

GEDACHTENKRACHT

Gedachtenkracht. Verhalen voor trainers, coaches en 'normale' mensen.

Marja Ruijterman. Attrakt, 2009. ISBN 978 94 605 1014 4

Het boekje *Gedachtenkracht* kun je in een avond uitlezen, zo leuk en vlot is het geschreven. Maar dan doe je de verzameling columns geen eer aan. Want elk stukje op zich biedt een scala aan mogelijkheden om verder over dingen na te denken. Op een vrolijke, luchtige manier worden allerlei problemen belicht, maar zonder direct op die problemen in te gaan. In plaats daarvan kiest de schrijfster ervoor ervaringen en verhalen op te schrijven. Het leuke is dat ze dit op een nuchtere en hier en daar wat ironische toon doet. Zonder veroordelend te worden of de makkelijke weg te kiezen.

Het is verademend eens een boek te lezen dat niet eindeloos de diepte ingaat en aan komt zetten met breed uitgemeten analyses. Alle columns zijn meteen voorzien van allerlei tips en handreikingen. Daarmee vormt *Gedachtenkracht* een minislagwerkje. Aan iedereen om zelf te kijken welke tips je wel of niet uitprobeert. Sommige tips komen erg gemakkelijk over, maar iedereen die coaching als zijn vak ziet, weet dat makkelijke tips soms het moeilijkste uit te voeren zijn. Doordat het beknopte stukjes zijn, is het makkelijk er één uit te halen en te bespreken met een klant. Dit boekje is een aanrader voor beginners, omdat er zoveel uit te halen valt. En meer ervaren coaches? Die kunnen waarschijnlijk meelachen met herkenbare situaties. Of wie weet: heel erg geconfron-



teerd worden met vastgeroeste gewoontes en overtuigingen! Mijn tip: bezoek de websites die genoemd worden en wees lekker eigenzinnig: kijk welke tips en adviezen jou iets te bieden hebben. (*Marjolein Boeren - kinesiology counsellor in opleiding*)