibland stannar upp. Jag använder mig själv av ett slags storyboard, med korta noteringar om vad som skulle kunna hända i respektive kapitel. Rollof menar att det gäller att pröva sig fram till den teknik som passar den enskilde bäst och på så sätt hitta tillbaka till kreativiteten. (Rollof: 1990:91) Han refererar till en artikelserie i Sydsvenska Dagbladet om olika författares arbetssätt där alla var överens om att det inte gick att vänta på att inspirationen skulle infinna sig. Många arbetade ett visst antal timmar varje dag och hade tydlig självdisciplin. Som exempel skrev den flamländske författaren Hugo Claus alltid två sidor per dag och med George Simenons rutiner tog det ungefär lika lång tid att skriva varje bok i serien om kommissarie Maigret.

Det positiva med att organisera arbetet bekräftas av flera framgångsrika författare som regelbundet publicerar nya titlar och som sällan eller aldrig verkar drabbas av skrivkramp. Den amerikanska deckarförfattaren Elisabeth George berättade som gäst i teveprogrammet Babel den 10 mars 2013, att för att hinna med att skriva två böcker samtidigt stiger hon upp klockan fem varje morgon. George arbetar strukturerat och disciplinerat med att skriva fram till lunch. Ett exempel på hårt arbete och fokusering som stöder Rollofs tankar om att det går att organisera fram kreativiteten.

## **Kreativitetens berg- och dalbana**

Väl förberedd och med den goda föresatsen att lyckas börjar den skrivande på ett nytt skrivprojekt. Anledningen till varför vi skriver är olika. För egen del ser jag det som en utmaning att få ihop det pussel av händelser och scener som dyker upp när idén till en berättelse börjar ta form. Men genom arbetets gång svänger känslorna för texten, från eufori över en lyckad replik till misstro över att projektet kommer att gå att slutföra. Joyce Carol Oates beskriver vägen genom skapandets pärs: ”En författare som är mitt uppe i ett skrivprojekt är ingen enskild varelse, än mindre en individ, utan en märklig blandning av våldsamt skiftande sinnestillstånd som närmar sig det som skulle kunna kallas den mörkare änden av skalan: obeslutsamhet, frustration, plåga, ångslan, misströstan, ånger, otålighet och en känsla av misslyckande.” (Oates: 2003:57)

## **Helvetiska känslor**

Det är i de negativa känslorna som skrivkrampen griper tag om skribenten och får denne att tvivla. Om hen blir medveten om varför det sker i den kreativa processen ökar möjligheten att hitta en utväg och gå vidare i arbetet. För att beskriva kreativitetens känslor har Bengt Renander tagit hjälp



av det dramatiska berättandet och den känslomässiga förändring som huvudpersonerna i en spelfilm går igenom. (Renander: 2003:20) Han använder filmmanusredaktören Christopher Voglers schema över de känslor som utspelas i tre akter, nämligen: längtan, upphetsning, tvekan, tomhet, entusiasm, frustration, rädsla, ångest, lust, glädje, ilska och frid. Om vi enbart fokuserar på de känslor Renander kallar för helvetiska kommer vi nära den beskrivning Oates gör av samma process. Renander pratar om tvekan, tomhet, frustration, rädsla, ångest och ilska.

Vad säger författarna själva om dessa känslor? Finns det några handgripliga råd att ta till från någon av alla de handböcker som vill ge tips om kreativt skrivande?

### **Tvekan**

Skribenten har en idé till en ny berättelse, gör research, samlar material och tankar. En överblick av materialet pekar på att det här kan bli något och hen sätter igång och skriver. Ändå tvekar hen och tänker: Är det rätt att satsa på just det här projektet? Kommer jag att ro iland det? Ska jag välja en annan idé istället?

Renander ser det som naturligt att känna tvekan i början av en kreativ process. (Renander: 2003:43) Vi har fortfarande möjlighet att avstå och välja något mindre utmanande, men riskerar då att inte utvecklas utan står och stampar i tillvaron. Väljer vi att gå vidare kommer tvivlet om huruvida vi har tillräckligt med kunskap och färdighet för att klara uppdraget. Vi kan misslyckas och ifrågasättas av familj och uppdragsgivare och inte minst av oss själva. Vad händer med vår självbild om vi inte når hela vägen fram? Om vi måste acceptera en förändring och är osäker på om det är positivt eller negativt för oss som individer?

”Jag har alltid en helvetesperiod när allt är kaos, tvivel på det skrivna och känslan – vad är det här, vad i helvete håller jag på med?” säger Malmsten i sin handbok med tips om att skriva. Tvivlet finns där. Inte i början av den kreativa processen för Malmsten, utan snarare en bit in när det finns en text att förhålla sig till, att byta tempus på, ändra berättarperspektiv och ordningsföljd i. Hennes metod ut ur tvivlet är att skriva. Skriva om och skriva om igen. ”Jag kommer upp igen, kommer tillbaka, men medan en helvetesperiod håller på är det kört.” (Malmsten: 2012:106f)

Till och med Elisabeth George, deckardrottningen med ett tjugotal utgivna titlar bakom sig, kände tvivel på sin kompetens när hon skulle ta steget fullt ut och ägna sig åt det hon mest av allt ville - att skriva. ”Först och främst att jag trots min kärlek till språket kanske inte hade något att säga. Dessutom var jag rädd att jag inte skulle kunna lägga upp handlingen i en roman. Jag var också rädd att jag inte skulle kunna göra romanpersonerna levande för läsarna, så som många fantastiska författare hade gjort för mig. Och om jag verkligen skulle börja, var jag vettskrämd för att jag aldrig skulle lyckas åstadkomma en roman utan bara ett enda stycke. ... Slutligen var jag rädd att jag inte skulle kunna slutföra det som jag hade påbörjat, och jag avskydde tanken på det

eftersom det skulle vara ett stort misslyckande.” (George: 2005:221-222) Det som fick George över tvivlets tröskel var hennes mans nya dator, en utrustning som hon trodde skulle underlätta livet som författare. Genom att leka med maskinen; redigera, klippa och klistra, uppfattade hon processen att skriva som så mycket enklare och satte igång. Resultatet blev hennes första engelska kriminalroman *Something to hide*. En roman som blev refuserad och aldrig utgiven. (George: 2005:222f) ”Jag fortsatte genom att skriva en annan, eftersom jag hade lärt mig en hel del av detta första experiment att som vuxen skriva en roman.” (George: 2005:233)

Renander som arbetar med kreativitetsutveckling för både företag och individer tycker att vi ska lyssna till tvivlet och rannsaka oss själva. Ställa frågan varför vi ska ge oss in i projektet. Alla kreativa processer tar kraft och energi och det är därför viktigt att ha gjort en avvägning om vi är villiga att försöka. (Renander: 2003:46) Han uppmuntrar oss att ”fake it until you make it”, när vi tvivlar på vår förmåga. Även om vi inte är säkra på att klara det vi ger oss in i, gör vi det ändå och hoppas att vi lär oss något. Hellre det än att låta osäkerheten förlama oss och avstå från att utvecklas.

Precis som Renander, uppmanar författaren Elsie Johansson oss att vara modiga. ”Du måste ha massor av mod, inte väja för något utan bara skriva rakt på. När du är färdig kan du börja granska och fundera. Många är rädda för vad folk ska säga. Om du tänker på det sättet från början så är det kört.” (Skriva 2013:2:24)

## Tomhet

Med mod och stärkt självförtroende lägger den skrivande personen tvivlet åt sidan och bestämmer sig för att fortsätta på projektet. Idé och underlag finns att arbeta vidare med, kanske till och med ett synopsis att luta sig mot. Ändå saknas något. Det är tomt. Tangenterna dansar inte under fingrarna. Texten skriver inte sig själv i ett forsande flöde som hos Ranelid. ”Mitt språk är ensamt i sitt slag. Det har till och med ett eget namn, ranelidspråket, det innebär att jag har alla forsar och slussar öppna i min hjärna.” (UR I love språk säsong 4)

Den svenske barn- och ungdomsförfattaren Ulf Stark har gett ut ett stort antal titlar på bland andra Bonnier Carlsén förlag. Han har fått flera utmärkelser och priser, däribland Augustpriset 1996. Trots den omfattande produktionen uttryckte Stark känslan av tomhet så här i UR:s programserie *I love språk*: ”Jag har liksom skräck för det här att vara tom i huvudet. Om jag slutar en bok och inte har börjat på något annat, utan att det finns någonting i kylskåpet eller i garderoben, då känns det otäckt.” (UR I love språk säsong 4)

Renander beskriver tomhet som en känsla av osäkerhet. Vi behöver inspiration för att komma igång igen och hjälp att hitta den källa som sätter fart på tankeverksamheten och fyller tomrummet

med något (Renander: 2003:54). Som tidigare nämnts är fysisk aktivitet något flera författare använder sig av när de kör fast. Renander tipsar om en mentor som kan ge individuellt stöd för att utvecklas. Precis på det sätt som handledarna vägleder studenter vid Författarskolan på Lunds Universitet. De författare som är knutna till utbildningen ger förutom aktiv support på studenternas texter också tips på inspirationskällor inom den genre studenten valt att fördjupa sina kunskaper i.

Malmsten kallar sin mentor för personlig läsare. Det är en person som med sin skarpa blick kan greppa helheten och ta upp frågor om stil, form och innehåll på ett ärligt sätt med skribenten (Malmsten: 2012:137). Just tilltro och ärlighet är viktigt om en sådan relation ska lyfta den skrivande ur sin känsla och fortsätta framåt i processen. Att lämna sin text till någon är utlämnande, men trots det är en vänlig klapp på axeln och uppmuntrade ord inte det den skrivande vill ha i retur. Hen förväntar sig konstruktiv kritik som hjälper texten att utvecklas. Skribenten hoppas att den som läser ser det som tappats på vägen, att personen vågar fråga och ifrågasätta om något är oklart eller otydligt.

Inspiration och hjälp i skrivprocessen behöver inte komma från en enskild person. Många som skriver går med i olika nätverk där andra författare kan bidra med synpunkter. Ett sådant är Blodgruppen, där till exempel Karin Alvtegen och Inger Frimansson ingår. (Lagerwall & Wennersten: 2011:160) Skrivkooperativet SkAlla i Malmö är ett annat exempel där främst tidigare studenter från Författarskolan vid Lunds Universitet gått samman för att stödja och ge tips till varandra.<sup>6</sup>

Men att författa i grupp och dela med sig av sin text till andra passar inte alla. Om deltagarna inte ger respons som på ett konstruktivt sätt för arbetet framåt fungerar nätverket mer som en tidstjuv som hindrar skribenten från att skriva. Elisabeth George tillhörde under en kort period en grupp där man läste varandras verk och höjer ett varningens finger. ”Men om du tänker ansluta dig till en grupp, kontrollera den noga innan du bestämmer dig för att gå med. Om det finns någon i gruppen som har egna intressen att bevaka bör du inte gå med. Om gruppen inte är inriktad på att hitta lösningar utan man bara säger saker som: ’Jag har svårt för X’ (din person, din intrig, din scen eller vad som helst) utan att föreslå en lösning på problemet eller ett sätt att närma sig en lösning, ska du strunta i den. Om du inte känner dig tillfreds med gruppdynamiken ska du lita på dig själv och inte ansluta dig till gruppen.” (George: 2005:232)

### **Frustration**

Efter inspirerande kontakter med en mentor eller andra som på ett ärligt sätt engagerar sig i den skrivandes arbete får hen ny entusiasm för sin text. Skribenten är på väg mot målet. En bit framåt i

---

<sup>6</sup> <http://www.skalla.se>

alla fall. Renander flaggar för fler hinder. Nämligen frustration. I Voglers översikt av filmberättelsen är det nu huvudpersonen prövas, inget går så enkelt som hen hade hoppats på. (Renander: 2003:74)

Enligt Wikipedia är: "Frustration en psykologisk term som avser den besvikelse som någon känner när vägen till ett eftersträvat mål hindras."<sup>7</sup> Om jag översätter det till den skrivandes vardag uppstår känslan av frustration när skribenten vill och inte minst är inspirerad att skriva men saknar lugn, plats eller tid för att göra det.

För Kajsa Ingemarsson, liksom en del andra författare, är platsen mycket viktig: "Den måste vara neutral, jag kan inte skriva hemma." Ulf Stark skriver gärna i sängen och Niklas Ekdal på hotell. (UR I love språk säsong 4) Andra har en egen vrå, arbetsplats eller skrivarstuga att dra sig tillbaka till. Bodil Malmsten sitter hemma och pyntar rummet med snittblommor. "Att gå till skrivandet ska vara en högtidsstund." (Malmsten: 2012:46) Själv drar jag mig in i arbetsrummet och stänger av all musik. Det ska vara tyst och endast sådant som är relevant för det jag just för tillfället skriver på får ligga framme.

Även den fiktiva författaren söker sig ibland till ett eget rum, ofta för att komma bort från familjen och få arbeta ostört. Som till exempel Jon Dreyer, en av huvudkaraktärerna i Linn Ullmanns roman *Det dyrbara*. Jon lider av skrivkramp efter två framgångsrika titlar i sin trilogi. I hustruns barndomshem Mailund, där han och hans familj tillbringar somrarna, har han övertagit vindsrummet dit han söker sig för att skriva. Här letar han alltmer uppgivet efter en ingång till sin historia, den som förlaget väntar på, år ut och år in. Han har tillgång till ett liknande vindsrum i familjens radhus i Oslo, inrett under den spetsiga taknocken med snedtak och litet fönster. Men trots tillgång till fredade zoner håller skrivkrampen kvar honom i ett järngrepp. (Ullmann: 2012:40)

Ernest Hemingway ger i självbiografin *En fest för livet* läsaren en inblick i hur arbetssituationen såg ut för en författare i början av 1920-talets Paris. Även han sökte sig utanför hemmet för att få ro att skriva. I ett av stadens fattigare kvarter med små butiker och tidningsaffärer låg ett hotell där Hemingway hyrde ett arbetsrum högst upp. "Det var väl sex eller åtta trappor upp till översta våningen och det var mycket kallt och jag visste vad en knippa små kvistar kostade, plus tre buntar spåntade stickor, inte längre än halva blyertspennor, att få eld på med hjälp av kvistarna, och så det knippe halvtorra vedträn som jag måste köpa för att få en brasa så att det blev varmt i rummet." (Hemingway: 1986:8) Ofta valde Hemingway att istället sitta och skriva på ett kafé. Vintertid var det varmare, på sommaren svalkande. Dessutom fanns det något att dricka inom räckhåll. Men det var inte alltid han fick arbeta ostört. "Vissa dagar gick det så bra att man kunde levandegöra landsbygden så att man kunde vandra in genom barrskogen och komma ut i gläntan ... Då brukade

---

<sup>7</sup> <http://sv.wikipedia.org/wiki/Frustration>

man få höra någon säga: 'Hej, Hem. Vad är det du håller på med? Försöker du skriva på ett kafé?' Turen hade övergett en och man slog igen anteckningsboken." (Hemingway: 1986:74)

Uppmaningen att hitta en lämplig plats att skriva på återkommer i flera av de skrivhandböcker som finns på marknaden. "Tänk efter hur du själv vill ha det för att arbeta bäst och skaffa dig bästa möjlighet till detta: Har du tillräckligt lugn och ro där du sitter och skriver? Har du ett skrivbord där du kan låta papperen ligga när du avbryter skrivandet, eller måste du städa undan allt för att annat skall få plats? Om inte, kan du skaffa det?" (Clod: 1997:58)

Men även om plats finns hemma eller någon annanstans som i normala fall fungerar bra, kan lösningen vid skrivkramp och frustration vara att resa bort dit vardagens rutiner inte stör eller familjen kräver normal social samvaro med matlagning och läsläsning. Jon i Ullmanns bok flyr från allt ansvar. In i sina vindsrum, men också till en stuga i Sandefjord som han får låna av en vän. (Ullmann: 2012:246) Det hjälper dock inte hans svårartade skrivkramp.

Bättre fungerar det för Sara Kadefors, som skriver böcker både för barn och vuxna. "Att åka bort är bra. Har du inga pengar kanske du kan låna någons hus, bara du kommer bort lite från dina vanliga rutiner. Själv brukar jag åka ensam ut på landet och sätta mig. Då finns det inga regler, det ligger kläder på golvet och jag äter dåligt och gör precis som jag vill. Då kan jag till och med sitta på kvällarna och skriva, eftersom jag sover till tolv på dagen. Det är underbart." (Skriva 2013:2:25)

Tiden, då? Det är få skribenter som kan leva enbart på inkomsten av sina texter och ha det som heltidsarbete. Att då behöva bryta den kreativa processen för att åka till ett annat arbete eller utföra annan syssla är klart frustrerande. Ju mer effektiv och organiserad skribenten är desto bättre kan hen ta vara på stunderna för att skriva när de väl dyker upp.

Låt oss gå tillbaka till Rollof, läkaren som är övertygad om att det går att organisera fram kreativitet. Från den artikelserie i Sydsvenska Dagbladet han hänvisar till, finns ett och annat att lära från skribentens kolleger. "De flesta antecknade kontinuerligt idéer och noterade iakttagelser för att bearbeta och använda dem vid senare tillfällen. Många bar ständigt en anteckningsbok i fickan för att vara redo när inspirationen rann till ... Inte bara författare utnyttjar rutiner, baserade på rätt tid, miljö och sinnesstämning, för att tvinga fram inspiration. 'Proffs' inom en rad kreativa områden vittnar om liknande ritualer." (Rollof: 1990:92)

Larssons karaktär Gustav Berndtsson hoppas på en väg ut ur sin skrivarkris med hjälp av andra skribenters noteringar. "Genom att studera andra författares skapelseprocess skulle möjligen en dörr kunna öppnas till hans eget skrivande." (Larsson: 2008:191) Men Jon i Ullmanns roman ser en lösning på sin fleråriga blockering genom att hitta nya rutiner kring sin kreativa process. På sina morgonrundor med hunden börjar han notera i den anteckningsbok han numera alltid bär med sig. Ett stöd för att minnas det han upplevt och för att återkalla en känsla som kan vara viktig för hans texter. (Ullmann: 2012:308f)

För att få bukt med känslan av frustrering, som av Renander beskrivs som en prövning, handlar det alltså om att fokusera och prioritera. Att rensa i almanackan och avstå från annat för att få ihop en roman. Ägna varje ledig stund åt att skriva, redigera en sida eller anteckna sådant som kan inspirera. Då har författaren flyttat sig en bit närmare målet och sopat bort en del av de hinder som gör hen frustrerad. Camilla Läckbergs sätt att arbeta är ett exempel på detta: ”För mig har det handlat om prioriteringar. Jag har satt skrivandet främst och annat har fått stryka på foten, som socialt umgänge, städning med mera.”<sup>8</sup>

## Rädsla

Att skriva är för många lustfyllt, något att längta till och glädjas åt. Hur kan det förknippas med rädsla? I Renanders jämförelse med filmen har huvudpersonen nu kommit fram till den punkt från vilken det inte går att återvända. Huvudpersonen står inför det som hen är allra mest rädd för och som inte går att undvika. ”På motsvarande sätt väcker din kreativa process nu din rädsla. Du inser att uppdraget krupit under skinnet på dig och berör en del av din personlighet. Du börjar ana att du kan behöva döda något du älskar.” (Renander: 2003:88)

”Kill your darlings” är ett råd de flesta skribenter har hört någon gång under sin karriär. Uttrycket betyder att våga ifrågasätta och stryka favoritord eller passager som den skrivande själv är nöjd med men som inte bidrar till textens helhet. Renander tänjer uttrycket att omfatta mer än så: ”Det kan vara allt från hela idén till en detalj som du håller fast i, ett fotografi som gav dig idén till en hel fotobok. Det kan vara en finurlig formulering i en text. Den betyder så mycket för dig. Den är en viktig del av dig och den visar vem du är.” (Renander: 2003:89)

För att applicera Renanders beskrivning av rädsla som en av de kreativa känslor som kan ge upphov till skrivkramp, förutsätter det att skribenten kommit så långt i processen att hen har ett första utkast av texten klar för bearbetning. Det är då glappen blir synliga och det som är övertydligt och överflödigt sticker ut. Allt det blottas som inte går att lämna kvar om den skrivande ska kunna stå för det hen har skrivit. Men att enbart stryka en eller annan scen behöver inte leda till handlingsförklaring. Johan Ajvide Lindqvist ser dem mer som en tillgång än en belastning: ”Jag har aldrig riktigt förstått det där med ”kill your darlings”. För mig handlar det just om att *inte* döda sina älsklingar. Utan snarare vårda dem och verkligen behålla de scenerna. Det var ju liksom där jag började längta efter att skriva den där berättelsen, och att ta bort dem hade varit att döda den känslan. **Let your darlings live!**” (Skriva 2013:2:24)

”Kill your darlings” kan handla om större ingrepp i texten som att byta tempus, perspektiv eller behov av ytterligare research. Ett tidsödande arbete som gör att det kan kännas motigt att gå vidare.

---

<sup>8</sup> <http://www.camillalackberg.se/Om-Camilla/Om-Camilla/Mer-om-skrivandet/>

Orkar skribenten? Skall hen överge projektet och börja på något nytt? Men om den som skriver ger upp nu, vad säger det om hen som person? Är hen inte bättre än så här? Har hen misslyckats?

Oates beskriver föraningen om ett misslyckande som att stå på kanten till en avgrund. ”Själva misslyckandet ansätter oss inte lika svårt som känslan av att vara på väg att misslyckas med de åtföljande, allt uppslukande, bedrägliga knepen. När slaget är förlorat är det trots allt över, och vare sig det är vunnet eller förlorat rör det oss inte längre. Men ett slag som håller på att förloras – varje yttring, varje pulsslug ... Det är verkligen den bottenlösa, skräckinjagande avgrunden, en fasansfull situation.”(Oates: 2002:59f)

Skrivprocessen kan visa sig vara både svårare och mer komplicerad än den skrivande först trodde och en kreativ lösning behövs för att rädda texten. Ska skribenten ge upp och förlora eller ta tag i problemet och börja om? Om texten kräver större förändringar än att enbart stryka älsklingsscenen eller favoritrepliken var skribenten då tillräckligt förberedd när denne startade projektet?

Niklas Ekdal, journalist och författare: ”Om man hamnar i ett läge när man inte kan skriva tror jag att det handlar om att man inte har idén tillräckligt klart för sig från början eller att man inte har tillräcklig rutin. Eller att man just då är lite för bekväm och man kan inte vänta på att texten ska skriva sig självt, utan man måste liksom komma över den tröskeln.” (UR I love språk säsong 4)

Oförberedd, orutinerad och bekväm. Som skrivande person är det inte enbart texten denne brottas med. Skribenten utmanas som person att lösa en situation som hen själv har satt sig i. De flesta som skriver på en roman skriver inte på uppdrag eller åt någon annan utan har av egen vilja stakat ut vägen fram till där projektet står idag. Det finns ingen annan att skylla på att texten inte duger. Skribenten rannsakar sig själv och frågar vad hen gjorde för fel. Vad gör den skrivande nu?

Elisabeth George sätter fingret på många skrivandes ömma punkt: ”Varje författare måste utforma sin egen arbetsrutin: det som för honom fungerar gång på gång. Att inte ha någon arbetsrutin är som att inte kunna hantverket. Då hänger man där över avgrunden och kan när som helst drabbas av skrivkramp. När man inte har någon arbetsrutin tar man enorma risker, för då blir skrivandet ett hot i stället för en glädje, något man varje dag är livrädd för att påbörja eftersom man är utlämnad till en musa man inte vet hur man ska locka till sig.” (George: 2005:201) Här bekräftar Elisabeth George Csíkszentmihályis resonemang om hur klara regler för aktiviteten underlättar för den skrivande att vara koncentrerad och på så sätt få möjlighet att uppleva flow i arbetsprocessen.

Precis som Rollof, visar George på vikten av att ha en egen arbetsrutin som ett sätt att hitta tillbaka till kreativiteten. Hon planerar in både ett andra och tredje utkast. ”Jag närmar mig slutet av det andra utkastet så jag är rädd ... Jag har så mycket arbete kvar att göra. Jag känner mig rädd. Det känns inte som om jag har något riktigt grepp om historien. Gud ska veta att det är sant, det har jag inte. Men nu ska jag göra så här: jag ska föra romanen fem sidor framåt varje dag ... Jag vill

komma ihåg att jag alltid har varit rädd och att jag alltid har arbetat mig igenom den rädslan, kommit bortom rädslan och förvandlat den till tro.” (George: 2005:288)

En skrivande person får alltså inte vara lat och väja för det arbete som kvarstår. Ett utkast är en bit på väg men måste bearbetas för att skribenten ska kunna gå i mål. Skriv! Skriv om! Skriv om igen! Listan är lång över författare som gör flertalet omarbetningar av sin text. Håkan Nesser är ett exempel. Sju, åtta gånger kan det bli innan han är nöjd. (Lagerwall & Wennersten: 2011:152)

## Ångest

Vårdguiden på nätet beskriver ångest som en del av livet, något som drabbar alla människor i varierande grad då känslor som oro, spänning, ängslan, skräck och panik kan flyta ihop.<sup>9</sup> Ångest i en skrivprocess ser olika ut beroende på vem det drabbar och var i processen den skrivande befinner sig.

I Veronica Raimos novell *Ärendet* har en ung författare efter en tids skrivkramp äntligen kommit loss och börja skriva igen. Hon kopplar framgången till de dagliga ärenden hon utför åt änkan Perillo och av ängslan att bryta deras ritualer blir hon alltmer beroende av signoran som utnyttjar henne. När författarens förläggare dessutom prisar de sidor hon visar honom, ökar hennes ångest över att inte kunna skriva färdigt romanen och hon styrs mot att överträda allt fler privata gränser.<sup>10</sup> Läsaren får en tankeställare om huruvida en författare verkligen är beredd att gå så långt som att släppa kontrollen över sitt eget liv för att behålla greppet om sitt skrivande.

Karaktären Jon i Ullmanns roman dryper av ångest efter ett möte med sin förläggare Gerda, fem år efter att hans senaste bok gavs ut och sista delen av trilogin fortfarande inte är klar. Hon ber honom lägga skrivandet åt sidan och skaffa sig ett jobb. Jon får inte längre ekonomiskt stöd från förlaget och ingår inte längre i deras planering. Dörren är stängd både där och hos konkurrerande förlag som tidigare erbjudit honom en övergång. Verkligheten har kommit ifatt honom när han pratar med sin hustru. ”Fan Siri, allt faller isär.” (Ullmann: 2012:267)

Men känslan av ångest kan komma mitt i processen. Mitt i en omskrivning där en av scenerna just tagits bort och måste ersättas av något annat, eller vid bedömningen av vilket ord som passar bäst i sammanhanget. ”Det kan hända när jag är mitt i en bok och känner att det här är jättebra och då får jag plötsligt ångest att fortsätta för då kan man förstöra det där man tycker är bra”, säger Ulf Stark i URs program om skrivkramp.<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup> <http://www.vardguiden.se/Tema/Psykisk-ohalsa/Angest/>

<sup>10</sup> Raimo, Veronica; *Ärendet*

<sup>11</sup> UR I love språk, säsong 4; *Skrivkramp, finns det?*



Malmsten sparar alla versioner. För henne är räddningen att kunna gå tillbaka till en version som fungerar när hon befinner sig i en helvetesperiod. (Malmsten: 2012:108) ”Det är insikten om hur jag kan förstöra det jag skriver på vägen från lusten att göra det, att jag aldrig hittar tillbaks efter helvetesversionerna, att jag siktar för högt och vill för djupt, att jag trasar sönder det jag skriver tills den hela, jag vill säga helbrädda, friska versionen inte längre finns.” (Malmsten: 2012:121)

Rollof uppmuntrar också att vi ska dokumentera alla idéer, spara uppslag, anteckningar och skisser. Vi kan då jämföra alternativen och se hur de har utvecklats. Dessutom bearbetar vi idéerna när vi noterar dem, sammanfattar och koncentrerar tankarna. (Rollof: 1990:99) Noteringarna blir den skrivande konstnärens svarta låda. Något Gustav Berndtsson i Larssons novell konstaterar om Flaubert som lämnat efter sig ett stort material från sin skapandeprocess. (Larsson: 2008:190)

Om skribenten sparar flera versioner av materialet, kan hen undvika ångest över att ha raderat något denne senare vill använda. Vid tvekan är det enkelt att gå tillbaka och få ett eller flera alternativ. Skrivboken i handväskan eller fickan är ett annat knep att hålla ångesten stången. Precis som för Jon i *Det dyrbara* är det lätt att tro att minnet av en replik, en känsla eller ett uttryck finns kvar lika skarpt när skribenten väl kommer hem till datorn eller pennan. Besvikelsen blir stor vid upptäckten att det tappats bort på vägen.

Renander tar upp ångest vid deadline. Vi börjar köpslå med oss själva för att skjuta upp det som måste göras. ”En manusförfattare och god vän berättade att han i detta skede använde hela sin kreativitet till att hitta på trovärdiga lögnar för att slippa lämna sitt manus vid deadline.” (Renander: 2003:111)

En skribent som lovat, och eventuellt fått förskott, men inte kan leverera sin text i tid kan få ökad ångest av tidspressen. Att vara kreativ i kamp mot klockan är en svår utmaning. Om skribenten inte hinner, får hen då en ny chans? Bengt Ohlsson, författare och krönikör, är ofta ute och talar på skrivarkurser. Ett av hans tips är att slutföra uppdraget inom utsatt tid. ”Om du gör ett åtagande är det förknippat med rätt mycket skam och obehag om du inte uppfyller det och rent praktiskt har du minskat chansen att de ringer dig igen om du klantar bort det och inte levererar.” (UR I love språk säsong 4)

För andra författare kan en deadline fungera som en sporre och verka pådrivande. Jag är själv van vid att arbeta mot klockan och har försökt sätta upp liknande mål med mitt eget skrivprojekt. Det kan vara allt från att skriva X antal tecken per vecka till att nå fram till slutet på en scen under en skrivdag. När det fungerar mår jag bra och jag känner mig tillfreds med mitt skrivande. Men när jag missar min egen deadline känner jag igen mig i Renanders exempel. En extern tidsgräns skulle jag göra allt för att hålla, men mina egna är jag villig att förhandla och prioritera om.

## Ilska

Skribenten är i mål! Efter flertalet omskrivningar, korrektur och eventuella externa omdömen är romanen klar och texten ligger framför författaren. Det har varit en lång resa med känslomässiga svängningar både uppåt och nedåt. Men nu är det gjort. Det som återstår är att bli utgiven. Om författaren inte väljer att själv ge ut boken utan vänder sig till ett etablerat förlag börjar nästa resa. Eller som Renander benämner det i sin jämförelse med berättelsens struktur: ”Make life hell.” Just när huvudpersonen tror att hen är framme vid målet får denne ett helvete. Inför detta känner hen både ilska och ibland besvikelse. ”Du ska realisera idén genom praktisk handling och då stöter du på svårigheter av ett nytt slag.” (Renander: 2003:144)

Den praktiska handlingen för den skrivande är att komma igenom nålsögat hos förlagen. I en artikel i *Svensk Bokhandel* 2011 redovisas antalet utgivna manus per förlag och år. Färre än två per tusen av alla inskickade manus ges ut.<sup>12</sup> Färre än två! Ett stort förlag som Albert Bonniers redovisar en siffra på 2500 skönlitterära manus som passerar deras redaktörer varje år. Jag skulle vilja precisera hur snårigt det är att komma in i det allra heligaste, förlagens manusgrupp, genom att likna uttagningsprocessen vid en vandring i en labyrint av nålsögon. Naturligtvis finns det skillnader mellan hur förlagen arbetar med inkommande manus, men arbetsgången är i stort sett densamma. Kabusa förlag är dock ett undantag. De hanterar inte obeställda manus. Istället arbetar de aktivt med att söka upp nya författare och böcker till exempel genom rekommendationer, uppläsningar och manuspresentationer då författaren får en viss tid på sig att berätta om sitt projekt.<sup>13</sup>

Efter att noga ha studerat i vilka förlags utgivning just författarens manus passar in, bör texten kopieras upp enligt respektive förlags anvisningar. Få tar emot digitala manus, något som hade förenklat hanteringen och sparat skribenten en hel del utgifter för papper, toner, jiffy-påsar och porto. Nålsöga ett: en första gallring av veckans skörd delas på vissa förlag upp av förlagets anställda eller en extern lektor. Deras uppgift är att sortera agnarna från vetet, se vad som är värt att titta närmare på och vad som kan kastas direkt. Nålsöga två: de manus som går vidare läses av förlagens manusgrupp. Först går de igenom författarens följebrev med en kortare presentation av personen som skrivit texten samt en sammanfattning av handlingen. Av själva manuset läses i genomsnitt mellan fem och tjugo sidor. Nålsöga tre: om manuset bedöms ha en högre kvalitet läses hela texten och därefter fattas beslut om texten ska antas eller avböjas. (Lagerwall & Wennersten: 2011:169) Nålsöga fyra: även om förlagets redaktörer vill ge ut manuset ska även marknadsavdelningen ge sitt gillande. Om marknaden är mättad eller trög i ett visst segment tackar förlaget nej, en erfarenhet jag själv fått ta del av för en av mina kapitelböcker för barn i åldern nio

---

<sup>12</sup> Svensson Nils, ”Genom nålsögat”, *Svensk Bokhandel* nr 15, 2011 s. 16.

<sup>13</sup> Svensson Nils, ”Genom nålsögat”, *Svensk Bokhandel* nr 15, 2011 s. 21.

till tolv år. Eftersom förlaget tappade läsare, framförallt pojkar, i den här gruppen till andra medier som teve- och dataspel, vågade man inte satsa på mitt manus vid labyrintens slutstation.

”För den som inte tidigare är publicerad är det risken att bli refuserad som gör väntan till ett helvete. Väntan på att de okända lektörerna, förläggaren, förlagsredaktörerna på det stora, eller lilla, det mellanstora förlaget, ska läsa och lämna sin dom. Väntan är ett ensamt och hjälplöst tillstånd.” (Malmsten: 2012:170) Bäst är att försöka använda den långa väntetiden till att börja skriva på något nytt. Ett besked om antagning eller ej, kan ta allt från en månad upp till ett år eller längre, innan en författares text möter sitt öde. Vissa skribenter smäller champagnekorkar när telefonsamtalet äntligen kommer, andra lägger brevet eller mejlet till högen av tidigare refuseringar.

Känslan av att inte duga, att inte räcka till, att inte vara tillräckligt bra för att nå hela vägen fram kan kväva vilken kreativ glöd som helst och väcka skrivkrampen till liv igen. Skribenten har kämpat så hårt och länge och allt hen får är ett standardiserat refuseringsbrev typ: ”Hej XXX! Stort tack för manuset XXX som du har skickat in till oss! Tyvärr måste vi/förlaget meddela dig att vi inte kunnat anta det till publicering. På grund av den stora mängd manus som skickas in till oss har vi ingen möjlighet att returnera manus, ge personlig kritik till var och en eller närmare motivera varför vi tackar nej till utgivning. Lycka till med framtida skrivande!”

Vad händer nu? Är det lönt att skicka texten till fler förlag? Har det nya projektet som skribenten börjat på lika liten chans att komma igenom på andra sidan nålsögelabyrinten är det kanske lika bra att lägga ner det här med att skriva helt och hållet? Nu gäller det att inte ge efter för de negativa känslorna och fastna i ett resonemang som kan leda till skrivblockering. När ilskan och besvikelsen lagt sig och texten fått vila ett tag, är det lättare att se på det med fräscha ögon. Håller manuset den kvalitet författaren vill? Går det att modifiera idén? Omarbeta? Är skribenten fortfarande nöjd med sitt arbete finns det fler förlag att skicka det till. Jonas Jonasson som skrev succén *Hundraåringen som klev ut genom fönstret och försvann* som sålt i över 700 000 exemplar bara i Sverige, skickade sitt manus till sex av de största förlagen. Han fick nej från fem av dem. (Lagerwall & Wennersten: 2011:178) Som skrivande person måste man vara uthållig och ha tålamod.

Jonas Jonasson är bara ett exempel. Håkan Nesser, Jan Guillou, PC Jersild, Inger Frimansson, Karin Alvtegen och inte minst Astrid Lindgren har alla blivit refuserade utan att ge upp. ”Du kan också lära av framgångsrika författares erfarenheter, att ett nej inte alltid är ett nej utan bara att du har en längre transportsträcka fram till målet.” (Lagerwall & Wennersten: 2011:176)

Det kan kännas tungt och hämmande på fortsatt skrivlust att få refuseringsbrev från flera förlag, på samma text eller på nya inskickade. Men öppenheten om svårigheterna att bli antagen har blivit större. Fler delar med sig av sina erfarenheter, både i sina skrivarnätverk och på nätet. I Clods bok *Skriv* från 1997 uppmanar hon den skrivande att prata om hur det är att bli refuserad. ”Det är en gammal författarsjuka att tuga om alla refuseringsbrev och bara berätta om de antagna

manuskripten. Därför har vi bara intrycken av de gudabenådade talanger som kommer ut med bok efter bok; inte de hårt arbetande, underbetalda idioter som får bok efter bok åter från förlagen.” (Clod: 1997:150)

Tretton år senare publicerar Sveriges Radio nyheten att antalet skrivartutbildningar i Stockholm har exploderat. Författaren Inga-Lina Lindqvist tror att det ökade intresset beror på att vi ser skrivandet som en arbetsprocess bland många andra.<sup>14</sup> Ett hantverk, som från idé till färdigt manus genom kreativitetens berg- och dalbana, har gett skribenten ökad kunskap om och erfarenhet av arbetet genom skrivprocessen.

### Slutsats

När skrivprocessen går i stå längtar den skrivande människan efter något som får förlamningen att släppa och orden att berätta det hen vill ha sagt. Målet med uppsatsen var att undersöka om den kris i den kreativa processen som kallas skrivkramp, går att identifiera och om skribenten med bättre kunskap om varför den uppstår kan komma vidare i arbetsprocessen.

Jag har använt mig av läkaren och forskaren Jan Rollofs och professor George Kleins litteratur för att ge en bakgrund till och skilja på *inspiration* och *flow*, två begrepp som ofta används för att beskriva delar av den kreativa processen att skriva en bok. Som skribent möts jag ibland av kommentarer som pekar på en uppfattning om att inspiration är något för särskilt utvalda och att i brist på detta är det svårt, om inte omöjligt, att utföra ett kreativt arbete. Rollofs exempel visar på att istället för att skribenten sitter sysslolös i väntan på en vänlig musas viskning, går det att arbeta sig tillbaka in i kreativiteten genom rutiner och självdisciplin. Detta bekräftas av det arbetssätt som framgångsrika författare som Elisabeth George, Jan Guillou med flera använder sig av.

För att hitta verktyg till den som drabbas av skrivblockering, har jag tagit fasta på Renanders översikt av de negativa känslor som kan dyka upp i ett kreativt förlopp, och med exempel i skrivhandböcker, artiklar och prosa visa på paralleller i den skrivandes vardag. Min utgångspunkt är att genom kunskap om varför och när i processen skribenten stöter på ett problem, ska denne kunna hitta en lösning och fortsätta att arbeta. Med exempel från etablerade författare med liknande problem visar jag också att skrivkramp på inget vis är unikt och med hjälp av deras erfarenhet och tips går det att bryta och ta sig ur en jobbig period.

Renanders sex negativa känslor som beskriver den berg- och dalbana av upp- och nergång i en kreativ process, går alla att finna en motsvarighet till i olika författares skildringar av sitt yrke. Elisabeth George tvekade att ge sig in i det arbete hon helst av allt ville syssla med. Ulf Stark räds tomheten mellan två projekt. Den fiktiva författaren Jon i Ullmanns roman känner frustration när

---

<sup>14</sup> Plax <http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=103&artikel=4046334>

han trots både plats och tid för skrivandet inte kommer vidare med sin tredje roman. Joyce Carol Oates, med en lång lista av publicerade romaner och noveller, samt flera gånger favorittippad i spektionerna kring Nobels litteraturpris, skriver om rädslan att misslyckas som en fasansfull situation. Bodil Malmsten känner ångest när hon befinner sig i en av sina helvetesperioder och tror att hon aldrig ska hitta tillbaka till den rätta versionen av texten. Till och med ilskan över att tro sig vara i mål när manuset är färdigt kan drabba skribenten. Precis som för Voglers huvudperson i en film står författaren vid målnöret för att möta nya utmaningar; att bli utgiven.

I det undersökta materialet har jag funnit stora skillnader i hur skrivkramp upplevs och hur den hanteras. Vissa författare drabbas bara en gång under en hel yrkeskarriär. För andra är det en del av deras skrivprocess, som till exempel för Bengt Ohlsson: ”För mig är skrivkramp mer regel än undantag. För mig är det ett normaltillstånd. För mig är en vanlig arbetsdag rätt mycket tvång. Nu ska jag fylla de här en, två, tre eller fyra sidorna och då ska jag göra det. Det är liksom inte förhandlingsbart. Jag är en pliktmänniska snarare än en lustmänniska ... Jag har förlikat mig med att det inte är så kul att skriva, utan det är mitt jobb och jag ska göra det så bra som möjligt och det gäller att hitta tillfredsställelse i det.” (UR I love språk säsong 4)

Det finns också författare som menar att de aldrig drabbas av skrivkramp. Björn Ranelid nämndes i uppsatsens inledning. Jan Guillou är ett annat exempel. ”Skrivkramp är för amatörer och konstnissar! Jag kör inte fast eftersom jag har en plan, en bygnadsställning där jag stegvis jobbar mig framåt.” (Lagerwall & Wennersten: 2011:149) Inte heller Kajsa Ingemarsson säger sig ha de problemen. ”Jag har haft otroligt lätt för att skriva. Jag tror att det beror på att jag har väntat in rätt tillfälle för att skriva boken.” (UR I love språk säsong 4) I mitt material har jag valt bort att undersöka anledningen till varför somliga skribenter klarar sig bättre än andra från skrivblockering. Detta är ett möjligt område att undersöka vidare för kommande studenter på Författarskolans genrefördjupning.

## Källhänvisningar

### Faktalitteratur:

Bok, Sissela (1990) *Att skriva bok och föda barn*. Citerad i; Klein, Georg; *Om kreativitet och flow*. Brombergs. ISBN 91-7608-952-5

Csikszentmihályi, Mihály (1990) *Att uppleva flow*. Citerad i; Klein, Georg; *Om kreativitet och flow*. Brombergs. ISBN 91-7608-952-5

Clod, Bente (1997) *Skriv – en bok om att skriva*. Alfabet. ISBN 91 7712 788 9

George, Elisabeth (2005) *Skriv på! En handbok i skrivandets konst*. Månocket. ISBN 91-7232-012-5

Klein, Georg (1990) *Om kreativitet och flow*. Brombergs. ISBN 91-7608-952-5

Lagerwall, Katarina & Wennersten, Lina (2011) *Konsten att skriva en bästsäljare*. Alfabet. ISBN 978-91-501-1354-9

Malmsten, Bodil (2012) *Så gör jag*. Modernista. ISBN 978-91-7499-215-1

Nässil, Anders (1990) *Disciplin och skapande*. Citerad i; Klein, Georg; *Om kreativitet och flow*. Brombergs. ISBN 91-7608-952-5

Oates, Joyce Carol (2003) *En författares övertygelse*. Wahlström och Widstrand. ISBN 91-46-21157-8

Renander, Bengt (2003) *Himmel-Helvete tur och retur. En bok om kreativitetens känslor*. Kreativitetsutveckling AB. ISBN 91-631-4068-3

Rollof, Jan (1990) *Kreativitet. En handbok för organisationer och individer*. Wahlström & Widstrand. ISBN 91-46-17344-7

Rollof, Jan (2002) *7 falska sanningar om kreativitet*. Liber AB. ISBN 91-47-06389-0

### Skönlitteratur:

Hemingway, Ernest (1986) *En fest för livet*. Bonniers. ISBN 91-0-046749-9

Larsson, Björn (2008) *Filologens dröm*. Norstedts. ISBN 978-91-1-301761-7

Raimo, Veronica, (2012) *Ärendet*. Astor Novell. ISBN 978-91-86757-15-1

Ullmann Linn (2012) *Det dyrbara*. Albert Bonniers Förlag. ISBN978-91-0-01284-2

### Elektroniska källor:

Ekdahl, Niklas & Ingemarsson, Kajsa & Nilsson, Moni & Ohlsson, Bengt & Ranelid, Björn & Stark, Ulf. Utbildningsradions kunskapsbank. UR programserie *I love språk*, säsong 4; *Skrivkramp, finns det?*

<http://www.ur.se/Produkter/158709-I-love-sprak-Skrivkramp-finns-det?q=skrivkramp>

Inloggning krävs via exempelvis en mediecentral på ett universitet eller högskola som är ansluten till UR Access. (2013-04-23)

Läckberg, Camilla. *Om skrivandet*. <http://www.camillalackberg.se/Om-Camilla/Om-Camilla/Mer-om-skrivandet/> (2013-04-23)

Plax, Dmitri. (2010). *Ökat intresse för skrivarkurser*. Sveriges Radio.

<http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=103&artikel=4046334> (2013-04-23)

Renander, Bengt. Kreativitetsutveckling AB.

<http://www.kreativitetsutveckling.nu> (2013-04-23)

Rollof, Jan. (2005). *Kreativitet och kunskap*. Infotrend.

<http://www.sfis.nu/sites/default/files/dokument/infotrend/2005/kreativitet105.pdf> (2013-04-23)

SkAlla. Skrivkooperativet Alla. <http://www.skalla.se/> (2013-04-23)

Wikipedia. (2013). URL: <http://sv.wikipedia.org/wiki/Frustration> (2013-04-23)

Öster, Katja. (2010). *Ångest – en del av livet*. Stockholms läns landsting, Vårdguiden.

URL: <http://www.vardguiden.se/Tema/Psykisk-ohalsa/Angest/> (2013-04-23)

### Tidskrifter och periodica:

Johansson, Elsie, Kadefors, Sara, Lindqvist, Ajvide, John, ”Första hjälpen för författare”, *Skriva*, nr 2, 2012 s. 24 och 25. ISSN 2001-1180

Krafft, Eyal Sharon, ”Hittade vägen till kärlek och framgångsrikt författarskap”, *Sydsvenska Dagbladet*; 12 mars 2013, s. B10. ISSN 1104-0068

Svensson, Nils, ”Genom Nålsögat”, *Svensk Bokhandel*, nr 15, 2011, s. 14-28. ISSN 0039-6451

### Teveprogram:

*Babel* litteraturmagasin (2013). George, Elisabeth. SVT 2 10 mars.