

# coaching training intervisie

PETA TWIJNSTRA

Leiderschap door (zelf) coaching  
Bewustzijnspsychologie voor managers, adviseurs en coaches  
Ans Tros  
2009  
Uitgeverij Aionion Symbolon  
ISBN: 978-90-74899-24-6

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 organisatie opstellingen, 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 achterin 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, het brengt 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 privé aangelegenheid 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 zelfcoaching' doet ze dat weer en daarmee heeft ze, in mijn ogen, een grote en heel waardevolle invloed op coachend en ontwikkelend Nederland.

Peta Twijnstra  
Hobbemastraat 14  
8932 LB Leeuwarden



058 - 215 81 19  
info@petatwijnstra-coaching.nl  
www.petatwijnstra-coaching.nl