



## TOP OF YOUR MIND, BESLISSEN IN EEN VUCA-WERELD

# LannooCampus  
# 978 94 0144 191 9  
# 160 blz  
# paperback

# Eerste boek in een nieuwe reeks rond VUCA  
# Complexe neurowetenschap toegankelijk en bruikbaar gebracht  
# Stress als positieve kracht



### Isabelle Hoebrechts

Isabelle Hoebrechts is een vrouw voor wie menselijke contacten en waarden voorop staan. Ze gaat alleen voor zaken waar ze echt in gelooft en zet zich vol passie, positiviteit en ondernemingsgoesting in voor het menselijk kapitaal. Met meer dan 20 jaar ervaring in strategisch management, communicatie en human resources werd ze begin 2014 CEO van het Institute voor NeuroCognitivism. Heel recent richtte ze 361° op.

Isabelle schreef al verschillende boeken rond waarden, leiderschap en stressbeheersing.

## NEEM DE JUISTE BESLISSINGEN THUIS EN OP HET WERK

Met het boek 'Top of your Mind, Beslissen in een VUCA-wereld' werk je net zo goed aan je innerlijke wereld, je intrinsieke motivatie en echte passie. Voor betere beslissingen heb je immers een flinke portie zelfkennis nodig, een persoonlijk kompas. Vaak zit je echte persoonlijkheid echter heel diep onder het stof. In dit boek confronteren we je met je angsten, drijfveren en dromen.

Dankzij de vele heldere inzichten en oefeningen in het boek breng jij jouw interne en externe wereld in balans, zodat je rustig en sereen kunt denken, voelen, handelen. Daarna ga je een stap verder en verken je de uitdagingen en oplossingen van beslissen in de VUCA-wereld. Thuis, maar evengoed op het werk. Zodat jij, je collega's, je leidinggevenden, je partner en je kinderen ook morgen goede beslissingen kunnen nemen, wanneer de wereld nog een versnelling hoger schakelt dan vandaag.

**“Je blauwe kapitaal, je Benjamin, laat je de zaken van een afstand bekijken, ook jezelf. Je durft zekerheden loslaten, je oude gewoonten in vraag stellen en neemt beslissingen zonder angst.”**

ISABELLE HOEBRECHTS

Daar waar de technologie bedacht werd om ons te dienen, worden we er soms slaaf van. Non-stop staan we in verbinding en krijgen we prikkels binnen, waardoor we amper rust krijgen. Ons brein dreigt zich te verliezen in alle prikkels die steeds sneller op ons afkomen. De gevolgen zijn angst, stress, burn-out, absentisme en noem maar op. Toch is er een oplossing voor meer mentale weerbaarheid en die zit gewoon in je brein. Het enige wat van je verwacht wordt, is de gebruiksaanwijzing lezen en af en toe op de pauzeknop duwen.

Met de boekenreeks 'Top of your Mind' geeft Isabelle Hoebrechts – verbonden aan de welzijnsexpert 361° en het Institute of NeuroCognitivism – een antwoord op de vraag hoe jij je brein klaarstoomt voor de supersnelle en verrassende VUCA-maatschappij. De hightech wereld van vandaag vereist breinen die ultraverbonden zijn en snel reageren op wat op je afkomt. En precies daarin blinkt je blauwe kapitaal uit. Wanneer leer jij connecteren met het volle potentieel van je brein?

Wanneer jij erin slaagt om op de pauzeknop te duwen, maak je ook een verbinding met je blauwe kapitaal of prefrontale cortex. Heb je een goede verbinding met je blauwe kapitaal, een relatief nieuw hersengebied in de voorkant van je brein, dan ben je wel opgewassen tegen de chaos, snelheid en overdaad aan prikkels van de VUCA-maatschappij. Je hebt mentale veerkracht, meer energie en ruilt werkstress in voor werkplezier.