

Het recept voor een goede dag



Bladzijden:	340 pp.
Genre:	Psychologie
Uitgever:	Business Contact
ISBN:	9789047007845
Taal:	Nederlands
Auteur:	Caroline Webb
Verschenen:	17-03-2016

[Het recept voor een goede dag.pdf](#)

[Het recept voor een goede dag.epub](#)

Ons feilbare denken meets Getting things done!Onderzoekers als Kahneman, Pink en Ariely hebben aangetoond dat we beter zouden kunnen denken, beslissen en omgaan met onzekerheid. Maar hoe breng je die wetenschap in de praktijk? Kun je je leven anders inrichten? Caroline Webb werkt al vijftien jaar met wetenschappelijk bewezen effectiviteitsadviezen. Zij verzamelde alle recente kennis op het gebied van psychologie, gedragseconomie en neurologie en schreef op basis daarvan dit praktijkboek. Het staat boordevol tips, adviezen en verklaringen. Het helpt je productiever te werken, gesprekken en samenwerking te verbeteren, scherper te redeneren en meer invloed op je omgeving te krijgen. Het geeft je ook nog adviezen om beter om te gaan met de onvermijdelijke tegenslag.Het recept voor een goede dag is opgebouwd rond de volgende thema's:* prioriteiten stellen* productiviteit* relaties onderhouden* denken en beslissen* beïnvloeden en beïnvloed worden* weerbaarheid en veerkracht* energie en vitaliteit