

## Recensie voor Langedijk Consult Lentenieuwsbrief over feedback

### Coachen naar eigenheid

Uitgeverij Nelissen, 2007. Door: Cobi Brouwer. ISBN: 9789024417322

Recensie door: Hetty Knippen, Coach en intervisor

[www.langedijkconsult.nl](http://www.langedijkconsult.nl) (zie [Communicatie & media voor de themanieuwsbrieven](#))

Langedijk Consult, Twiskeweg 35, 1504 AB Zaandam, tel. 06-13.54.10.47

Op de achterflap van dit boek staat: "Coachen naar eigenheid brengt iemand zodanig bij zichzelf dat deze het eigen talent herkent en tot bloei brengt. Om dit te ontdekken en vorm te geven is het nodig dat iemand zichzelf kent. **Nabijheid tot jezelf** is de essentie".

Het boek dat aansluit op "Onorthodoxe interventies bij coachen" van dezelfde auteur, is bedoeld voor coaches, supervisors en trainers, die daaraan ter verdere ontwikkeling willen werken met hun klanten, maar ook voor henzelf.

### Waarin zit nu die verdere ontwikkeling?

Cobi Brouwer stelt dat veel mensen hun bijzondere eigenheid niet kennen door gebrek aan bewustzijn, persoonlijke blokkades of door aanpassing aan onze geëconomiseerde maatschappij. Om dat te veranderen is een focusdraai van 180 graden nodig, omzetten van:

1. de focus op de buitenwereld naar gerichtheid in de eigen binnenwereld.
2. hoofdzakelijk denken naar voelen en ervaren.
3. negatieve gedachten en remmend gedrag in positief en uitdagend denken, voelen en doen.

Om het omzetten te bereiken worden drie ingangen gegeven:

1. die van het fysieke systeem: door iemand bewust de ervaring van het lichaam en de zintuiglijke waarneming te leren herstellen.
2. de ingang van de directe waarneming: door herstel van het gevoelsmatig waarnemen en ervaren van innerlijke processen, gevoelens en energieën.
3. de ingang van het mentale systeem: door bestaande denkpatronen (imprints) om te buigen of uit te wissen of nieuwe te ontwikkelen, waardoor een andere werkelijkheid kan ontstaan.

Het is een holistische benadering die Brouwer voorstaat. Spirituele aspecten, innerlijke energieën én resultaatgerichte aanpak worden geïntegreerd. Zo worden verbindingen gelegd van binnen naar buiten. Het is geen makkelijk boek, hoewel het wel makkelijk leest. Het is een boek om tot je te laten doordringen. Een boek dat aan de eigen werkelijkheid schudt en deze opfrist, verbreedt en verdiept. Althans, dat gebeurde bij mij. Het vraagt de coach om bestaande of nieuw te ontwikkelen vaardigheden. Wil je de oefeningen in hoofdstuk 7 en 8 kunnen doen, dan is het bijvoorbeeld nodig om veel zelfkennis en ervaring te hebben op het gebied van houding, ademhaling en fysiek bewustzijn.

In het slothoofdstuk "Coach van beroep" geeft de auteur nog een toelichting op de veranderkundige kwaliteiten van de coach. Al met al een reminder om blijvend vakbekwaam te zijn!