



## The Science of Writing (Or Not Writing)

Rachel Wayne  
Queen's University



As an editorial board member for MindPad, I set out to write an editorial in great spirits but my unbridled enthusiasm was soon met by a paralyzing inability to write. I initially hoped to contribute lessons of wisdom and words of inspiration, however, these manifested only in a series of fragments on an otherwise blank page. I felt like I was sitting in front of a computer screen for inordinate lengths of time, endlessly typing and deleting words. Ordinarily mundane tasks like tidying up my desk or cleaning my apartment seemed suddenly appealing. After several cups of tea and procrastinating at length on Facebook and replying to overdue emails, I continued to sit and write and think, but still nothing came to mind. I hoped that just by simply typing, the words would magically flow from my fingers and arrange themselves into a coherent and meaningful string of letters on the page. Instead, I was left staring at an amorphous blob of text.

As psychology students, we are well acquainted with the phenomenon of writer's block. Whether it is writing a paper for a class or communicating research findings, the task of writing is indispensable to our professional livelihood. Research papers can take tens or sometimes even hundreds of hours to prepare, and even after several drafts and major revisions, we continually face the risk of rejection from peer-reviewed journals. In face of potential obstacles and high expectations, it is little wonder that the writing process can feel overwhelming.

Writer's block is ultimately a psychological phenomenon and, despite its inconvenience, may serve an adaptive func-

tion. Writer's block potentially parallels the function of anxiety in its ability to orient us to other aspects of our lives that require immediate attention; a perceived inability to write may often be an indicator that our efforts should be redirected towards other, more pressing priorities. Alternatively, the development of new ideas and arguments requires patience and these may not come fully into fruition until we have had sufficient time to reflect upon them. Thus, writer's block may be the manifestation of an incubation period for germs of ideas that have not fully formed. Finally, whereas some ideas are the product of intensive and prolonged thinking, others may arise spontaneously. Writer's block perhaps allows us to discover the unexpected, yielding serendipitous 'eureka' moments that might not have otherwise existed.

Despite the challenges of getting started, it is of comfort to remember that we rarely work alone. Writing within an academic context is frequently an intensely collaborative effort. Whether it's through peer review or a helpful colleague, an extra pair of eyes is useful for revealing blind spots and strengthening our arguments. Invaluable suggestions and constructive criticisms allow our incipient ideas to flourish. With diligent tending (and shiny kitchen floors), what started as a few scattered phrases on a screen begins to resemble a work fit for publication. As an editorial board member, I look forward to supporting you in the writing process in the hopes that you too will find it a worthwhile challenge.



## La science d'écrire (ou de ne pas écrire)

Rachel Wayne

Queen's University



En tant que membre du comité de rédaction de Mind-Pad, de fort bonne humeur, je me suis mise à écrire un éditorial, mais mon enthousiasme débordant s'est vite buté à une incapacité paralysante d'écrire. J'espérais au début pouvoir apporter des leçons de sagesse et des mots d'inspiration, mais ceux-ci ne se transposaient qu'en fragments sur une page autrement blanche. J'ai constaté que je passais un temps fou devant l'écran de l'ordinateur à taper et à supprimer des mots à n'en plus finir. Des tâches ordinaires sans intérêt comme mettre mon bureau en ordre ou nettoyer mon appartement devenaient soudainement plus attrayantes. Après avoir bu plusieurs tasses de thé, procrastiné abondamment sur Facebook et répondu à des courriels en retard, j'ai continué à écrire et à réfléchir mais encore là, rien ne me venait à l'esprit. J'espérais que de tout simplement taper, les mots couleraient de façon magique de mes doigts et se disposeraient dans une chaîne de phrases cohérentes et significatives sur la page. Plutôt, j'étais là à fixer un ramassis sans forme de texte.

En tant qu'étudiants en psychologie, nous sommes bien familiers avec le phénomène de l'angoisse de la page blanche. Qu'il s'agisse de produire une dissertation pour un cours ou de communiquer des conclusions de recherche, la rédaction est une tâche indispensable à notre gagne-pain professionnel. Des articles de recherche peuvent prendre parfois des dizaines, voire même des centaines d'heures à préparer et malgré les nombreuses ébauches et les révisions majeures, nous faisons continuellement face au risque de rejet par les revues évaluées par les pairs. Devant les obstacles potentiels et les attentes élevées, il ne faut pas se surprendre que le processus de rédaction peut être abrutissant.

Ultimement, l'angoisse de la page blanche est un phénomène psychologique et, malgré son inconfort, peut

servir de fonction d'adaptation. L'angoisse de la page blanche peut aussi équivaloir à la fonction d'anxiété dans notre capacité de nous orienter sur d'autres aspects de nos vies qui font appel à une attention immédiate; une incapacité perçue de rédiger peut souvent être un indicateur que nos efforts pourraient être redirigés vers d'autres priorités plus urgentes. Autrement, l'élaboration de nouvelles idées et d'arguments nécessite de la patience et ceux-ci pourraient ne pas entièrement venir avant que nous ayons eu suffisamment le temps d'y réfléchir. Par conséquent, l'angoisse de la page blanche peut être la manifestation d'une période d'incubation de germes d'idées qui ne se sont pas encore entièrement pris forme. En dernier lieu, alors que certaines idées sont le produit d'une pensée intensive et prolongée, certaines autres peuvent jaillir spontanément. L'angoisse de la page blanche nous permet peut-être de découvrir l'inattendu, produisant des moments « eureka » inopinés qui pourraient autrement ne pas avoir existé.

Malgré les difficultés à démarrer, il est réconfortant de savoir que nous travaillons rarement seul. La rédaction dans un contexte universitaire est fréquemment un effort de collaboration intense. Que cette aide vienne d'un examen par les pairs ou d'un bon collègue, une autre paire d'yeux est utile pour révéler nos angles morts et renforcer nos arguments. Les suggestions inestimables et les critiques constructives permettent à nos balbutiements d'idées de fleurir. À force de soins attentifs (et des planchers de cuisine bien lustrés), ce qui a débuté comme quelques phrases éparses sur un écran commence à ressembler davantage à un ouvrage qui serait publiable. En tant que membre du comité de rédaction, je suis entièrement disposée à vous appuyer dans le processus d'écriture dans l'espoir que vous trouverez aussi qu'il s'agit d'un défi qui en vaut la peine.