

Boekenwurm



Lekker onderuitgezakt op de bank, 's avonds voor het slapen gaan of buiten in het zonnetje: een boek doet het altijd goed. In deze rubriek recenseren wij elke editie de nieuwste boeken met een link met autisme. Elk boek in deze rubriek, en nog veel meer, is te bestellen via autismeshop.com. De NVA ontvangt 10% van iedere aankoop, zonder dat het de koper iets extra's kost!

De theorie achter perfectionisme

Dit boek is geschreven voor iedereen die professioneel of in het persoonlijk leven te maken heeft met perfectionisme en die er moeite voor wil doen zich in die materie te verdiepen. Het boek bestaat uit zeven hoofdstukken. Hierin geeft het antwoord op vier vragen:

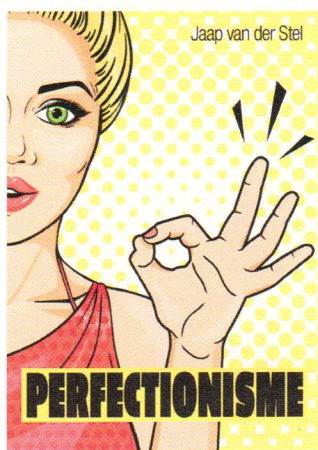
- Wat is perfectie en waarom is het een nobel streven om perfecte doelen voort te brengen of ernaar te streven om iets perfect te doen?
- Wat is perfectionisme? Wanneer is het streven naar perfectie zo riskant dat mensen eraan onderdoor kunnen gaan? Wat zijn signalen of symptomen van perfectionisme en zijn er gradaties?
- Wat zijn de economische, politieke en culturele achtergronden van de trend naar perfectionisme? En waarom uit deze ontwikkeling zich nu vooral onder de millennials?
- Wat kunnen we doen? Zelfhulp of professionele hulp?

Hoofdstuk drie staat boordevol tips, terwijl in hoofdstuk zes de vraag wordt gesteld of tips wel helpen. Hierin wordt benadrukt dat tips of goedbedoelde adviezen niet zomaar hun werk doen.

Het moet betrekking hebben op iets waar men zelf verandering in wil aanbrengen. Welke rol kan een coach hierin spelen?

Al met al vind ik het een interessant, maar erg theoretisch boek. Ik denk dat onze lezers niet per se de doelgroep zijn van dit boek. Natuurlijk: ook mensen met autisme kunnen perfectionistisch zijn. Daar wordt in het boek echter niet naar verwezen.

Gelezen door Ineke Wanningen



Auteur: Jaap van der Stel
Uitgeverij SWP
 Amsterdam, € 23,-
ISBN: 9789088508493

Een ondernemende levenshouding

Een inspirerende bundel met verhalen van ondernemers met autisme. Zo zou ik het pas verschenen boek *Ondernemen(d) met autisme* van Marijn Bon omschrijven. Het boek bevat twaalf interviews met ondernemers met autisme, en een gedeelte met achtergronden, tips en conclusies. Leuk is dat er heel verschillende ondernemers aan het woord komen, zoals een coach, een kunstenares, een professional organizer, een eigenaar van een metaalbewerkingsbedrijf en een eigenaar van een grand café-restaurant. Al deze ondernemers hebben één ding met elkaar gemeen: ze hebben allemaal autisme. Marijn Bon zegt hier zelf over in de inleiding: 'Niet alle mensen met autisme kunnen werken en niet alle ondernemers met autisme (...) kunnen (al) volledig van hun ondernemerschap leven. En dat geeft niet. Belangrijk is een ondernemende levenshouding. Als je zelf het heft in handen neemt, blijkt er soms meer mogelijk dan van tevoren gedacht.' Ik ben het daar helemaal mee eens. Ik vind dit boek een aanrader. En ben je na het lezen van het boek geïnspireerd geraakt om zelf te gaan ondernemen dankzij of ondanks je autisme? Dan vind je in het boek meteen allerlei handige tips. Over zaken die lastig zijn voor ondernemers met (en soms ook zonder) autisme, zoals netwerken, aan opdrachten komen en voldoende rust nemen.

Gelezen door
 Karin van den Bosch

Auteur: Marijn Bon
Uitgeverij SWP
 Amsterdam, € 28,-
ISBN: 9789088508721

