

In de Boeken

SAMENSTELLING: DR. ISOLDE KOLKHUIS TANKE. NIEUW BOEK GESPOT? ISOLDE@KOLKHUIS-TANKE.NL



Schaamteloos nieuwsgierig Voor meer bevlogenheid en zelf-leiderschap

Nieuwsgierigheid is een veelgebruikt woord, ook al geven we er op verschillende manieren betekenis aan. De auteur van dit boek verstaat onder nieuwsgierigheid: een aangeboren mechanisme dat ervoor zorgt dat je jezelf en de wereld om je heen wilt ervaren en begrijpen. Het is de motor van het leren, zo stelt zij. Vanuit een nieuwsgierige en onderzoekende houding doe je immers steeds weer nieuwe inzichten op en blijf je je blik verruimen.

Ook in het werkende leven komt dat van pas, ook al blijkt dat nieuwsgierigheid bij de meeste mensen in de loop der jaren afneemt of hooguit stabiel blijft. Hoe kun je de nieuwsgierige kant van jezelf weer (meer) aanwakkeren?

Daarover gaat dit boek. Vijf 'landingsplaatsen' vormen de rode draad, te weten: verwonderen, verkennen, ontdekken, toepassen en reflecteren, en creëren. Per landingsplaats wordt in enkele hoofdstukken dieper ingegaan op theorie en achtergrondinformatie. Bovendien vind je er allerlei 'nieuwsgierige vragen', die je helpen om over je eigen nieuwsgierigheid na te denken. Ook lees je fragmenten uit de 28 interviews die de auteur met een verscheidenheid aan mensen heeft gehad rondom nieuwsgierigheid.

Het laatste deel van het boek bevat een werkboek, dat je helpt om hier zelf mee aan de slag te gaan. Daarin is zeker ook veel bruikbaar materiaal te vinden voor coaches en trainers.

Auteur: Danae Bodewes
Uitgeverij: Boom
ISBN: 9789024449644
Pagina's: 240
Prijs: € 24,50



De kunst van gedrag ontwerpen Ontdek een praktische methode om keuzes en gedrag te sturen

Doorlopende veranderingen in organisaties maken het vaak noodzakelijk dat ook de mensen in de organisatie hier qua gedrag in mee veranderen. Dat blijkt nog niet altijd even eenvoudig. Als leidinggevende of HR-professional zul je je vaak afvragen: hoe ga ik zo'n gedragsverandering bewerkstelligen?

De auteur van dit boek maakt op basis van inzichten uit de gedragswetenschap zichtbaar wat maakt dat mensen meer of minder bereid zijn om hun gedrag te veranderen – en hoe je hier invloed op kunt uitoefenen.

De 'SUE | Behavioral Design Method' vormt de kern van het boek. De methode richt zich op de vraag hoe je beslissingen van mensen kunt beïnvloeden en hen tot meer gewenst gedrag kunt bewegen. De methode bestaat uit negen bouwstenen:

- (1) Thinking
- (2) Behavior
- (3) Opportunities
- (4) Ideation
- (5) Concepting
- (6) Selection
- (7) Prototyping
- (8) Influence
- (9) Ethics.

Die laatste bouwsteen is uiteraard belangrijk, omdat 'invloed uitoefenen' niet hetzelfde zou moeten zijn als 'manipuleren'.

Het boek bevat een veelheid aan modellen, maar ook diverse tools, tips, voorbeelden en opdrachten die de gepresenteerde modellen concreter maken.

Auteur: Astrid Groenewegen
Uitgeverij: Boom
ISBN: 9789024451753
Pagina's: 384
Prijs: € 37,50



Wandelcoaching Bij stress en onzekerheid

Te hoog oplopende werkdruk, stress, psychisch overbelast raken; het zijn zaken waar steeds meer mensen mee te maken krijgen. Dat ze de begeleiding van een coach kunnen zoeken om hier beter mee om te leren gaan, is inmiddels wel bekend. Maar dat 'wandelcoaching' bij uitstek een manier van coaching is die hierbij van waarde kan zijn, is minder bekend. Concreet betekent het dat je als coach met je coachee naar buiten gaat en al wandelend in de natuur met elkaar het coachgesprek voert.

De auteur van het boek heeft reeds vele jaren ervaring als 'wandelcoach' en deelt in dit boek haar opgedane ervaringen en inzichten, een 7-stappenplan en allerlei oefeningen. Volgens haar kan samen wandelen in de natuur het effect van coaching versterken, omdat het veel meer mogelijkheden biedt om even stil te staan, te ontspannen, een stilte te laten vallen en je gedachten de vrije loop te laten. Met name bij coachvragen op het gebied van stress en onzekerheid is dit volgens haar heel helpend. De methode die in het boek beschreven wordt, omvat zeven stappen, waarin onder andere compassie, verlangen, talenten, plezier, veerkracht en luisteren naar je lichaam de hoofdelementen vormen. Het boek is heel praktisch en toepasbaar geschreven, maar bevat ook diverse theoretische achtergronden en inzichten. De oefeningen zijn uitgebreid en helder beschreven en nodigen uit om er direct mee aan de slag te gaan!

Auteur: Hilde Backus
Uitgeverij: Boom
ISBN: 9789024429134
Pagina's: 240
Prijs: € 24,95