



Oude gewoonten, Goede voornemens



Aan het begin van een nieuw Linda van der Wal jaar maken veel mensen goede voornemens. Helaas lukt het vaak niet om ons eraan te houden. Na twee weken ga je niet meer naar de sportschool, een sigaretje na het eten is toch wel erg lekker en een eigen bedrijf blijft een droom. Gemotiveerd blijven en een goede voorbereiding zijn essentieel voor

succes. Je zult oude gewoonten moeten doorbreken om je aan je goede voornemens te houden. Het gaat om gedragsverandering en daar zul je heel bewust aan moeten werken. Dit praktische boek vol tips, oefeningen en ervaringen zal daarbij je steun en toeverlaat zijn, wat je goede voornemen ook is. Linda van der Wal is zelfstandig ondernemer. Zij helpt organisaties en individuen om veranderingen door te voeren door middel van training, coaching en advies op het gebied van communicatie en persoonlijke effectiviteit. Opdrachtgevers zijn onder andere de Gemeente Vlaardingen, de Universiteit Twente en de Universiteit Utrecht. Daarnaast geeft ze onderwijs aan studenten Geneeskunde in de communicatie tussen arts en patiënt.

WINNEN!

Margriet mag 10 exemplaren weggeven van dit boek. Kans maken? Stuur dan een e-mail naar actie@margriet.nl, o.v.v. Oude gewoonten, goede voornemens.