

LOENENSE LANCEERT EERSTE BOEK OVER COMMUNICEREN EN JEZELF LATEN ZIEN

Loenen - De Loenense logopediste, communicatiedeskundige en presentatrice Pauline van Aken is een veelzijdige vrouw die met haar boek 'Wat wil je nou eigenlijk zeggen' nu ook het pad van auteur is ingeslagen. In haar boek met de subtitel 'communiceren en jezelf laten zien' geeft ze een brede kijk op verbale en non-verbale contacten. Pauline geeft onder meer les aan radio- en tv-presentatoren, acteurs, managers, trainers en vele anderen, die belang hebben bij duidelijk communiceren. Pauline heeft met haar presentatiewerk voor o.a. AT5 nieuws, SBS6 Hart van Nederland, Vakantienieuws en kinderprogramma's veel ervaring opgedaan. 'Ik heb daarbij ook zelf ervaren hoe belangrijk het juiste gebruik van de stem en communicatie is. Een goede ademhaling en ontspanning zijn daarbij van groot belang. Logopedie is de basis voor communicatie. Als je jouw stem niet goed gebruikt kom je niet duidelijk en op de juiste manier over. Ik heb van veel mensen begrepen dat er behoefte is aan het verkrijgen van inzicht in communicatie in het algemeen. Iedereen heeft baat bij een goede communicatie, op het werk en in persoonlijke relaties.'

Luisteren met je oren en je hart

Pauline: 'Iemand zegt iets en de ander raakt geïrriteerd, wordt kwaad, verdrietig of is teleurgesteld. Meestal is dat geheel onnodig. We kunnen namelijk niet precies weten wat de ander bedoelt, terwijl we niet alleen leren luisteren met onze oren, maar ook met ons hart. We horen vaak wat we willen horen en luisteren wel naar wat er letterlijk wordt gezegd, maar we staan te weinig open voor de manier waarop er iets wordt gezegd. Zou het niet heerlijk

zijn als we elkaar werkelijk zouden begrijpen?' Pauline van Aken geeft haar lezers inzicht in wat communicatie allemaal inhoudt. Daarnaast geeft ze aan wat er mis kan gaan als er niet juist wordt gecommuniceerd. 'Communiceren doen we niet alleen met woorden, maar ook non-verbaal, dus met ons lichaam, onze houding, onze gezichtsuitdrukking en de gebaren die we maken. Dit boek is voor iedereen die duidelijker wil communiceren en zichzelf en anderen beter wil begrijpen.'

Liefde is loslaten

'Ik heb een manuscript voor een autobiografisch boek 'Liefde is loslaten' klaarliggen. De uitgever overtuigde mij van het feit dat ik het script even moest loslaten en dat ik eerst een boek over communicatie zou moeten schrijven. Al eerder lieten mensen weten mijn aanpak en tips op het gebied van communicatie te waarderen. Met mijn eerste boek 'Wat wil je nou eigenlijk zeggen' ben ik best de diepte ingegaan, maar ik heb de materie ook luchtig trachten te brengen. Wellicht pak ik het manuscript 'Liefde is loslaten' binnenkort weer op. In het afgelopen jaar heb ik veel persoonlijke zaken meegemaakt. Ik heb weer een kindje gekregen, een ouder verloren en een huwelijksaanzoek gekregen. Dat zijn emotionele zaken waar je van groeit en tegelijk weer nieuwe levensinzichten krijgt. Ik verwacht dan ook nog best wat aan het manuscript te zullen sleutelen. Het feit dat 'Wat wil je nou eigenlijk zeggen' zo warm onthaald is, geeft mij echter weer volop energie om ook dit tweede boek op de markt te brengen.'

Het boek van Pauline van Aken is voor € 17,- in de boekhandel verkrijgbaar onder ISBN:nummer is 90 5599 1600.



Pauline van Aken met een poster van haar boekomslag

Foto: Hedwig de Groot