

Boek Experttips voor Moeiteloos Werken

Online geraadpleegde informatie:



Online artikelen:

- F. van Arendonk, Een powernap van 5 minuten is al gezond (Artikel dokterdokter), 27 januari 2015, <https://www.dokterdokter.nl/gezond-leven/psyche/een-powernap-van-5-minuten-is-al-gezond/>
- A. van Ark, Verkeerde ademhaling door stress (Artikel Van Ark biofeedback en stresspreventie), datum onbekend, <http://www.vabs.nl/stress-en-burn-out/verkeerde-ademhaling-door-stress>
- Auteur onbekend, Gestresst? Deze drie planten brengen je tot rust (Artikel Happinez), datum onbekend, <https://www.happinez.nl/groei/gestresst-drie-planten-brengen-tot-rust/>
- T. Bakker, Doelen stellen is gezond Behaal je doelen van 2018 (Artikel A. Vogel), 12 december 2017, artikel https://www.avogel.nl/blog/doelen-stellen/gezond.php?utm_campaign=1016615_201712%20%7C%20THBA%20%7C%20NB%20december&utm_medium=email&utm_source=NB%20dotmailer&dm_i=2XKL,LSFB,4PWDW2,29SP7,1
- Ben-Gurion University of the Negev, 'Smiley' Emojis in Formal Workplace E-Mails could Create Frowns, says BGU Study (Artikel Ben-Gurion University of the Negev), 14 augustus 2017, http://in.bgu.ac.il/en/pages/news/smiley_emojis.aspx
- M. van den Berg, Nationaal E-mail Onderzoek 2017: 93% Nederlanders ingeschreven op nieuwsbrieven, (Artikel Frankwatching), 3 oktober 2017, <https://www.frankwatching.com/archive/2017/10/03/nationaal-e-mail-onderzoek-2017-93-nederlanders-ingeschreven-op-nieuwsbrieven/>
- Y. Boerma, Bereikbaar of beschikbaar? Kies, voor meer aandacht! (Artikel vrouwen-ondernemen.nl), 3 april 2012, <http://vrouwen-ondernemen.nl/yura-boerma-bereikbaar-of-beschikbaar-kies-voor-meer-aandacht/>

- Brempie, Tijdsbeleving: Waarom de tijd steeds sneller gaat (Artikel InfoNu.nl), 24 december 2014, <https://mens-en-samenleving.infonu.nl/psychologie/67705-tijdsbeleving-waarom-de-tijd-steeds-sneller-gaat.html>
- M.Chui, J. Manyika, J. Bughin, R. Dobbs, H.Sarrazin, C. Roxburgh, G. Sands & M. Westergren, The social economy: Unlocking value and productivity through social technologies, (Artikel McKinsey & Company), juli 2012, <https://www.mckinsey.com/industries/high-tech/our-insights/the-social-economy>
- Essers, G. & Tonnaer, I. Beter slapen, slimmer werken. (Artikel TIJDwinst.com), 2015. <https://timemanagement.nl/wp-content/uploads/Beter-slapen-slimmer-werken.pdf>
- G. Essers, Slim agendabeheer: wat er (wel) in thuishoort, (Artikel timemanagement.nl), 29 januari 2015, <https://timemanagement.nl/agendabeheer/>
- G. Essers, Werkplek inrichten: 9 items op de juiste plek (Artikel timemanagement.nl), 3 april 2015, <https://timemanagement.nl/werkplek-inrichten/>
- N. Gouman, Gistermail: Meer controle over je inbox (Artikel Strategisch Lui), datum onbekend, <https://strategischlui.nl/gistermail/>
- N. Gouman, Multitasken Bestaat Niet! (Artikel Strategisch Lui), datum onbekend, <https://strategischlui.nl/multitasken-bestaat-niet/>
- R. Hameleers, Vijftien tips voor de ultieme takenlijst (Artikel Wie helpt de dokter?), datum onbekend, <http://wiehelptdedokter.nl/ultieme-takenlijst/>
- R.J. Hendriks, Is een middagdutje of powernap wel zo gezond? (Artikel OptimaleGezondheid.com), 4 december 2014, <https://www.optimalegezondheid.com/hoe-gezond-is-een-middagdutje-of-powernap/>
- J. Hermus, 5 Tips Tegen Perfectionisme (Artikel soChicken), datum onbekend, <https://sochicken.nl/5-tips-tegen-perfectionisme>
- Linda/Streets Ahead. Artikelen over productiviteit, datum onbekend, www.streetsahead.nl
- P. Mulder, Flow model (Csikszentmihalyi), (Artikel toolshero), 2012, <https://www.toolshero.nl/effectiviteit/flow-model-mihaly-csikszentmihalyi/>
- R. Nazarali, Productivity Hack: The Rule of 3 (Artikel ridiculously efficient), 7 maart 2014, <http://ridiculouslyefficient.com/productivity-hack-the-rule-of-3/>
- Nu.nl, Smileys in zakelijke mail (Artikel Nu.nl), 14 augustus 2017, <https://www.nu.nl/lifestyle/4880045/smileys-in-werkgerelateerde-e-mails-laten-soms-negatieve-indruk-achter.html>
- Oosterkamp, T. Waarom je zo snel mogelijk moet stoppen met het oplossen van problemen voor je medewerkers (Artikel Fridays Off), 4 oktober 2012, <https://fridaysoff.nl/art/waarom-je-zo-snel-mogelijk-moet-stoppen-met-het-oplossen-van-problemen-voor-je-medewerkers/2012/10/04/>

- L. Polderman, 5 winstgevende redenen voor planten op kantoor (Artikel MT.nl), 5 september 2015, <https://www.mt.nl/series/5-winstgevende-redenen-voor-planten-op-kantoor/87175>
- Redactie Forte Uitgevers, Meer rust en minder stress: leer omgaan met je energie (Artikel Forte Uitgevers), datum onbekend, <http://www.forteuitgevers.nl/artikel/meer-rust-en-minder-stress-leer-omgaan-met-je-energie>
- Redactie timemanagement.nl, Plannen en organiseren zonder stress (in 15 minuten) (Artikel timemanagement.nl), 17 mei 2017, <https://timemanagement.nl/plannen-en-organiseren/>
- Redactie WINMAG pro, Interview: Speakup over bereikbaar vs. beschikbaar (Artikel WINMAG pro), 13 maart 2017, <http://www.winmagpro.nl/content/interview-speakup-over-bereikbaar-vs-beschikbaar>
- Shiny, E-mail weetjes - Alles over e-mails (Artikel InfoNu.nl), 8 juli 2013, <https://pc-en-internet.infonu.nl/diversen/87333-e-mail-weetjes-alles-over-e-mails.html>
- P. van Son, 9 Tips om de perfectionist in jou te stoppen (Artikel Lifecoachphil), datum onbekend, <http://www.lifecoachphil.com/perfectionist.html>
- Spotler, in samenwerking met CG (2017), Nationaal E-mail onderzoek (download)
- R. van Trigt, Infobesitas is nieuwe ziekte (Artikel Trouw, De Verdieping), 22 februari 2010, <https://www.trouw.nl/home/infobesitas-is-nieuwe-ziekte~a06d8621/>
- L. Vijfvinkel, Burn-out door telefoon (Artikel Werk & veiligheid) 24 juli 2017, <https://www.werkenveiligheid.nl/preventie/duurzame-inzetbaarheid/burn-out-door-telefoon>
- W. Welten, Wat is de law of attraction: de wet van de aantrekkingskracht (Artikel House of Awareness), 17 maart 2017, <https://www.houseofawareness.com/spiritualiteit-wetenschap/wat-is-de-law-of-attraction-de-wet-van-de-aantrekkingskracht/>