

# Eerste Boekencoach van Vlaanderen te gast in OB Sint-Niklaas

Kirsten Janssens, OB Sint-Niklaas

In 2014 ging de openbare bibliotheek van Sint-Niklaas in zee met Silvia Derom, de eerste Boekencoach van Vlaanderen. De missie en visie van de Boekencoach sluiten immers perfect aan op de rol van informatiebemiddelaar die een moderne openbare bibliotheek op zich neemt.

Dat boeken en praten over boeken een verschil kunnen maken staat al langer vast. Iedereen kent wel het concept van de boekendokter dat Thomas Blondeau ontwikkelde en dat nog jaarlijks op de Boekenbeurs een plaats vindt. Of het prachtige boek *De Boekenapotheek* van Berthoud en Elderkin. De bindende factor van boeken vinden we ook terug in de vele leesgroepen die floreren in en rond onze bibliotheken. Bij deze initiatieven wordt voornamelijk gewerkt met romans. De Boekencoach pakt het anders aan. Zij selecteert uit een vaak overweldigend aanbod informatieve titels en vormt rond haar keuze een inspirerende, informerende en motiverende Boekenkuur.

Tijdens elke boekenkuur staat een specifiek thema centraal. Zo vonden in de openbare bibliotheek van Sint-Niklaas sessies plaats rond de thema's 'dementie', 'communiceren met jonge kinderen' en 'starters, over het opstarten van je eigen zaak'. Deze werden heel erg enthousiast onthaald en deden de deelnemers met ideeën, inspiratie en 'goesting' tot meer lezen huiswaarts keren. De Boekencoach en Bib: een perfecte match!

## BIBLIOTHERAPIE

De Boekencoach begeleidt in het kiezen van non-fictie lectuur. Een probleem aanpakken hoeft niet perse gepaard te gaan met lange begeleidingstrajecten bij coaches of therapeuten. Met behulp van 'de juiste lectuur op het juiste moment' kom je zelf al een heel eind, vindt Silvia Derom, een professionele coach die haar diensten combineert met 'bibliotherapie'.

Voor veel mensen is het een hele stap om naar een coach of therapeut te gaan. Hier kan lectuur-op-maat een uitkomst bieden. "Voor sommige mensen is de financiële winst een belangrijk aspect, voor anderen is de autonomie doorslaggevend. Zij willen graag meester blijven van hun leerproces en willen op hun eigen ritme aan het werk", aldus Silvia Derom.

Ook wetenschappers interesseren zich in het fenomeen 'bibliotherapie'. Zo deed o.a. dr. Pim Cuijpers, hoogleraar klinische psychologie aan de Vrije Universiteit in Amsterdam, onderzoek naar de effectiviteit van zelfhulpboeken. Mits het materiaal van het goede kwaliteit is — in dit geval: gebaseerd op de cognitieve gedragstherapie — blijken de resultaten heel positief.

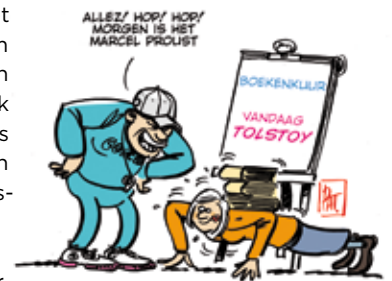
Lectuurvoorschriften zijn inzetbaar bij verschillende typen levensvragen of dilemma's. Relaties die stroef verlopen, opvoedingsproblemen, loopbaankwesties, burn-out, zelfs milde tot matige depressies kunnen baat hebben bij bibliotherapie.

## SAMENWERKING

Tijdens de Boekenkuur wordt ruimte gelaten voor de aanwezigen om hun ervaringen, kennis ed. te delen met de groep. Omdat kennis delen werkt! Daarenboven vormt de boekencoach een ideaal platform om als openbare bibliotheek de samenwerking met andere partners op te zoeken. Het thema 'starters' zorgde voor een nieuwe dynamiek met JANITOR, Unizo, het ondernemersloket, stadsdienst economie en tewerkstelling, etc. De Boekenkuur rond 'dementie' kaderde binnen een stadsbreed project 'Sint-Niklaas dementievriendelijke stad' en werd mee gedragen door de dienst Welzijn, het OCMW, AZ Nikolaas, woonzorgcentra en RVT's van onze stad. Een samenwerking die veel breder gaat dan die ene Boekenkuur op zich.

Een Boekenkuur staat garant voor inspiratie, leestips, dynamiek en kennisoverdracht. De deelnemers gaan dan ook naar huis met kennis en informatie die ze in de praktijk kunnen aanwenden. De Boekencoach biedt naast de Boekenkuur-workshops nog andere formules aan die reeds in boekhandels en bibliotheken plaats vonden: spreekuren voor één-op-één consultaties en EHBO leeskits. ■

> Info en contact: [www.boekencoach.com](http://www.boekencoach.com)



“DAARENBOVEN VORMT DE BOEKENCOACH EEN IDEEAAL PLATFORM OM ALS OPENBARE BIBLIOTHEEK DE SAMENWERKING MET ANDERE PARTNERS OP TE ZOEKEN.”