



MEDIA



DOOR TON SMITS, SASKIA BULTMAN-BEELE, CHRIS TILS EN MANON MIESSEN



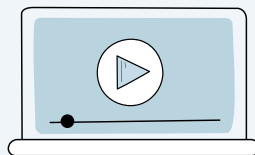
Het is allemaal jouw schuld!

BOEK

Een bord dat kennelijk is geofferd tijdens een relationele twist. En dan de titel: *Het is allemaal jouw schuld!* – *In verbinding naar een respectvolle relatie*. De cover van dit boek laat weinig te raden over. Auteur Willemijn van Strien, (scheidings)coach en relatietherapeut, reikt in haar publicatie een methode aan om respectvol en effectief te communiceren binnen een (liefdes) relatie. Dat gaat in vier stappen: acceptatie, zelfreflectie, repareren en hercontracteren. Als de relatie niet meer is te redden, helpt haar aanpak om in elk geval liefdevol uit elkaar te gaan. Het boek steunt op twee pijlers: systemisch werken en transactionele analyse. Steeds opnieuw laat Willemijn in heldere voorbeelden zien hoe overtuigingen en ouderboodschappen van ons jonge kind nu nog steeds een grote rol spelen. En hoe we dus in een split second in script raken en reageren vanuit ons kind, in plaats van dat we onze volwassen positie innemen. Met teleurstelling, pijn, verdriet en uiteindelijk verwijdering tot gevolg. Wie het anders wil doen, moet flink aan de bak. Vooral door heel veel te oefenen. Dit fraai vormgegeven boek nodigt daar zeker toe uit. Bij mij werkte het lezen van dit boek in elk geval aanstekelijk. Allerlei alledaagse situaties die zich bij mij en mijn vriendin voordoen, begon ik door een heilzame TA-bril te zien. (TS)



Oogappels
SERIE



Als er één periode is waarin mensen gezamenlijk en soms jarenlang van crisis naar crisis strompelen, is het de puberteit. Over hoe je deze periode het hoofd kunt bieden, en over hoe we hier allemaal in ons leven doorheen moeten, gaat de serie *Oogappels*. De serie die inmiddels zijn vijfde seizoen beleeft, laat zien hoezeer ouders en kinderen met zichzelf en elkaar in de knoop kunnen liggen, en hoe vruchtbaar dat uiteindelijk kan zijn. Zij die het allemaal al hebben meegemaakt – de opa's en oma's – zijn getuige van de worstelingen van hun nageslacht en kijken er met wijsheid en compassie naar, in de wetenschap dat crisis en strijd onlosmakelijk bij het leven horen. (MM)

Oogappels is een serie van BNNVARA die te vinden is op NPOstart. Naast de serie is er ook een podcast, *Echte Oogappels*, die gaat over de dilemma's van het ouderschap.



Ik loop met je mee

BOEK

'...en als het spannend wordt, ben ik bij je, zei ik vaak tegen cliënten!' In haar boek *Ik loop met je mee* reikt auteur en oud-cursist van Phoenix Opleidingen, Franca Brullemans, begeleiders en behandelaars die net zijn begonnen of zich verder willen ontwikkelen een praktische handleiding aan. Ze neemt de lezer, ook aan de hand van haar eigen geschiedenis en levenservaring, mee in de grondhouding en uitgangspunten voor effectieve begeleiding. Vanuit haar achtergrond als craniosacraal therapeut breekt Franca een lans voor de combinatie van lichaamstherapie/coaching met familieopstellingen. Volgens haar geloven veel lichaamstherapeuten ten onrechte nog dat het toevoegen van andere tools cliënten weghaalt uit de lichaamsbeleving. Bij familieopstellingen blijft die verbinding aanwezig. Het boek bevat een concreet overzicht van inspiratiebronnen aan wie Franca in haar eigen werk schatplichtig is, zoals PRI (Past Reality Integration van Ingeborg Bosch), de zeven sluiers van de TAO, de ontwikkelingsfasen van Erik Erikson, de karakterstructuren van Reich, NLP en Systemisch werk. *Ik loop met je mee* is een helder, inzichtgevend en persoonlijk boek dat je zeker niet in één keer hoeft uit te lezen, maar er juist nog eens rustig bij kunt pakken als naslagwerk. (SBB)



Phoenix in gesprek

PODCAST



In de zevende aflevering van de podcast *Phoenix in gesprek* spreken Jill Pisters en Lisette Snippe met Stefan Woudenberg en Manon Miessen over ontwikkeling en stagnatie. Ontwikkeling en groei zijn door het leven gegeven en elke fase in het leven roept polariteiten wakker. Aan de hand van hun eigen meest in het oog springende polariteit bespreken Stefan en Manon hoe ze er steeds weer naar teruggeroepen worden en gaandeweg hebben geleerd hun polariteiten te bewonen. Elke fase brengt weer een nieuwe polariteit met bijbehorende ontwikkeltaken met zich mee. Het leren houdt ook nooit op en opent steeds de mogelijkheid voor een nieuwe, helende stap. Crisis is nodig om weer een stap verder te komen. Zonder weerstand geen groei. (SBB)



DE PERFECTE STORM

BOEK

Dit boek van Jan Rotmans beschrijft hoe verschillende crises elkaar aanjagen. En zo samen uitgroeien tot de perfecte storm. Vervolgens maakt hij duidelijk dat we persoonlijk een transitie door moeten maken als route uit de crises. Het eerste hoofdstuk laat zien welke crises er zijn en waarom en hoe ze samenhangen: crisis in landbouw, wonen, klimaat, grondstoffen, voedsel, armoede, energie, stikstof... Waarna in hoofdstuk 2 duidelijk wordt dat ons poldermodel niet werkt in deze situatie. 'Authentiek, verbindend en transformerend leiderschap is nodig... We hebben nu moedige leiders nodig die rechtop blijven staan in een storm die al woedt... Hun boodschap moet zijn: we moeten door de pijn heen, maar we komen daar beter uit!' Daarna maakt Rotmans een beweging naar binnen. Hij maakt het verhaal persoonlijk. Hij vertelt over hoeveel een reis naar Spitsbergen en Groenland als mens met hem deed. 'Ik voelde er de oerkracht van de natuur zo sterk!' Jan Rotmans eindigt het boek met een pleidooi voor ieders individuele bijdrage aan de oplossing van de crises. Het is het belangrijkste 'dat we ook een persoonlijke transformatie doormaken. Want elke oplossing begint en eindigt bij onszelf. Wij zijn per slot van rekening zélf het systeem!' (CT)

