

Hoe haal ik het beste uit mezelf?



Taal:	Nederlands
Uitgever:	Uitgeverij Thema
ISBN:	9789058715180
Bladzijden:	175 pp.
Auteur:	Ursula van Stekelenburg
Verschenen:	02-08-2011
Genre:	Psychologie

[Hoe haal ik het beste uit mezelf?.pdf](#)

[Hoe haal ik het beste uit mezelf?.epub](#)

Hoe haal ik het beste uit mezelf is een inspiratiebron voor iedereen die alles uit het leven en zichzelf willen halen. Het boek houdt je een spiegel voor; het laat zien waar je staat op zes verschillende levensgebieden: je persoonlijkheid, kwaliteiten & wensdromen, zelfvertrouwen, communicatie, assertiviteit en stress. Na een nulmeting ga je op een of meer van deze zes gebieden daadwerkelijk aan de slag en zet je kleine maar zekere stappen op weg naar vernieuwing. Daarbij maak je kennis met bekende modellen, waaronder de MBTI, Big Five, de Roos van Leary en het enneagram. Een prachtig to do boek voor wie een positief, gelukkig en evenwichtig leven wil.