

Over de auteur Barbara Aalpol van het boek Om gestoord van te worden

Barbara Aalpol (1969) is een ervaren trainer timemanagement en communicatie. Na haar hbo-studie aan de Lerarenopleiding werkte ze als dienstroosterspecialist en adviseur bij verschillende organisaties. In 2009 voltooide Barbara de ICM-trainersopleiding en richtte haar eigen trainingsbureau op, Balance Your Work. Een paar jaar later werd ze erkend Trainer- NOBTRA (Nederlandse Orde van Beroepstrainers). Door haar opleidingen en de ruime ervaring met trainingstrajecten bij verschillende organisaties heeft Barbara zich ontwikkeld tot een didactisch scherpe, energieke en inspirerende trainer.

“Mijn hele carrière heb ik me verbaasd over de hoeveelheid werktijd die mensen verspillen door allerlei afleidingen en verstoringen. Vaak zie ik dat mensen worstelen met tijd en ruimte en het lastig vinden om ongestoord te werken. Alle ideeën om ongestoord te werken wilde ik graag een keer opschrijven in dit boek. Die ideeën heb ik uitgewerkt in tips en daarmee wil ik mijn lezers inspireren om productiever, plezieriger en met meer voldoening te werken. Ik heb gezien dat het werkt!”