

**Intensive**

# Tekenen als een Pro in 10 dagen

*Teken met meer zelfvertrouwen en plezier*



**Meester Editie**

**Marianne Snoek**

**WERKBLD2**





# De dagen



1

## ***Ontwaken van het kunstenaarsbrein***

Introductie linker- en rechterbrein  
Vooraf tekeningen  
Meester Editie Bonus

2

## ***Tekenen zonder weten***

Oefening op z'n kop  
Wat zijn tekensymbolen?  
Meester Editie Bonus

3

## ***Leren kijken zonder oordeel***

Introductie blind contourtekenen  
Audio/muziek  
Blind contourtekenen volgens Nicolaidis  
Vorbereiden zoeker

4

## ***Van waarneming naar lijn***

Oefening hand naar de werkelijkheid tekenen  
Meester Editie Bonus

5

## ***Tekenen wat er niet is***

Wat zijn negatieve ruimten?  
Oefening stoel/fietser  
Meester Editie Bonus

6

## ***Viseren: meten met je potlood***

Wat is viseren? Hoe gebruik je het?  
Oefening met Basis Eenheid.  
Zwei  
Droogzwemmen



# EN MEER

7

## *Alles komt samen*

Oefening Sitlleven of Interieur tekenen

8

## *Portret tekenen zonder taal*

Inleiding portret zonder symbolen  
Werken met negatieve ruimten en hulplijnen  
Oefening portret en profile met stappenplan  
Meester Editie Bonus 2x

9

## *Vorm & diepte in een tekening*

Wat s vorm? Hoe zie je licht en donker?  
Oefening: portret met vlakken van  
licht/donker  
Technieken: gummen, grafiet en kneedgum

10

## *De finale; zelfportret in licht & donker*

Oefening: Zelfportret tekenen met alles wat je  
hebt geleerd  
Werken met verhoudingen in het gezicht  
Spelen met licht/donker en schaduw  
Uitnodiging om je werk te delen

*Creativiteit is  
intelligentie die  
plezier maakt*





# Tekenen zonder weten

*Je hoeft niet te weten wat je ziet  
— alleen echt te kijken*



# Waarom tekenen op z'n kop werkt

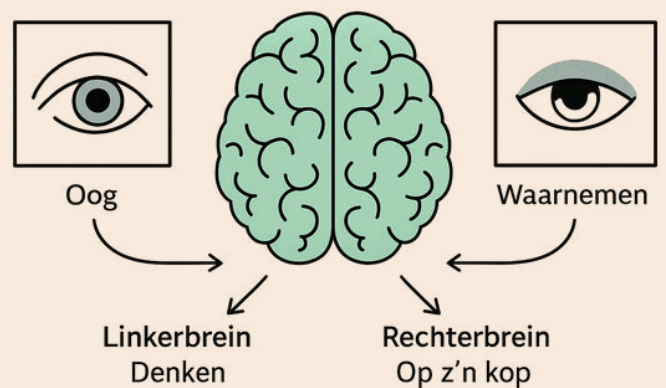
*De oefening die je vandaag gaat doen – een afbeelding omgekeerd natekenen – lijkt misschien simpel, maar is gebaseerd op een krachtig principe uit de hersenwetenschap.*

In je brein zijn grofweg twee systemen actief: het 'linkerbrein' dat denkt, benoemt en analyseert, en het 'rechterbrein' dat waarneemt, ziet en intuïtief verwerkt. Wanneer je probeert iets te tekenen dat je herkent – zoals een oog of een gezicht – neemt je linkerbrein vaak de leiding. Het wil snel zijn, generaliseren, en tekenen wat het denkt dat er hoort te zijn.

Maar het probleem is: het linkerbrein gebruikt symbolen. Het weet bijvoorbeeld hoe een "typisch" oog eruitziet, en stuurt je hand aan om dat symbool te tekenen. Het gevolg: je tekent niet wat je ziet, maar wat je denkt te zien.

Door een afbeelding op z'n kop te zetten, haal je die herkenning weg. Het oog is geen oog meer – het is ineens gewoon een boogje met een schaduw eronder.

## Waarom tekenen op z'n kop werkt



De neus wordt een vorm, een lijn, een richting. En op dat moment kan je rechterbrein doen waar het goed in is: puur waarnemen, zonder oordeel. Dat zorgt ervoor dat je preciezer tekent, meer detail ziet, en... dat het resultaat vaak verbluffend goed is.

Deze oefening is voor veel mensen een keerpunt. Het laat zien dat je vermogen om te tekenen niet afhankelijk is van 'talent', maar van hoe je kijkt. En dat kun je trainen.



Waarom dit werkt

# TEKENMOMENT

## *Tekenen zonder weten*



Bekijk de video [Tekenen zonder weten](#)

Zoek geen betekenis. Volg gewoon de lijnen. Kijk naar de vormen, de richtingen, de vlakken. Alsof je een plattegrond tekent van een onbekend landschap.

Hoe minder je benoemt, hoe zuiverder je waarneemt. En hoe makkelijker het tekenen wordt.

Zonder woorden, zonder weten  
Zodra je je potlood op papier zet, gebeurt er iets interessants: je hoofd wil graag helpen. Het wil zeggen wat je ziet. “Ah, een oog. Dit is vast een neus. Dat stuk lijkt op haar...” Maar precies dat – dat benoemen – zit het tekenen in de weg.

Taal is het domein van het linkerbrein. En hoewel het ons helpt in het dagelijks leven, is het tijdens het tekenen eerder een stoorzender. Want zodra je iets benoemt, vervang je de werkelijkheid door een idee over de werkelijkheid. Je tekent dan niet meer wat je ziet, maar wat je denkt dat er zou moeten zijn.

Daarom is het zo krachtig om een afbeelding op z'n kop te tekenen. Je weet niet meer wat je ziet – en dat is precies de bedoeling. Laat de herkenning los. .

# WAT JE GAAT DOEN

## *Tekenen zonder weten*

### WAT HEB JE NODIG?

- De afbeelding van Picasso
- Een vel tekenpapier
- Een 2B potlood
- Een gum
- Een paar snippers papier (optioneel, om delen af te dekken)
- Een rustige plek waar je niet gestoord wordt



50 minuten



Tekenen zonder taal – op z'n kop tekenen

Vandaag ga je een afbeelding natekenen op z'n kop. Niet om je te verwarren, maar juist om je te bevrijden van iets waar je normaal niet aan ontkomt: benoemen. Je linkerbrein herkent en benoemt alles wat je ziet – een hand, een gezicht, een broek. En juist dat zit goed tekenen vaak in de weg.

Door de afbeelding ondersteboven te zetten, haal je die herkenning weg. Je tekent dan geen 'hand' of 'neus', maar vormen, lijnen, richtingen. Zonder woorden. En precies dat opent de deur naar je rechterbrein – jouw creatieve, woordloze waarnemer.

# STAP VOOR STAP

## *Tekenen zonder weten*

### 1. Draai de afbeelding om.

Leg de tekening van Stravinsky ondersteboven voor je neer. Zorg dat je hem tijdens het tekenen niet meer terugdraait.

.

### 2. Kijk zonder te benoemen.

Stel je voor dat je geen idee hebt wat je ziet. Kijk alleen naar lijnen, vormen en richtingen. Geen 'broeken' of 'knopen', maar:

- “Deze lijn is ongeveer even lang als die andere.”
- “Deze boog buigt naar links.”
- “Deze lijn maakt een hoek van ongeveer 45 graden met de rand van mijn papier.”

Dat is rechterbrein-taal.

### 3. Begin te tekenen, lijn voor lijn.

Zet je potlood op papier en volg wat je ziet. Gebruik eventueel je potlood om lengtes of hoeken af te meten. Werk rustig, nauwkeurig, zonder te haasten. Je kunt ook een deel van de afbeelding afdekken met een papiertje, zodat je alleen het stukje ziet waar je op dat moment aan werkt.

### 4. Herken je iets? Verstop het.

Misschien ben je lekker aan het tekenen en opeens... herken je iets. “Oh, dit is een hand!” of “Wacht, dit is vast het hoofd.”

En precies op dat moment wordt het tekenen ineens lastig. Je potlood aarzelt, je hoofd begint te denken.

Wat er dan gebeurt, is dat je linkerbrein het overneemt.

Zodra je iets herkent, wil je linkerbrein het gaan benoemen, verbeteren, aanpassen. Het wil een ‘mooie’ hand tekenen, of een ‘kloppend’ hoofd. Maar dan ben je niet meer aan het kijken – je bent aan het invullen.

Gelukkig is daar een eenvoudige oplossing voor: pak een kleine snippertjes papier en leg het over het stukje dat je herkent. Vooral bij handen of gezichten werkt dit goed.

# STAP VOOR STAP

## *Tekenen zonder weten*



### **5. Ga door tot je alles hebt nagetekend.**

Werk rustig en precies, maar zonder perfectionisme. Dit is geen test – het is een ontdekkingstocht.

### **6. Draai dan pas je tekening om.**

En kijk goed naar wat je hebt getekend. Waarschijnlijk zie je iets wat je niet van jezelf had verwacht. Niet omdat je ineens talent hebt gekregen, maar omdat je op een andere manier hebt gekeken.

Door je linkerbrein even tot rust te brengen – het deel dat wil benoemen, verbeteren en verklaren – kreeg je toegang tot iets anders: een manier van kijken zonder woorden. Dat maakt het tekenen mogelijk.

Het is geen trucje. Het is een verschuiving in aandacht. En die kun je oefenen. Precies dát doen we met deze methode. Steeds weer even oefenen om anders te kijken – en te ontdekken wat er dan ineens wél lukt.

# Even inzoomen...

- *Wat gebeurde er toen je stopte met benoemen en gewoon ging kijken?*
- *Hoe voelde het om niet te weten wat je tekende, maar alleen hoe het eruitzag?*



# Even inzoomen...

- Wanneer merkte je dat je linkerbrein zich ermee wilde bemoeien?  
Wat wil je jezelf herinneren als je morgen weer gaat tekenen?



Vandaag heb je ervaren hoe het is  
om zonder te weten te tekenen.  
Morgen gaan we een stap verder.  
Je gaat ontdekken wat echt kijken  
betekent – met de oefening van het  
blind contourtekenen.  
Daar begint het echte werk.

