

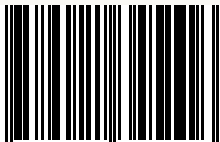
EEN BAANBREKEND BOEK DAT ONS DENKEN OVER GELUK OP ZIJN KOP ZET

Hoe word je gelukkig? Gedragswetenschapper Astrid Groenewegen maakt in dit fascinerende boek duidelijk dat we ons niet op onszelf, maar op onze omgeving moeten focussen. Binnen vier concrete contexten – nieuwsgierigheid, flow, vaardigheid en connectie – kan geluk vanzelf ontstaan. Volg concrete spelregels die voor jou werken en ontdek jouw pad naar geluk. Gebaseerd op de nieuwste wetenschappelijke inzichten biedt *De gelukscode* een praktisch model dat direct toepasbaar is, zowel op je werk als in je dagelijks leven.

DE VIER CONTEXTEN VOOR GELUK:

- NIEUWSGIERIGHEID** Richt je naar buiten, zie de wereld als een plek vol mogelijkheden.
- FLOW** Laat je volledig opgaan in wat je doet, in harmonie met de omgeving om je heen.
- VAARDIGHEID** Laat je voelen dat je groeit, dat je vandaag kunt wat je gisteren niet kon.
- CONNECTIE** Geeft je het gevoel dat je ertoe doet, dat je gezien, gehoord en begrepen wordt.

Astrid Groenewegen is expert in toegepaste gedragswetenschap en oprichter van SUE | Behavioural Design Academy. Ze heeft meer dan vijftien jaar ervaring in het ontwerpen van gedragsinterventies voor talloze internationale bedrijven en organisaties. Eerder schreef ze *De kunst van gedrag ontwerpen*, dat op nummer 1 stond in de Managementboek Top 100 en in het Engels is vertaald.



9 789021 345116

ASTRID GROENEWEGEN

DE GELUKSCODE



ASTRID GROENEWEGEN

DE ALFABET GELUKS CODE

DE VIER CONTEXTEN WAARMEE
JE DE CODE VOOR GELUK
KUNT KRAKEN

(zonder aan jezelf te hoeven sleutelen)