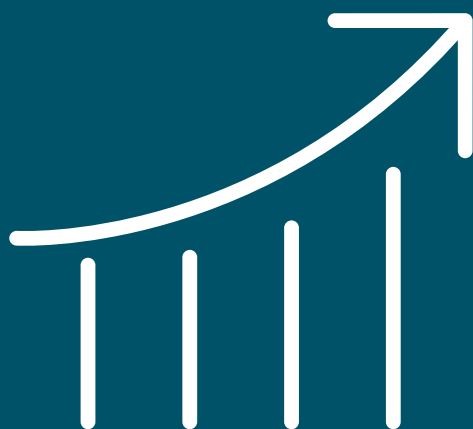


# DE VIJF BESTE BOEKEN

voor betere  
prestaties



Geert  
Hidding

# Het juiste boek op het juiste moment, kan je leven veranderen

De grote vraag is natuurlijk: wat is het juiste boek op dit moment voor jou?

Het aanbod van goede boeken neemt dagelijks toe. En lezen kost tijd. Je wilt je kostbare tijd zo goed mogelijk benutten. Niet om zoveel mogelijk boeken te lezen. Wel om inzichten op te doen en deze zo snel mogelijk in de praktijk te brengen. Zodat ze je helpen aan betere prestaties en het bereiken van je doelen.

Voor dit e-book heb ik vijf boeken geselecteerd waarvan ik overtuigt ben dat ze het juiste boek op dit moment voor je kunnen zijn. Misschien niet allemaal – sommige ken je vast al- maar minstens één ervan. Natuurlijk heb ik alleen gekozen voor boeken die ik zelf heb bestudeerd.

Elk boek heeft een kernboodschap, die deel ik als eerste. Daarna ontdek je mijn grootste persoonlijke take-aways die mij hebben geholpen. Ik beseft me ook dat niet iedereen van lezen houdt. Misschien ga je liever voor een audioboek of luister je mijn podcasts. Ook daarover lees je straks meer.

Nog even een heads-up. Als je een boek besteld via de link, dan krijg ik daar een kleine vergoeding voor. Thanks als je die gebruikt, maar nog beter als je het boek bij jouw lokale boekhandel scoort. En je maakt me helemaal gelukkig als je het boek echt benut om je performance te verbeteren.

Voordat we naar mijn top-5 gaan, deel ik nog graag mijn meest recente inzicht van besteller auteur James Clear, over beste strategie om meer uit je lezen te halen:

“Sla meer boeken open, stop met de meesten en lees de besten twee keer”.

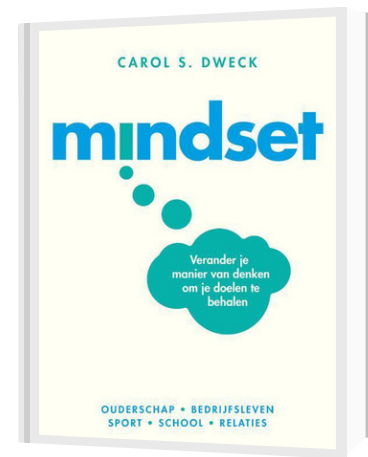
Op jouw beste prestaties,

Geert Hidding

# 1

## Mindset

Verander je manier van denken om je doelen te bereiken



Carol Dweck

### Kernboodschap van het boek

Een groeimindset is noodzakelijk voor het benutten van je potentie. Bij een groeimindset heb je de overtuiging dat jouw talent en intelligentie niet vaststaat, maar ontwikkelbaar is. Dit staat haaks op de statische mindset waarbij je gelooft dat je talent en intelligentie bij je geboorte is bepaald. Dit ogenschijnlijk kleine verschil in overtuiging, heeft een mega impact op het wel of niet bereiken van doelen.

### Mijn grootste persoonlijke take-aways

- Wow, wat kan een eenvoudige overtuiging enorme gevolgen hebben, vooral als je er niet bewust van bent!
- Met een groeimindset kan ik álles ontwikkelen, ook datgene waarvan ik mij altijd heb voorgehouden dat ik het niet kan.
- Als ik iets doe puur om mijzelf te bewijzen, haal ik weinig plezier uit het proces, vallen de resultaten vaak tegen en ben ik geneigd vroegtijdig op te geven. Ik kan beter gericht zijn op groei. Ik zie steeds vaker in waar dit misgaat bij mijn prestaties.
- De kunst is om écht goed te worden in het trainen van mijzelf. Hiervoor is het belangrijk om steeds meer te ontdekken wat mijn beste leerstrategieën zijn.
- Ik kan mijn mindset gewoon kiezen. Dit betekent niet dat ik er altijd naar handel. Het vraagt om een dagelijkse keuze om te kiezen voor groei en alles wat dat met zich meebrengt.

### High performance onderwerpen

■ Mindset	■ Passie
■ Focus	■ Zelfacceptatie
■ Routines	■ Veerkracht
■ Creativiteit	■ Rust
■ Intuïtie	■ Emoties

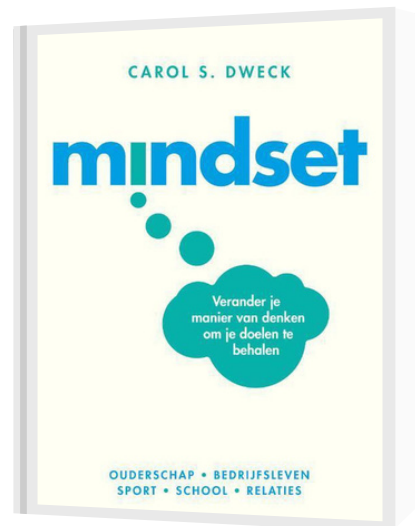
## WETENSCHAPPELIJK



## PRAKTISCHE TOEPASBAARHEID



## VERNIEUWEND



### Wanneer het juiste moment is om dit boek te lezen

Pak dit boek erbij als je op zoek bent naar een goed fundament om je succes op te bouwen. Als je merkt dat je geneigd bent om jezelf constant te bewijzen, gevoelig bent voor tegenslagen en moeilijk met kritiek kunt omgaan, dan ga je hier veel aan hebben. Als je al bekend bent met de groeimindset theorie, dan raad ik je aan om hoofdstuk 5 en 8 te lezen. Het is vooral goed voor een grondig inzicht in (de effecten van) een groeimindset en minder sterk als het gaat om praktische toepasbaarheid.

### Inhoud (delen/hoofdstukken)

1. De mindsets
2. De mindsets van binnenuit
3. De waarheid over competentie en prestatie
4. Sport: de mindset van een kampioen
5. Mindset en leiderschap in het bedrijfsleven
6. Relaties: mindset in liefde
7. Ouders, leraren en coaches: waar komen mindsets vandaan?
8. Van mindset veranderen

Aantal pagina's:	332
Luisterboek:	Ja (alleen Engels)
E-book:	Ja (alleen Engels)

### Over de auteur

Carol S. Dweck is professor psychologie aan de universiteit van Stanford en bekend door haar theorie over motivatie en de groeimindset. Zij studeerde in 1967 af aan het Barnard College en behaalde in 1972 een doctorsgraad aan de universiteit van Yale.

Bestellen: [Mindset van Carol Dweck](#)

# 2 Elementaire Gewoontes

Een makkelijke en bewezen manier om goede gewoontes te creëren



James Clear

## Kernboodschap van het boek

Succes is het resultaat van dagelijkse gewoontes en niet van eenmalige transformaties. Elementaire gewoontes gaat over die kleine, dagelijkse gewoontes die uiteindelijk bepalen hoe succesvol je bent. Voor het ontwikkelen van goede gewoontes heb je een systeem nodig. Een goed systeem is gebaseerd op de vier wetten van gedragsverandering: maak het zichtbaar, aantrekkelijk, gemakkelijk en bevredigend.

## Mijn grootste persoonlijke take-aways

- Voordat ik nieuwe goede gewoontes wil ontwikkelen, heb ik in kaart te brengen welke gewoontes ik nu heb en of deze goed, slecht of neutraal zijn.
- Het gaat minder om wilskracht en meer om systemen. Een doorbraak forceren, zonder het 'simpele' werk te doen dat nodig is om deze te bereiken, werkt niet.
- De vallei van teleurstelling is de periode waarin je hard werkt voor resultaten, maar nog geen zichtbaar resultaat ziet. Als ik die leer te doorstaan, onderscheid ik mij straks van de massa die dit niet wil of kan.
- Ik moet mij focussen op iedere dag 1% beter worden en de belangrijkste activiteiten hiervoor terugbrengen in mijn dagelijkse ritme.
- Gewoontes beperken niet mijn vrijheid, maar zorgen juist voor vrijheid. Energie en vrijheid gaan juist verloren als ik mijn gewoontes niet serieus neem.

## High performance onderwerpen

■ Mindset	■ Passie
■ Focus	■ Zelfacceptatie
■ Routines	■ Veerkracht
■ Creativiteit	■ Rust
■ Intuïtie	■ Emoties

## WETENSCHAPPELIJK



## PRAKTISCHE TOEPASBAARHEID



## VERNIEUWEND



## Wanneer het juiste moment is om dit boek te lezen

Dit boek is vooral interessant als je gefrustreerd bent over je gewoontes of als je een bepaalde goede gewoonte niet geïmplementeerd krijgt. Het boek zal je laten inzien dat het niet aan jou ligt en je helpen aan een systeem voor gedragsverandering. Als je begint met een duidelijk doel voor ogen, dan gaat het systeem en de bijbehorende stappen direct voor je leven. Omdat het boek praktijkgericht is en je vraagt om actiegericht mee aan de slag te gaan, is het in mijn ogen minder geschikt als mooie inspiratiebron.

## Inhoud (delen/hoofdstukken)

1. De basis
2. De eerste wet: maak het zichtbaar
3. De tweede wet: maak het aantrekkelijk
4. De derde wet: maak het gemakkelijk
5. De vierde wet: maak het bevredigend
6. Geavanceerde technieken: van gewoon goed naar super gaan

Aantal pagina's:	224
Luisterboek:	Ja (Nederlands)
E-book:	Ja (Nederlands)

## Over de auteur

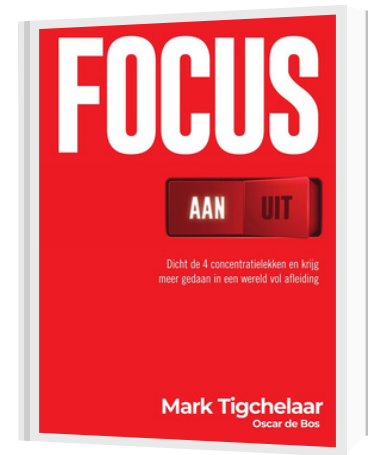
James Clear is een internationaal geroemde gewoonte-expert. Zijn werk is verschenen in The New York Times, Entrepreneur, Time en op tv bij CBS This Morning. Hij is oprichter van The Habits Academy en zijn website Jamesclear.com heeft miljoenen bezoekers per maand (tip: schrijf je in op zijn wekelijkse nieuwsbrief).

Bestellen: [Elementaire Gewoontes van James Clear](#)

# 3

## Focus Aan/Uit

Dicht de vier  
concentratielekken en  
krijg meer gedaan in  
een wereld  
vol afleiding



Mark Tigchelaar

### Kernboodschap van het boek

Als we geen grip op onze aandacht hebben, waaien we met alle winden mee, kost het meer tijd om je werk te doen en neemt de stress toe. Focus is het toverwoord voor de high performer. Er zijn vier grote concentratielekken die schadelijk zijn voor je focus. Te weinig prikkels, interne afleiders, te weinig brandstof en externe prikkels. Het boek helpt je om je grootste lek te vinden en actie te ondernemen om het te dichten.

### Mijn grootste persoonlijke take-aways

- Elke keer dat we van taak wisselen, blijft er een deel van onze aandacht hangen bij de vorige taak. Nu ik dit weet, plan ik grotere blokken in voor dezelfde taken, in plaats van continu te switchen ('switchtasking').
- Nadenken trekt mij weg uit het hier en nu. Dat is niet erg, zolang ik er maar bewust mee omga. Dus: tijd inplannen om diep na te denken en aandacht terugbrengen naar m'n taak als ik mij mee laat slepen door gedachten.
- Mijn gedachten op papier zetten draagt bij aan focus. Door het uit m'n hoofd en op papier te zetten kan ik het makkelijker loslaten. Hiermee creëer ik mentale rust en ruimte.
- Soms is het veel productiever om te stoppen met werken, dan om mijn neiging om door te werken te volgen. Juist door te stoppen en rust te nemen, worden mijn momenten dat ik 'aan' ben, veel productiever.
- Mijn grootste concentratielek is te weinig brandstof. Zolang ik die weet te dichten benut ik mijn focus het beste.

### High performance onderwerpen

■ Mindset	■ Passie
■ Focus	■ Zelfacceptatie
■ Routines	■ Veerkracht
■ Creativiteit	■ Rust
■ Intuïtie	■ Emoties

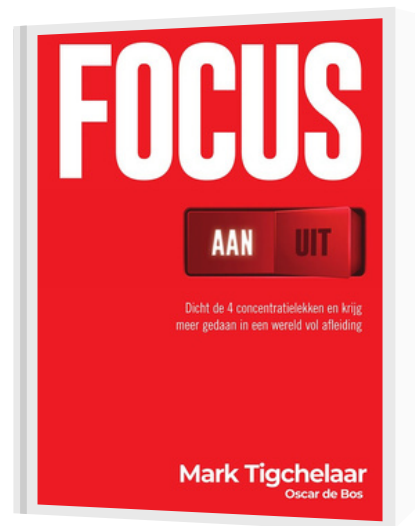
## WETENSCHAPPELIJK



## PRAKTISCHE TOEPASBAARHEID



## VERNIEUWEND



### Wanneer het juiste moment is om dit boek te lezen

Dit boek is een aanrader als je moeite hebt om (obviously) focus te houden. Het is to-the-point en geeft snel inzicht in waar het allemaal mis kan gaan. Daarnaast geeft het praktische tools om je te helpen om tot rust te komen tijdens en na je werk. Een vakantie kan een goed moment zijn om dit boek te lezen en de nodige aanpassingen te maken voor als je weer terugkomt.

### Inhoud (delen/hoofdstukken)

1. Inleiding
2. Deel 1: de vier concentratielekken
3. Concentratielek 1: Te weinig prikkels
4. Concentratielek 2: Te veel interne prikkels
5. Concentratielek 3: Te weinig brandstof
6. Concentratielek 4: Te veel externe prikkels
7. Deel 2: de verdieping
8. Deel 3: bonus

Aantal pagina's:	320
Luisterboek:	Ja (Nederlands)
E-book:	Ja (Nederlands)

### Over de auteur

Mark Tigchelaar studeerde neuropsychologie en begeleidt kenniswerkers, ondernemers en topsporters om hun prestaties te verbeteren. Hij is auteur van vijf boeken, welke in zes talen zijn verschenen, hij heeft verschillende TEDx-talks gegeven en wereldwijd hebben meer dan 100.000 mensen een training bij hem gevolgd.

Bestellen: [Focus Aan/Uit van Mark Tigchelaar](#)



# 4 Het obstakel is de weg

## Klassieke principes om van tegenslagen kansen te maken



Ryan Holiday

### Kernboodschap van het boek

De meest succesvolle mensen hadden geen uitzonderlijke talenten of buitengewoon geluk. Het belangrijkste dat ze deden was handelen volgens één principe: dat wat in de weg staat, wordt de weg. Hoe we omgaan met onze problemen, bepaalt hoe succesvol we zullen zijn in het overwinnen ervan. Dit geldt voor iedereen, omdat we allemaal obstakels tegenkomen op weg naar succes.

### Mijn grootste persoonlijke take-aways

- Mijn uitdaging is om tegenslag en verlies minder persoonlijk te nemen, zodat het minder binnenkomt en ik er nog effectiever op kan reageren.
- Negatief denken is niet slecht, zolang ik het inzet om te blijven denken in scenario's en het helpt om goed te kunnen anticiperen op wat er gebeurt.
- Er zit altijd iets goeds in het slechte, ook al is het in eerste instantie niet zichtbaar. Dat wil niet zeggen dat het ook goed voelt of je alles recht moet praten. Het gaat erover dat je altijd kunt kiezen vanuit welk perspectief je een situatie bekijkt.
- Durf te kiezen voor waar ik in geloof en blijf vervolgens volharden. In dat proces zit meer geluk dan in welk succesvol bereikt doel dan ook.
- Accepteer de wereld zoals het is. Met alle mooie, maar ook lelijke kanten. Als ik daartegen strijd, ontnem ik mijzelf de kans om elke situatie in mijn voordeel te gebruiken.

### High performance onderwerpen

■ Mindset	■ Passie
■ Focus	■ Zelfacceptatie
■ Routines	■ Veerkracht
■ Creativiteit	■ Rust
■ Intuïtie	■ Emoties

## WETENSCHAPPELIJK



## PRAKTISCHE TOEPASBAARHEID



## VERNIEUWEND



### Wanneer het juiste moment is om dit boek te lezen

Gebruik dit boek als je van plan bent om op te geven. Of gewoon voor je gaat slapen. Het zit boordevol oude wijsheden met sprekende voorbeelden uit de (recente) geschiedenis. Pak het erbij als je op zoek bent naar inspiratie, vooral in uitdagende tijden. Het zal je gegarandeerd nieuwe inzichten en principes bieden. Maar verwacht geen praktisch stappenplan, daar doen de filosofen niet aan ;)

### Inhoud (delen/hoofdstukken)

1. Inleiding
2. Deel 1: Waarnemen
3. De methode 'waarnemen'
4. Deel 2: Handelen
5. De methode 'handelen'
6. Deel 3: De wil
7. De methode 'de wil'

Aantal pagina's:	256
Luisterboek:	Ja (alleen Engels)
E-book:	Ja (Nederlands)

### Over de auteur

Ryan Holiday is één van de vooraanstaandste denkers en schrijvers op het gebied van klassieke filosofie en de rol daarvan in het dagelijks leven. Hij is een veelgevraagd spreker en strateeg. Zijn boeken zijn in meer dan dertig talen vertaald en wereldwijd zijn er meer dan twee miljoen exemplaren van verkocht.

Bestellen: [Het obstakel is de weg van Ryan Holiday](#)

# 5

## Leiderschap op basis van je sterke punten

Sterke leiders, teams &  
waarom mensen  
betrokken zijn



Tom Rath

### Kernboodschap van het boek

Effectieve leiders zijn talentgericht. Decennialang onderzoek van Gallup wijst op drie belangrijke sleutels: 1. Investeer altijd in sterke punten, 2. Omring jezelf met de juiste mensen om je team te maximaliseren, 3. Begrijp de behoefte van anderen. Naast verdieping op deze inzichten bestaat het boek uit een leiderschapstest om jouw vijf sterke punten te ontdekken.

### Mijn grootste persoonlijke take-aways

- Mijn vijf sterke punten: Prestatiegerichtheid, Toekomstgerichtheid, Maximaliseren, Input, Leergierigheid.
- Ik had geen idee dat deze thema's, die ik zeker bij mijzelf herken, gezien werden als talenten.
- Het geeft mij veel meer energie en betere resultaten als ik mij nog meer focus op mijn sterke punten, in plaats van op mijn zwakke punten.
- Talent is niet genoeg. Het wordt alleen een sterk punt, als ik gericht werk aan mijn talenten en mij inzet om deze consistent te ontwikkelen.
- Mijn sterke punten brengen ook valkuilen en blinde vlekken met zich mee. Als ik succesvol wil zijn, zal ik de samenwerking met anderen, die beschikken over andere talenten, moeten blijven opzoeken.

### High performance onderwerpen

■ Mindset	■ Passie
■ Focus	■ Zelfacceptatie
■ Routines	■ Veerkracht
■ Creativiteit	■ Rust
■ Intuïtie	■ Emoties

## WETENSCHAPPELIJK



## PRAKTISCHE TOEPASBAARHEID



## VERNIEUWEND



### Wanneer het juiste moment is om dit boek te lezen

Als je jezelf nog beter wilt leren kennen als leider (in de dop). In het boek zit een unieke code om online een leiderschapstest te maken, de bekende Gallup's StrengthsFinder. Je ontdekt hiermee je vijf sterke punten in relatie tot jouw leiderschap. Binnen teams wordt dit boek daarom veel ingezet om de teamperformance te verbeteren. Ook als je geen leider bent, kun je hier veel uit halen voor je persoonlijk leiderschap ontwikkeling. Maar mogelijk past 'Ontdek je sterke punten 2.0' van dezelfde auteur dan nog beter bij je behoefte.

### Inhoud (delen/hoofdstukken)

1. Inleiding
2. Deel I Investeren in uw sterke punten
3. Deel II Uw team maximaliseren
4. Deel III Begrijpen waarom mensen volgen
5. Conclusie: Leiderschap dat voortleeft
6. De StrengthsFinder-test doen
7. Leiderschap op basis van je sterke punten:  
overzicht van de 34 thema's
8. Het onderzoek
  - A. Uw sterke punten
  - B. Uw team
9. Waarom mensen volgen

Aantal pagina's:	256
Luisterboek:	Ja (alleen Engels)
E-book:	Ja (Nederlands)

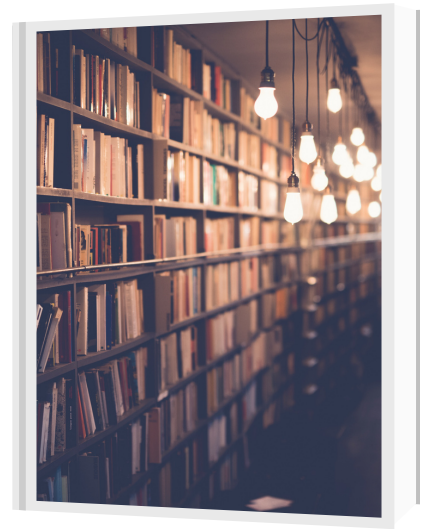
### Over de auteur

**Tom Rath** is een Amerikaanse bestsellerauteur, onderzoeker en spreker. Zijn boeken zijn meer dan 5 miljoen keer verkocht en vertaald in 16 talen. Hij begeleidt organisaties en onderzoeken over selectie, leiderschap, welzijn en talentontwikkeling van werknemers.

Bestellen: [Leiderschap op basis van je sterke punten van Tom Rath](#)

# BONUSLIJST

Zat er niks voor je tussen? Check dan de bonuslijst.



## Natuurlijk is er meer...

Het kiezen van de vijf boeken was niet makkelijk. Er zijn zoveel goede boeken om uit te kiezen. Dit waren titels die op de longlist stonden en het nèt niet hebben gehaald:

- De valstrik van het geluk (Russ Harris)
- 7 eigenschappen van effectief leiderschap (Stephen Covey)
- Ego is de vijand (Ryan Holiday)
- Principes (Ray Dalio)
- Durf te leiden (Brené Brown)
- Flow (Mihaly Csikszentmihalyi)
- Denk groot, word rijk (Napoleon Hill)
- The Compound Effect (Darren Hardy)
- Een werkweek van 4 uur (Timothy Ferris)
- Good to great (Jim Collins)
- Relentless (Tim Grover)

Heb jij nog goede aanvullingen op mijn lijst? Let me know! Ik ben continu op zoek naar de beste inzichten en tools. Als je mij mailt, dan zet ik de titel op mijn lijstje en wellicht vind je 'm straks terug in mijn top-5 ;)

# PODCAST

Winnen Van Binnen



## Voor als je liever luistert dan leest

Soms wil je liever luisteren dan lezen, dat snap ik. Daarom ben ik groot fan van podcasts. Zowel om te consumeren, als om zelf te produceren.

In Winnen Van Binnen De Podcast deel ik mijn kennis en inspiratie en ga ik in gesprek met experts om jou te helpen om naar het volgende level te gaan.

In deze podcast deel ik regelmatig mijn belangrijkste inzichten uit de boeken die ik lees en in de praktijk toepas.

[Luister hier Winnen Van Binnen De Podcast](#)

# Over Geert

## Performance coach



Als performance coach help ik ondernemers en hun teams om écht vol te houden om iets waardevols te bouwen. Voor wie het zelf wil doen, maar niet alleen.

Dit doe ik door het aanreiken van de beste tools, performance coachsessies en accountability. Dit zorgt voor focus op je doelen, meer rust in jezelf en doen wat werkt, zodat jij jouw (business)doelen bereikt.

Benieuwd of performance coaching ook iets voor jou is?

[Boek hier een gratis sessie.](#)