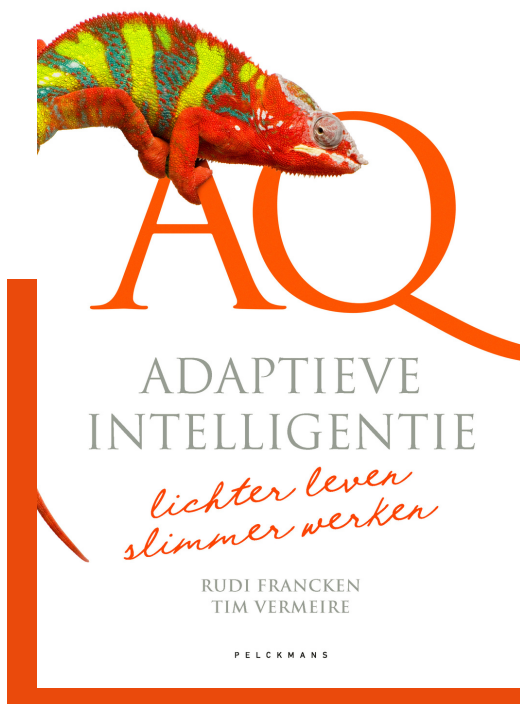


RUDI FRANCKEN & TIM VERMEIRE

AQ: Adaptieve intelligentie

Lichter leven, slimmer werken



"Adaptief intelligent zijn wil niet zeggen dat je je altijd aanpast maar wel dat je weet wanneer dit nodig en zinvol is. Het gaat dus zowel over het realiseren van stabiliteit als flexibiliteit. Het is dé kerncompetentie van deze tijd!"

uit het voorwoord van Saskia Van Uffelen

Rudi Francken heeft hij als leidinggevende gewerkt bij bedrijven zoals Nike, Regus en Randstad. In 2001 startte hij zijn eigen organisatie en werkte hij vooral rond thema's als leiderschap, verandering en organisatieontwikkeling. Hij heeft een passie voor de werking van ons menselijk brein en schoolde zich de laatste jaren bij in thema's zoals temperamenten, hartcoherentie, burnout, veerkracht en duurzame inzetbaarheid.

Tim Vermeire richtte in 2005 Still Movin' op, rond de ontwikkeling van menselijke potentieel en welzijn binnen organisaties. In 2012 nam Attentia Still Movin' over en ging Tim bij Attentia aan de slag als o.a. Business Unit Manager, Lead Consultant, Producten Business Developer. Vandaag werkt Tim rond AQ, gedeeld leiderschap, welzijn en cultuurvraagstukken binnen organisaties.

AQ: Adaptieve intelligentie
Rudi Francken en Tim Vermeire
€ 30,00
Paperback - 300 blz.
ISBN 978-94-6337-217-6
Vanaf 15 januari te verkrijgen

Onze maatschappij versnelt en we kunnen moeilijk volgen. We worden geconfronteerd met een overvloed aan prikkels, een verregaande digitalisering en almaar krachtigere veranderingen, zowel op ons werk als in onze ruimere samenleving. Deze intense werk- en levensmodus vraagt meer en meer energie en heeft negatieve effecten op ons lichaam, ons brein en onze levenskwaliteit. We ondermijnen ons energiepeil en vermogen om plezier te ervaren en successen te boeken.

Maar dat hoeft zo niet te zijn. Dit boek beantwoordt een cruciale en zeer relevante vraag: Hoe kan jij lichter leven en slimmer werken in dit nieuwe normaal? Het antwoord is dankzij AQ, of Adaptieve Intelligentie: het vermogen je verstandig aan te passen aan veranderende omstandigheden en uitdagingen. AQ is dé kerncompetentie van de 21ste eeuw en helpt je om krachtadig in het leven te staan, stabiel en tegelijk flexibel. Een manier om veerkrachtig én met meer voldoening te leven, op en naast het werk.

Aan de hand van verhelderende toelichting en concrete technieken om zelf aan de slag te gaan helpt AQ, *lichter leven en slimmer werken* je om te evolueren van vermoeidheid naar energie, van overvloed naar de essentie, van afleiding naar leiding, van disbalans naar balans en van een vaste naar een groei mindset. Kortom, het toont jou de weg naar meer levenskwaliteit.