

Motivatatieboeken voor lekker werk



De ironie van de titel ontgaat Benjamin Ball niet: 'Coachen zonder blabla - maak van elk coachgesprek een krachtige ervaring'. En dan 240 bladzijden vol schrijven. Het liefst zou de auteur het persoonlijk komen uitleggen, maar dat is logistiek een beetje ingewikkeld. Een boek dus, als resultaat van zijn eigen zoektocht hoe hij als coach het meest effectief mensen kan helpen met het krijgen van zelfinzicht en het in actie komen om te veranderen. Cliënten niet meekrijgen, eindeloze, moeizame gesprekken voeren en dan zo weinig resultaat boeken. Dat is wat Ball zelf meemaakte. Hij heeft zelfs overwogen te kappen met zijn werk, maar wilde niet capituleren en ging zoeken naar methoden en manieren die wél helpen. Het boek legt mede aan de hand van interessante praktijkvoorbeelden uit waarom gesprekken zo vaak vastlopen, hoe je werkelijk goed contact legt met cliënten die je coacht, hoe je dynamischer gesprekken kunt voeren en hoe je lichamelijke vormen kunt gebruiken. Ball adviseert om af en toe eens niet zo 'fucking' lief te zijn in de coachgesprekken. 'De beste begeleiders zijn liefdevol meedogenloos.' Interessant voor coaches, maar beslist ook voor managers op de werkvloer die het niet gemakkelijk hebben om medewerkers te motiveren het beste uit zichzelf te halen.

'Coachen zonder blabla', Benjamin Ball, uitgeverij Lannoo Campus, 240 blz, ISBN 9789401461788, prijs 29,99 euro



Happy in je werk



Een stappenplan naar leuk en zinvol werk



Caroline Pruis

Mooi zijn boeken die uit eigen ervaring voortspruiten. 'Happy in je werk - een stappenplan naar leuk en zinvol werk' van Caroline Pruis is er zo een. Zij beschrijft hoe gaandeweg haar werkplezier verdwijnt terwijl zij bij meer dan 25 bedrijven in de mediawereld vooral druk was met reorganiseren en het ontslaan van mensen. Belangrijk werk, maar ze werd er wel ongelukkig van. Het overlijden van haar vader Jan - aan wie het boek is opgedragen - was er voor nodig om tot het besef te komen dat ze zó niet door wilde. Het moest anders, ze wilde weer happy zijn in haar werk. Ze ging op zoek en hervond het geluk, stapsgewijs en met vallen en opstaan - een carrière-switch van media naar zorg en ook een stapje terug op de ladder waren niet meteen de oplossing. Ze schrijft daarover zonder te vervallen in ingewikkelde theorieën of holle beweringen. Het boek is grofweg opgedeeld in vijf fases van de zoektocht en elk hoofdstuk sluit Pruis af met een persoonlijke ervaring van mensen die de zon weer in hun werk toelieten. Hoewel de lezer die serieus meedoet behoorlijk zichzelf moet ontdekken en uit zijn comfortzone moet komen, is het boek door de levendige opzet een heel concreet en alleszins uitvoerbaar stappenplan.

'Happy in je werk', Caroline Pruis, uitgeverij Kosmos, 224 blz, ISBN 9789021571515, prijs 20 euro



„Verbinding leggen tussen producten en mensen.” FOTO ALEX PLOMP

Lol in je werk

Samen met zus Ada is Martin Verzijden (1975) druk bezig Stadsboerderij Wickevoort te realiseren. „Zelfstandig ondernemer zijn, dat is reusachtig spannend.”

'Er zit veel liefdedewerk in'

Hoe ben je Wickevoorter stadsboer geworden?

„Boer worden was geen droom, helemaal niet! Ik deed jarenlang de personeelsplanning in een ziekenhuis en werkte als vrijwilliger op zorgboerderij De Marsen in Landsmeer. Het vrijwilligerswerk werd een deeltijdbaan en liep uit in het volgen van de deeltijdopleiding Stadslandbouw. Zoekende naar wat ik hiermee kon doen, wees mijn mentor me op het plan voor het realiseren van stadsboerderij Wickevoort in de Haarlemmermeer. Ook mijn zus Ada, die als psychologisch assistent in een revalidatieziekenhuis werkte, werd enthousiast om een kleinschalige boerderij op te starten waar mensen zelf hun groente oogsten.”

Waarom past dit werk zo goed bij je?

„Echt elke dag is anders. We geven les aan basisschoolleerlingen, begeleiden de dagbesteding en zijn dagelijks druk met de zorg voor de kippen, geiten en varkens. Een hectare is voor de groenteteelt en in het najaar willen we een fruitboomgaard aanleggen. We

zijn drukdoende met de bouwplannen voor de boerderij. Het contact met mensen vind ik een grote meerwaarde. Ik hoop te laten zien dat het mogelijk is om op een manier in voedselbehoefte te voorzien die níet schadelijk is voor de aarde. Dat vraagt meer aandacht, tijd en creativiteit.”

Wat zijn de voor- en nadelen van stadsboeren in de 21e eeuw in de Randstad?

„Groot nadeel in een dichtbevolkte omgeving is dat er op je vingers wordt gekeken. Het vraagt om meer rekening houden met de omgeving en grond is hier beperkt en duur. Voordeel is dat de klant om de hoek woont. We leveren producten via de Buurderij waar mensen in de Haarlemse Dakkas hun bestelling afhalen. Het is genieten om de verbinding te leggen tussen onze producten en de mensen voor wie we het maken.”

Hoeveel liefdedewerk oud papier zit in het werk?

Er zit veel liefdedewerk in. We zitten nog in de opstartfase en halen er nog geen minimumloon uit. We leven zuinig, produceren zelf ons

Wickevoorter Stadsboeren in opstartfase

eten en Ada en ik hebben het geluk dat we allebei een partner met een inkomen hebben. Zelfstandig ondernemer zijn, dat is reusachtig spannend. Maar we hebben er alle vertrouwen in dat als we straks volledig in bedrijf zijn, het realistisch moet zijn ons inkomen eruit te halen.”

Wat zou een alternatief beroep voor je zijn?

„Het is zo essentieel dat goede voeding een sleutelrol speelt in gezond zijn en blijven, dat het verbijsterend is hoe weinig aandacht hiervoor in veel zorginstellingen is. Stiekem hoop ik daar wat in te betekenen.”

Evelien Engle

Ook lol in je werk?

Meld je aan via bijlagedirectie@mediahuis.nl