

## TOOLBOX – grootste angst

Veel verhalen gaan over angsten van de hoofdpersoon. Angst is niet alleen belangrijk om spanning te creëren, maar ook om herkenning te geven met het hoofdpersonage (de protagonist). Als je als lezer een angst ‘herkent’, bijvoorbeeld de angst om je kind te verliezen, dan ontstaat er direct een band tussen de lezer en de protagonist. Deze band heb je nodig om de lezer te laten meeleven.

Om je hierbij te helpen heb ik een aantal angsten op een rijtje gezet. Er zijn een aantal universele angsten bij die heel veel mensen zullen herkennen, maar ook heel specifieke angsten die je kunt gebruiken om van jouw hoofdpersonage een echt mens te maken met een zwakke plek.

Universele angsten:

- Bedrogen worden
- Je kind (dierbare) verliezen
- Verlaten worden
- Ziekte
- Donker
- Pijn

Maar er zijn nog veel meer angsten, zoals: de angst om te falen, om kritiek te krijgen, pleinvrees, bang om uitgelachen te worden, hoogtevrees, angst voor water, bang om alleen te komen staan, om niet geloofd te worden, angst voor geweld, om valselijk beschuldigd te worden, vliegen, en wat dacht je van bang voor spinnen!

Maar ook: claustrofobie, hoogtevrees, kikkers, angst om in open water te zwemmen, of om tijdens het zwemmen geen schoenen aan te hebben, bang in het donker, onder water zijn, bang om blind te worden, bang voor inbrekers, opgesloten worden/zijn, slangen, bosbranden of in het algemeen vuur, bang om te verdrinken, tornado's of storm, onweer, monstertrucks, honden, autorijden met name op een snelweg, hoge bruggen, wolven, naalden, bang

-----

voor open vlaktes, afhankelijk worden, angst om te verdwalen, wespen of andere insecten, bang voor muizen en ratten, bang voor haaien, stieren of koeien, bang om je sleutels te verliezen, om alleen thuis te zijn, harde geluiden, bang voor het gevoel dat er iemand achter je staat en wat dacht je van het gevoel van handen om je keel...

Of deze: bang om te moeten kiezen, bijvoorbeeld stel dat ik maar één kind kan redden, wie kies ik dan? (film: Sophie's choice)

Er zijn vast nog meer angsten te noemen, maar dit is denk ik al een hele rij 😊

Belangrijk:

Natuurlijk is het goed om slechts één van deze angsten te gebruiken in een verhaal. En denk er goed over na hoe je de informatie bij de lezer krijgt (zie het voorbeeld in de cursus). In de [verschillende cursussen](#) die de Online Schrijfschool biedt, leer je niet alleen waarom en wanneer je een angst gebruikt in je verhaal, maar vooral ook *hoe* je deze angst op een goede manier integreert, zodat je personages steeds meer gaan leven. Besef dat angsten niet alleen bij thrillers horen, maar ook bij een feelgood (bijvoorbeeld de angst om bedrogen te worden) of bij een levensverhaal.

Tijdens elke cursus krijg je naast alle inspiratieoefeningen ook een aantal schrijfopdrachten die je kunt insturen voor feedback. Alle oefeningen zijn gericht op het verhaal dat je aan het schrijven bent. Zo schrijf je dus tijdens de cursus aan je verhaal; mét feedback!

Laat je me weten of je een van deze angsten gaat gebruiken? En hoe dit jouw personage meet diepgang geeft? Heb je de rest van de tips voor levensechte personages al gezien? Je kunt de cursus mét de set KARAKTER-kaarten [HIER](#) bestellen.

Veel schrijfplezier!

Marelle Boersma

Contact: [info@marelleboersma.nl](mailto:info@marelleboersma.nl)

Informatie: <https://onlineschrijfschool.nl/>

-----

© Marelle Boersma [www.marelleboersma.nl](http://www.marelleboersma.nl) meer info: [info@marelleboersma.nl](mailto:info@marelleboersma.nl)

Schrijftrainingen en schrijfbegeleiding ---- Schrijfvakanties en Schrijfretraites ---- Online Schrijfschool