

18 januari 2020

Bekijk deze email in je browser



Groeien door tegenslag

We moeten af van het idee dat je na een burn-out of andere ellende nooit meer terug kunt keren naar je 'oude niveau'. Deze aanname blijkt namelijk vaak onzin te zijn. Sterker nog, het blijkt dat je een moeilijke periode in je leven kunt gebruiken om te groeien! En sterker en wijzer worden. Hoe? Door PostTraumatische Groei (PTG) te realiseren. Deze nieuwsbrief biedt je daarvoor inspiratie en kennis. Zowel voor jou persoonlijk als voor jou als professional.

Stroomversnelling

Het bekend worden van PTG is nu toch wel echt in een stroomversnelling terecht gekomen. In meerdere opzichten. Zo verscheen er vandaag een uitgebreid artikel over PostTraumatische Groei in Trouw waarvoor wij ook geïnterviewd waren. Het is een groot artikel geworden over twee pagina's waarin het fenomeen PTG vanuit verschillende invalshoeken is belicht. En er is een prachtige illustratie bij gemaakt. Echt heel mooi!

Je vindt de link naar het artikel onder het kopje Media.

Vorig weekend hebben we een 'post' met de cover op LinkedIn gezet en we kregen meteen na het weekend een zeer enthousiast bericht van onze uitgever: "Ik heb nog nooit meegemaakt, dat er zo ver voor de verschijningsdatum al zoveel boeken zijn verkocht".

Fijn dat het gedachtegoed zo goed wordt ontvangen!

Onze nieuwe website sterker-door-ellende.nl is nu echt helemaal klaar. Je kunt er ons boek kopen, daarnaast kun je ook de PTG-Vragenlijst invullen, artikelen lezen, een webinar bekijken, workshops en inspiratiesessies boeken, etc.

We zijn begonnen met een voorverkoop-actie. Dat kan zeer interessant zijn voor jou en je netwerk.

Namelijk, iedereen die **in de voorverkoop via onze website** ons boek koopt, kan gratis een inspiratiesessie (ter waarde van € 35,-) bijwonen.

Als organisaties op een eigen locatie een inspiratiesessie willen organiseren, is dat mogelijk bij een afname van minimaal 25 boeken (per deelnemer een boek). In onderling overleg wordt dan een datum daarvoor bepaald.

Wil jij ook op jouw locatie (kantoor, praktijk, grote huiskamer, vergaderzaal, etc.) zo'n inspiratiesessie organiseren, maar weet je niet of je genoeg relaties/klanten/collega's/vrienden hebt die geïnteresseerd zijn? Dan organiseren we die inspiratiesessie in samenwerking met jou. Op onze website komt dan jouw locatie te staan en zodra er 25 of meer mensen het boek kopen, gaat de sessie door. We hebben het idee nog maar net bedacht en er zijn nu al 4 samenwerkings-inspiratiesessies gepland. Als je op de [bestelknop van ons boek](#) klikt, kun je zien hoe het werkt. Heb je interesse? Stuur ons even een berichtje of bel/app Greet even en we regelen het!

We wensen je veel leesplezier en inspiratie.

Anja Jongkind en Greet Vonk

Aha!enzo

Druk jij de pus weer naar binnen als je een ontsteking hebt?

Als iemand ellende meemaakt, kunnen er allerlei gevolgen zijn. Dat iemand die gevolgen ervaart, is volkomen logisch. Echter, het voelt akelig en als zeer onwenselijk. Door die gevolgen te onderdrukken of er tegen te vechten worden de problemen alleen maar groter.

Overgave aan het feit dat de situatie is, zoals hij is en aan het bijbehorende proces, is

dus belangrijk.

Vergelijk het met een ontstoken wond. Als die geneest, wordt de wond ook eerst rood en warm en gaat soms zelfs 'kloppen'. Dat zijn logische gevolgen van een ontsteking. Er is geen mens die bedenkt dat we eventuele pus weer naar binnen moeten drukken. Bij herstel van ellende hebben veel mensen die neiging om de effecten te bevechten of onderdrukken wel. En daarmee werken ze zichzelf tegen. Hoe meer overgave er is, hoe sneller het herstel- en groeiproces gaat.

Dit is een van de vele metaforen in ons boek.

Nieuws en Media

Trouw

Het artikel in Trouw waarvoor we geïnterviewd zijn, is er. We zijn er enorm blij mee dat een dergelijk serieus landelijk dagblad aandacht besteedt aan het fenomeen PTG. Je kunt het [hier](#) lezen.

Sociale Media

Er komen ook steeds meer mensen die hun ervaringen delen via social media. Een paar voorbeelden.

FUCK IT

Marijke Scholten heeft een lezing ontwikkeld over 'van burn-out naar Fuck-It'. Haar bericht daarover op LinkedIn ging helemaal viraal. Meer dan 100.000 mensen hebben haar bericht gelezen. Het was ook een echt inspirerend bericht. Je kunt het [hier](#) nog lezen.

Marijke vond het enorm leuk om de lezing, die heel goed ontvangen werd, te geven. We hebben besloten om samen met haar een inspiratiesessie Fuck It te organiseren. Je kunt het [programma hier](#) lezen en je ook aanmelden.

Puck zoekt balans

Puck heeft een site ontwikkeld en deelt haar ervaringen in haar proces van 'burn-out-moeder naar een nieuw bestaan'. Ze had op LinkedIn gelezen over PTG. Ze heeft zich erin verdiept en schreef er een [blog](#) over. Daarin schrijft ze ook: *PTG gaf mij een nieuwe benadering van omgaan met en beleving van mijn burn-out. Ik ben mij gaan verdiepen in het onderwerp en langzaam kreeg ik hierbij een andere mindset.*

Om dit soort effecten bij heel veel mensen te bereiken, is onze missie om PTG bekender te laten worden dan PTSS. Dank voor het delen Puck!

Boek update

We zijn bezig met de laatste loodjes. Samen met de uitgeefster en de vormgever zijn we bezig het binnenwerk te ontwerpen.

En dan nog vier laatste checkrondes. Het boek gaat medio februari dan naar de drukker en komt ongeveer half maart uit.

Intussen zijn we ook bezig met het bedenken hoe we de boeklancering willen doen.

Weer een hele andere tak van sport en ook bijzonder om over na te denken.

Dus inderdaad de laatste loodjes en dan is het zover. We hebben er zin in!

Workshops en trainingen

Inspiratiesessie **FUCK IT op 4 februari 2020 in Heerenveen**

Voor iedereen die op een inspirerende wijze wil kennismaken met het positieve gedachtengoed van PostTraumatische Groei organiseren wij deze masterclass. De masterclass biedt een brede kennismaking en is voor iedereen die persoonlijk of professioneel te maken heeft met ellende geschikt. Ook voor degenen die belangstelling hebben voor dit fenomeen.

Wil je een kennismaking specifiek gericht op jouw leven of werk dan is één van de workshops geschikter voor jou. De investering voor deze Masterclass is € 95,- ex. btw incl. gratis boek PostTraumatische Groei - Sterker door ellende

Workshop voor medewerkers/werknemers/particulieren

Bilthoven: dinsdag 18 februari 2020 9.30 - 12.30 uur

Locatie: FlexCentraal, Jan Steenlaan 5, 3723 BS Bilthoven

Rotterdam: dinsdag 9 juni 2020 09.30 - 12.30 uur

Locatie: The office operators, Weena 505, 3013 AL Rotterdam

Workshops voor coaches/psychologen/arbeidsdeskundigen/behandelaren

Deze workshop is geaccrediteerd door de NOBCO, NIP, StiR en NVvA

Bilthoven: maandag 17 februari 2020 9.30 - 12.30 uur

Locatie: FlexCentraal, Jan Steenlaan 5, 3723 BS Bilthoven

Workshops voor HRM-/arboprofessionals en leidinggevenden

Bilthoven: maandag 17 februari 2020 14.00 - 17.00 uur

Locatie: FlexCentraal, Jan Steenlaan 5, 3723 BS Bilthoven

Rotterdam: dinsdag 9 juni 2020 14.00 - 17.00 uur

Locatie: The office operators, Weena 505, 3013 AL Rotterdam

Masterclass PostTraumatische Groei - Sterker door ellende

Midden Nederland: donderdag 16 april 2020 12.30 - 15.30 uur

Locatie: Omgeving Driebergen-Bilthoven

Al onze workshops en de masterclass geven wij ook in-company.

[Meer informatie over onze workshops en trainingen](#)

Et Emergo

info@et-emergo.nl | www.et-emergo.nl

Greet Vonk 06-13912658  | Anja Jongkind 06-51807059



Stuur door



Deel



Tweet



Deel

Je ontvangt deze nieuwsbrief, omdat je je hebt aangemeld. Of omdat je coachee was of een workshop bij ons volgde.

[Aanmelden](#) | [Mijn gegevens wijzigen](#) | [Afmelden](#)

[Bezoek onze website](#)
