

## THEMA COACHING

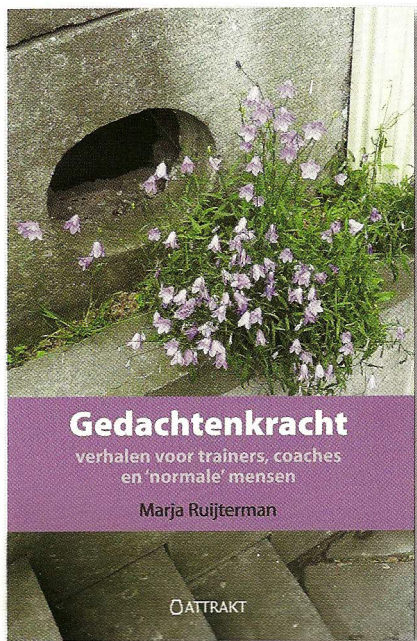
### Gedachtenkracht

Dit boek bestaat uit verhalen waarover is nagedacht. Het begint met het eigen verhaal van de auteur. 'Toen ik tegen de dertig was, stond ik op het punt de Amstel in te duiken. Ik had er genoeg van. Ik was boos en teleurgesteld in het leven, de wereld, mijn vrienden en mijzelf. Na een tijdje stapte ik toch maar weer op de fiets, huiswaarts. Het werd me in één klap duidelijk. Als dit het laagste punt was waar ik in mijn even stond, dan kon ik vanaf hier alleen maar groeien' (p. 7).

Marja Ruijterman werd coach en ontdekte elke dag wel iets wat de moeite waard is. Uit haar hele leven putte ze verhalen en schreef die op. In een humoris-

tische, rake stijl beschrijft ze herkenbare situaties in het bedrijfsleven. Deze gaan over de hardwerkende, succesvolle man die niet kan genieten van zijn rijkdom, en over de politieagent die met tranen in zijn ogen over zijn zoontje vertelt.

In haar trainingen maakt ze gebruik van deze verhalen, waardoor ze een sfeer schept die de mensen helpt hun maskers af te zetten en te kiezen voor een andere beleving van werk, vrije tijd en relaties. Dit is een boek met verhalen met tips om anders te kijken naar het dagelijkse leven en je zo meer te ontspannen. Tot slot geeft de auteur boekentips om daarop dieper in te gaan. Impliciet ligt in de verhalen een spirituele kracht verborgen.



#### Marja Ruijterman

*Gedachtenkracht. Verhalen voor trainers, coaches en 'normale' mensen* – 136 pagina's

Attrakt, 2009

ISBN 978 94 60 51014 4

