

Dirk De Boe helpt met het ontdekken van jezelf

8-januari-2015 | Categorie: [Mens & Maatschappij](#)

<http://www.boekenbijlage.nl/de-boe-helpt-met-het-ontdekken-van-jezelf/>

Egoshock – Dirk De Boe – Lannoo Campus- 262 blz.



Allen worden we geconfronteerd met gebeurtenissen die ons leven even stilzetten. Ook Dirk Deboe maakte die momenten mee; zijn werkgever die de afdeling waaraan hij een deel van zijn leven had gegeven in de etalage zette én zijn zoon die zijn autistiforme kenmerken bevestigd krijgt in een diagnose. Of je gaat er onderuit, of je neemt je leven weer in handen. EGO, is meer dan een goed gekozen titel, de auteur werkt het ' ik – woord ' in het boek grondig uit als Exploreren, Groeien, Ontplooien. Daarenboven wordt de rode draad sterk ondersteund in lay-out en stijl .De ruimte op de pagina's nodigt uit tot lezen, de foto's goed gekozen, de voorbeelden herkenbaar, de kleuren attractief.

Boven alles is *Egoshock* een werkboek dat aangenaam leest, met aanzetten om in het eigen leven het heft in handen te nemen. Na de shock neemt de auteur de lezer mee op verkenning, en geeft hints voor inspiratie op je levensweg. Leonardo Da Vinci is, als noodgedwongen autodidact, de gids voor het omzetten van de da Vinci principes van Gelb in het persoonlijke exploratieproces. Als kind dragen we de da Vinci principes in ons en volgens de auteur ligt de uitdaging erin om ze weer elke dag toe te passen. In het hoofdstuk Groeien komen vaardigheden aan bod die dromen of doelen helpen realiseren. De inrijpoort voor dit hoofdstuk zijn verschillende manieren van communicatie. De focus ligt op ' geef je energie aan wat je kunt beïnvloeden ! ', met als uiteindelijk doel de uit de cirkel van bekommernis te stappen. Concrete handvatten hiervoor zijn ondermeer ' vaarwel zeggen tegen intenties ' en ' inspiratie omzetten in actie ' . Ook hier geeft de auteur handelingsgerichte, haalbare en concrete tips en ideeën.

In het laatste hoofdstuk gaat de lezer op zoek naar zichzelf, via contact met jezelf en via haalbare tussendoelen. Diverse methodieken worden voorgesteld en helder toegelicht. Geen van de methodieken is tot in de puntjes uitgewerkt, wel geeft de benadering een goed beeld. Wie een veranderingsindigestie wil vermijden neemt bij dit hoofdstuk best de tijd voor verkenning en verdieping. Dirk De Boe sluit zijn werk af met een realistisch slot, hij pretendeert niet alles te weten, hij geeft zichzelf bloot, het is de sterkte van een coach. Ik ben ervan overtuigd dat heel wat mensen iets aan dit ' verslag van een levensweg ' zullen hebben. Meer informatie op www.creashock.be. Zeer goed boek. Vraagt wat inspanning om te lezen.

Geert Vandamme

<http://www.boekenbijlage.nl/de-boe-helpt-met-het-ontdekken-van-jezelf/>