

Niets mis met grijs

Wat is er eigenlijk mis met middelmatigheid? Waarom wil niemand middelmatig of een grijze muis zijn? Coach en adviseur Anneke Dekkers vond het hoog tijd worden om ons grijze, middelmatige bestaan te vieren en schreef het provocatieve zelfhulpboek *Gelukkig, ik ben een grijze muis*.

Als we de literatuur van de zelfhulpboeken mogen geloven, zijn wij volgens de auteur een vat vol ongekende mogelijkheden en hebben wij allemaal volop talenten en gaven. Dat mag dan wel een aantrekkelijke of troostende gedachte zijn, de waarheid is dat de kans groot is dat u middelmatig bent. Slechts enkelen zijn werkelijk begaafd in de zin dat zij iets doen wat niemand anders doet of dingen aanzienlijk beter kunnen dan anderen. Het merendeel van de bevolking is zoals bij elke verdeling niet te vinden bij de twee uitersten, maar in het midden. Bijna 70% van ons is dus een grijze muis. Ga maar na of u een van de volgende vragen met een

volmondig ja kunt beantwoorden: 'Op mijn werkgebied behoor ik tot de beste 5% van Nederland', 'Mijn vakanties zijn leuker dan die van mijn vrienden', 'Ik maak mijn dromen waar' of 'Als ik een verhaal vertel hangt iedereen aan mijn lippen'.

Middelmatigheid heeft vele voordelen: u hoort bij het gros van de mensheid, u bent tenminste geen verliezer en u hoeft niet aan al te hoge verwachtingen te voldoen. Dekkers provocert nog even verder: het gaat u waarschijnlijk toch niet lukken om uw middelmatigheid te overwinnen. U kunt simpelweg geen nieuwe talenten creëren.

Niet getreurd, wie verder leest kan opeens wel degelijk zijn unieke gave vinden. Maar dan niet volgens het gebruikelijke spoor van de loopbaandeskundigen en trainers, aldus de auteur. Een veelgemaakte fout is op zoek te gaan naar wat wij als kind leuk vonden om te doen. 'Wij vonden die activiteiten juist leuk omdat ze niet verplicht waren', schrijft Dekkers.



Toegankelijkheid ★★☆☆☆

Toepasbaarheid ★★☆☆☆

Toegevoegde waarde ★★☆☆☆

Anneke Dekkers schreef een middelmatig pleidooi voor de middelmatigheid. Haar boek zet ons aan het denken, maar is verwarrend en onoverzichtelijk

Volgens haar moeten wij een lijst maken van minimaal drie dingen die wij vaak doen en die ons energie geven zoals schrijven, koken of vragen stellen. In de combinatie ligt onze unieke gave besloten, vindt Dekkers.

Is de unieke gave eenmaal gevonden, kunt u aan de slag met diverse oefeningen om te ontdekken waarom die gave nog niet tot bloei is gekomen. Het kan liggen aan een onrealistisch zelfbeeld, onvoldoende zelfvertrouwen of aan uw karakter. Middelmatige mensen twijfelen veel, stellen zich afhankelijk op en hopen dat het allemaal vanzelf goed komt. Dat doet het dus niet.

Het boek staat vol met diverse theoretische uiteenzettingen en oefeningen om de middelmatigheid te kunnen overwinnen. Zo is er een weekprogramma waarbij al twijfelend beslissingen worden genomen.

Maar even later adviseert de auteur ons om afscheid te nemen van ons 'ideale ik', onze middelmatigheid te accepteren en ons niet langer door angst of

schaamte te laten regeren. Wie nu nog niet de draad kwijt is, kan vervolgens zijn negatieve emoties wegkloppen met de Emotional Freedom Technique (EFT). Door met de vingers op diverse plekken van het lichaam te kloppen zouden emotionele blokkades opgelost worden.

Dekkers' pleidooi voor middelmatigheid is in feite slechts een effectieve manier om de aandacht te trekken, voor de rest onderscheidt zij zich nauwelijks van de stroom zelfhulpboeken of andere adviseurs. Haar provocaties stemmen tot nadenken, maar de geboden oplossingen zijn weinig origineel of verrassend. Het boek is soms rommelig en onoverzichtelijk. Dekkers heeft uiteindelijk gelijk: slechts enkelingen is het gegeven om ver boven de middelmaat uit te stijgen.

.....
'Gelukkig, ik ben een grijze muis'. Provocatief zelfhulpboek voor middelmatige mensen. Auteur: Anneke Dekkers. Uitgever: Pearson. ISBN 9789043015769, € 19,95.

