



Hoe haal ik het beste uit mezelf

Psychologie voor doeners

Hoe haal ik het beste uit mezelf is een inspiratiebron voor iedereen die alles uit het leven en zichzelf wil halen. Het boek houdt je een spiegel voor; het laat zien waar je staat op zes verschillende levensgebieden: je persoonlijkheid, kwaliteiten en 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: 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.

Ursela van Stekelenburg is bevlogen marketeer, strateeg, communicatiedeskundige, mediator en coach en adviseert dagelijks met passie al haar klanten. Als auteur van *Coach jezelf in drie stappen* en *Wel en wee van familiebedrijven* en als docent marketing en psychologie draagt ze met plezier haar kennis en ervaring op anderen over. Die kennisoverdracht behoort tot een van haar grote professionele liefhebberijen. Binnenkort promoveert Ursela aan de Erasmus Universiteit op 'people management binnen familiebedrijven'. Voor meer inspiratie en informatie kijk op www.cleverwise.nl en www.hoehaalikhethbesteuitlezself.nl.



Ursela van Stekelenburg Hoe haal ik het beste uit mezelf

OVER
MBTI • BIG FIVE •
KWALITEITEN • WENS-
DROMEN • X-FACTOR
• GEZONDE LEVENSTIJL
• COMMUNICATIE •
ASSERTIVITEIT • EN
NOG VEEL
MEER

Hoe haal ik het beste uit mezelf



Psychologie voor doeners

THEMA.

Ursela van Stekelenburg

www.thema.nl

THEMA.
Uitgeverij van Schouten & Nelissen

