

Er is duidelijk een notie aan het ontstaan bij het bedrijfsleven dat topsport niet alleen een fenomeen is dat gesponsord moet worden, maar ook een sector waar het bedrijfsleven iets van kan leren. Topsporters hebben focus en doorzettingsvermogen en presteren ook onder moeilijke omstandigheden. Die eigenschappen kunnen we ook in de kinderopvang inzetten.

Wanneer je in zoekmachines 'topsport en bedrijfsleven' invoert, verschijnen er meer dan 100.000 resultaten. In de gevonden resultaten met de combinatie 'topsport en bedrijfsleven' zien we sinds 2006 wel een andere insteek. Die verandert van reclame en uithangbord naar adviseur en inspirerende spreker. In *Over Winnen* van Mark van Beek worden tien inspirerende verhalen van topsporters gebundeld. Zij delen hun ervaringen over het naja-gen van hun dromen en het leveren van top-prestaties. Zij vertellen ook over de manier waarop ze zijn omgegaan met tegenslagen.

Eerst iets overwinnen

'Deze verhalen zijn bedoeld ter inspiratie om je eigen ambitie waar te maken. Want om te kunnen winnen, heb je meestal eerst iets te overwinnen', is de stelling van de auteur. In het boek zit ook een zelfscan waarmee je een goed beeld krijgt of jij op koers ligt om jouw doelen, dromen en ambities te realiseren. Het was rond 2010 toen het Mark van Beek opviel dat veel topsporters dezelfde roepnaam hebben als hijzelf. Mark van Beek had al een

Wat kunnen professionals leren van topsporters?

keer een topsporter met de roepnaam Mark uitgenodigd als spreker voor zijn bedrijf. Van Beek vroeg zich af hoe hij bekende sporters zou kunnen inzetten voor zijn trainingen op het snijvlak van leiderschap en bedrijfsleven. Dit idee is blijven branden en het thema voor het boek had zich aangediend. Het duurde alleen nog een paar jaar voordat de auteur de vorm scherp had. Een boek dat een vertaalslag maakt van topsportmentaliteit naar de juiste mentaliteit om te kunnen slagen in het bedrijfsleven. In het boek deelt de auteur zijn eigen ervaring en laat hij tien topsporters met de voornaam Mark hun verhaal vertellen. In het eerste verhaal geeft de auteur een voorbeeld van hoe hij ervaring heeft opgedaan met het denken vanuit een topsportmentaliteit in het bedrijf waar hij werkte. In elk volgend verhaal wordt een vertaling gemaakt van het verworven inzicht van de topsporter naar bruikbare inzichten voor de ondernemer. De titel van het boek *Over Winnen* is een soort ode aan de mannen van het zitvolleybal. Deze mannen hebben de auteur laten inzien dat ieder mens wel iets te overwinnen heeft om zijn of haar doel te bereiken. Je kunt dit doel met de juiste mentaliteit bereiken.

Opbouw van het boek

Het boek is opgebouwd als het format van een wedstrijd. Met een warming-up, een eerste en tweede helft, rust, nabespreking en cooling-down. De auteur licht toe: in de warming-up deelt hij de lessen die hij zelf ervaren heeft in zijn werk met topsporters. Lessen in mentaliteit die de auteur zelf nog dagelijks toepast bij het coachen en trainen.

In de voorbespreking krijgt de lezer een handreiking over hoe je de lessen in dit boek kunt omzetten naar de eigen overwinning(en). De basisopstelling van het boek bestaat uit tien bijzondere verhalen van tien succesvolle top-

sporters. Hun wijze lessen voor sport, privé en werk maken onderdeel uit van de eerste en tweede helft. De interviews met de topsporters eindigen steeds met een samenvatting van vijf inspiraties van de sporter die aan het woord is geweest.

In de rust wordt de mentale veerkracht van deze mannen uitgelegd met de eenvoudige formule van One Minute Coaching. Als je realiseert hoe je in de wedstrijd zit, wanneer je je stemming herkent en weet hoe je daarmee om kunt gaan, dan leidt dat absoluut naar een beter eindresultaat.

In de nabespreking vindt de lezer handreikingen, zoals de praktische On-Your-Mark-scan en een boekenlijst voor meer verdieping. De OYM-scan is gebaseerd op de levenservaringen van de tien geïnterviewde sporters. Als je hoog scoort op deze scan, dan heb je de goede voorwaarden gecreëerd om je doel te bereiken.

Bruikbaarheid

Het boek geeft op de omslag drie vragen om je leestactiek te bepalen. Deze vragen worden in de 'tactische bespreking' uitgelegd en aangevuld met een vierde vraag:

- wat is op dit moment jouw belangrijkste doel?
- hoe zit je in de wedstrijd ten aanzien van het bereiken van dit doel?
- wat heb je te overwinnen om het doel te bereiken?
- wat heb je uit dit verhaal gehaald, dat jou gaat helpen om je doel te realiseren?

De insteek die ik kies bij het lezen van dit boek is: wat hebben we aan dit boek als het over coachen en opleiden gaat van medewerkers in de kinderopvang? Door de vragen bij de leestactiek kwam ik er echter niet onderuit nog een tweede insteek te kiezen: hoe zit

ik zelf in 'de wedstrijd'? Ik merkte dat de antwoorden bij de gestelde vragen mij handvatten geven voor het scherp stellen van mijn koers om mijn ambities waar te maken.

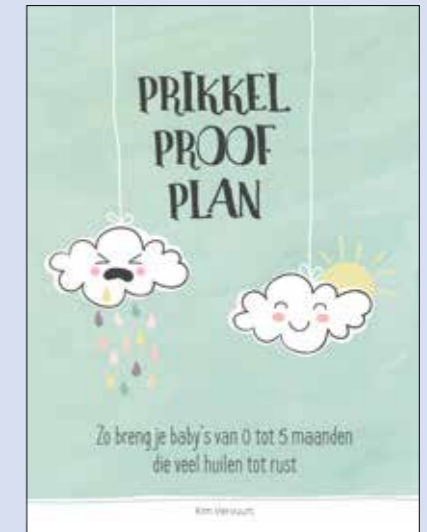
Voor de ondernemer is dit een boek over leiderschap. De ondernemer kan het boek gebruiken ter inspiratie voor situaties waarin zij wil nadenken over:

- met het MT vaststellen van de ambitie voor de organisatie
- delen van de ambitie met elkaar
- hoe de ambitie kan worden vastgehouden
- hoe collega's en klanten kunnen worden betrokken bij het delen en bereiken van de ambitie

Voor de medewerker is het boek over persoonlijke ontwikkeling. De medewerker kan het boek gebruiken ter inspiratie in een coachingstraject. Het lezen van een aantal verhalen kan haar inspireren voor het stellen van een persoonlijke ambitie of teamdoelstelling. Voor de pedagogisch coach is het een boek over coaching. De pedagogisch coach kan het boek gebruiken als werkboek. Zij kan de ervaringen en inspiraties van de geïnterviewde topsporter benutten om een vastzittend coachtraject op gang te brengen of een team te ondersteunen bij het bereiken van een gesteld doel. Door het lezen van de verhalen in dit boek krijgt ze vast ideeën voor een passende tactiek.

Voor wie openstaat voor ervaringen van anderen is *Over Winnen* van Mark van Beek niet alleen vakliteratuur, maar ook een lekker leesboek om mee te nemen op vakantie.

Over Winnen: wat professionals kunnen leren van topsporters | Mark van Beek | 212 pagina's | ISBN 978-94-90969-25-7 | uitgave van MetMark | mei 2019



PrikkelProofPlan

Ouders en pedagogisch medewerkers kunnen zich soms machteloos voelen in de zorg voor een baby die zonder aanwijsbare reden veel huilt. Als pedagogisch medewerker wil je de ouders en de baby zo goed mogelijk ondersteunen in het vinden van een passend leefritme en rust voor de baby. Het boek PrikkelProofPlan geeft handvatten voor het opstellen van een plan voor thuis en op de groep.

PrikkelProofPlan geeft antwoord op veel voorkomende vragen over overmatig huilen en gaat in op feiten en fabels rond extreem huilen. Het stappenplan sluit aan bij de behoeften van de baby en voorkomt overprikkeling. De primaire doelgroep van dit boek zijn de ouders. De eerste hoofdstukken bespreken de achtergrond van overmatig huilen. Inzichten worden duidelijk en beknopt uitgelegd. De uitleg wordt geïllustreerd met praktijkvoorbeelden. Het boek bevat heldere overzichten van signalen, do's en dont's bij een overprikkelde baby en geeft tips om op een positieve manier het ouderschap te versterken. De tweede helft van het boek heeft de opzet van een werkboek. Aan de hand van een voorbeeld kan de ouder aan de slag met een

prikkelproofplan om de week rustig te laten verlopen voor de baby.

Opfrissen

In het boek zit veel herhaling en overlap. Dezelfde inzichten komen op verschillende plekken terug. Voor pedagogisch medewerkers is het een bruikbaar boek om kennis, voor zover nog niet aanwezig, over overprikkelde baby's op een praktische manier op te frissen.

Het is vooral een boekje dat handvatten geeft voor het gesprek met ouders over de overprikkelde baby. Het is ook een boekje om aan ouders mee te geven. Zij kunnen aan de hand van de tips aan de slag om de rust en regelmaat voor de baby weer terug te brengen.

Kim Vervuurt is medisch pedagogisch zorgverlener op de kind- en jongerenafdeling van een ziekenhuis. Zij begeleidt ouders van onrustige baby's die veel huilen en uit balans zijn geraakt. Met haar boek gaat zij terug naar de basis: kijken naar wat de baby nodig heeft, en je niet gek laten maken door alle keuzes.

Prikkelproofplan, zo breng je baby's van 0 tot 5 maanden die veel huilen tot rust | Kim Vervuurt | 88 Pagina's | 2019 | uitgave SWP

Deze recensies zijn gemaakt door Clarine de Leve. Zij is pedagoge en werkt vanuit Vyvoj Opleiden. Clarine is onder andere trainer van 'De pedagogisch coach', een opleiding verzorgd door Kans Kwadraat. E: C.de.leve@Vyvojopleiden.nl