

De 5 seconderegel PDF

Mel Robbins



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



Schrijver: Mel Robbins
ISBN-10: 9789021569703
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 2539 KB

OMSCHRIJVING

De 5 seconderegel – De simpele methode om je leven écht te veranderenIn De 5 seconderegel geeft Mel Robbins een eenvoudige, altijd toepasbare oplossing voor een probleem dat we allemaal kennen: jezelf in de weg zitten. Want vaak weet je precies wát je moet doen, maar doe je het niet. Het gaat er dus om hoé je jezelf zover krijgt het toch te doen. In haar boek legt Mel Robbins uit hoe je met de 5 seconderegel zelfverzekerder, moediger en gelukkiger wordt. Niet alleen in je privéleven, maar vooral ook in je werkzame leven. Dat doet ze aan de hand van wetenschappelijke feiten en fascinerende verhalen uit de geschiedenis, kunst en het bedrijfsleven. Een boek voor iedereen die niet langer smoesjes wil verzinnen en zijn remmingen te lijf wil gaan.Mel Robbins' TEDx-talk over de 5 seconderegel is inmiddels door ruim 12 miljoen mensen bekeken. De 5 seconderegel wordt in diverse grote bedrijven toegepast om productiviteit, samenwerking en betrokkenheid te vergroten.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

In mijn studentenhuis hoorde ik het voor het eerst. Ik was aan het 'koken' (een wereldgerecht uit een pakje) toen er een stuk appel van de snijplank ...

De 5 seconderegel De simpele methode om je leven écht te veranderen In De 5 seconderegel geeft Mel Robbins een eenvoudige, altijd toepasbare oplossing voor een ...

Volgens de vijf-seconden-regel kun je voedsel dat je hebt laten vallen nog prima nuttigen, zolang je het maar binnen vijf seconden opraapt. ... Scientias Dag top 5.

DE 5 SECONDEREGEL

[Lees verder...](#)