

LEIDERSCHAP DOOR (ZELF)COACHING

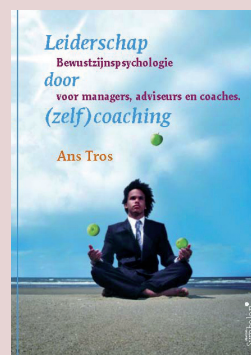
Leiderschap door (zelf)coaching. Bewustzijnspsychologie voor managers, adviseurs en coaches. Ans Tros. Aionion Symbolon, 2009. ISBN 978 90 748 9924 6

Nieuwsgierig naar de term zelfcoaching, een term die ik af en toe al was tegengekomen, en natuurlijk nieuwsgierig naar het nieuwe boek van Ans Tros, begin ik aan *Leiderschap door (zelf)coaching*. Ik kom er achter dat zelfcoaching staat voor aandacht besteden aan jezelf, je bewust worden van wat er in je leeft, je bewustzijn verruimen; kortom jezelf ontwikkelen. En daarvoor reikt Tros in dit boek verschillende oefeningen en methodieken aan, die met of zonder hulp kunnen worden uitgevoerd. Het is een boek vol inspirerende kennis, ervaringen en ideeën. Het is een boek met trends uit de wereld van de ontwikkeling. Jung, The Work van Byron Katie, Heart Practice, Healing Arts, energetisch werken, familie- en organisatieopstellingen, de dramadriehoek, het projectiemechanisme, organisatiecoaching; het komt allemaal aan de orde. Het boek is voorzien van een mooie literatuurlijst die ruimschoots de mogelijkheid biedt om verder te lezen over

de uiteenlopende onderwerpen in het boek. Met de bijlagen die achter in het boek zijn toegevoegd is het voor de lezer mogelijk om direct aan de slag te gaan.

De methodieken, oefeningen, kennis en zienswijzen beschrijft Tros op een toegankelijke, oordeelloze manier. Ze voorziet de beschrijving van persoonlijke ervaringen en ervaringen van anderen. Inspirerend voor coaches en cliënten. En hoewel in de ondertitel staat: 'voor managers, adviseurs en coaches' is naar mijn idee het boek interessant voor iedereen die de behoefte of nood voelt om zichzelf te ontwikkelen.

Hoewel de meeste informatie in dit boek misschien gesneden koek is voor de coach die al even meedraait, brengt het toch weer nieuwe ideeën en in ieder geval nieuwe taal om met cliënten aan de slag te gaan. Het is inspirerend te lezen dat voor de schrijfster spirituele en intuïtieve ontwikkeling al lang niet meer alleen een privéaangelegenheid is. Ze schrijft daarover: "Inmiddels heb ik besloten dat mijn spirituele en intuïtieve ontwikkeling gewoon bij mij hoort en dit boek is daar een van de resultaten van!" Tros is in staat om over



spirituele en intuïtieve ontwikkeling te schrijven zonder zweverig te worden. Het is helder dat haar overtuiging is dat beide nodig zijn om als persoon en als organisatie resultaten te behalen.

Al in haar vorige boek *Dynamisch coachen* inspireerde ze de coachende lezer om dat wat de spirituele wereld te bieden heeft aan technieken te gaan gebruiken. In *Leiderschap door (zelf)coaching* doet ze dat weer en daarmee heeft ze, in mijn ogen, een grote en heel waardevolle invloed op coachend en ontwikkelend Nederland.

(Peta Twijnstra – coach en trainer)

LACHEN MET LEF

Lachen met lef. Provocatief coachen in woord en beeld. Anneke Dekkers en Karin de Galan. Pearson Education, 2009. ISBN 978 90 430 1630 8

Is provocatief coachen een vrijbrief om de beest uit te hangen? Nee, zeggen de schrijfsters, het doel is nog steeds om de klant verder te helpen, met warmte, humor en uitdaging. Dat nodigt alvast uit om verder te lezen. *Lachen met lef* is een overzichtelijk boek, ingedeeld in drie delen en ondersteund door materiaal op de bijgevoegde dvd. De verschillende onderdelen worden aan het begin steeds toegelicht in termen van 'doel', 'wanneer', 'hoe' en 'let op', wat een korte leidraad geeft over wat daarna verder wordt uitgewerkt. Dit werkt tevens handig als naslagwerk. Het eerste deel geeft een goede achtergrond en uitleg over provocatief coachen en wanneer je het wel/niet toepast. Het gaat ook veel over in het 'hier-en-nu' zijn; iets wat een goede coach altijd al doet.

Deel twee beslaat het grootste deel van het boek en beschrijft 18 provocatieve technieken stap voor stap, voorzien van uitleg, voorbeelden en oefeningen. De tekeningen geven een goed, humorvol beeld van het besprokene. Het korte derde deel gaat over de rollen en stijlen van de provocatieve coach en je eigen voorkeur hierin.

Als je het boek strikt volgt dan wisselen tekst, dvd en oefeningen elkaar steeds af. In mijn dagelijkse praktijk lees ik vaak onderweg of tijdens sportuurtjes van mijn zoon, wat geen probleem opleverde om de tekst goed te kunnen volgen. Het op andere momenten de dvd-fragmenten bekijken en bijbehorende vragen beantwoorden of oefeningen doen, leverde geen problemen op. Door de oefeningen word je steeds uitgedaagd om het behandelde toe te passen en zo je eigen grenzen te verleggen. De oefeningen zijn heel divers en je kunt ze in allerlei omgevingen toepassen, dus niet alleen met klanten, ook in je privéomgeving kun je



direct aan de slag; er is eigenlijk gewoon geen ontkomen aan.

Ik heb het boek met een glimlach gelezen, voelde mezelf soms ook wel geprovoceerd om te oefenen met nieuwe ingangen, heb eigen grenzen verlegd en ben zelfs ook eens geëindigd met een schaterlach. De belofte van de schrijfsters: plezier, durf, meer liefde voor de klant en jezelf, wordt wat mij betreft waargemaakt.

(Silvia van Schaik-Kuijter - (loopbaan)coach, trainer en auteur)