



Et Emergo

Sterker door ellende

We moeten af van het idee dat je na welke ellende dan ook 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.

Dit is al weer de laatste nieuwsbrief van het jaar. Vrijg jaar kondigden we daarin een speciale [podcast](#) met Stef Bos aan. Nu hebben we een [podcast](#) gemaakt met prachtige filmfragmenten van Robbert Braak. Robbert is trainer/coach en expert in het gebruik van filmfragmenten. Omdat we praten over filmfragmenten is er van deze podcast ook een [videocast](#) waarin je naar de bijzondere filmfragmenten kunt kijken.

- En verder in deze nieuwsbrief:
- Sharmila Tuithof geeft op 9 januari een [gratis webinar](#). Zij groeide op in een onveilige omgeving en werd seksueel misbruikt. In haar webinar vertelt ze hoe ze van slachtoffer naar leiderschap ging.
 - Er zijn de afgelopen periode weer 2 nieuwe [podcastafleveringen](#) uitgekomen.
 - Je kunt nog t/m 31 december ons [essie en derde boek](#) samen kopen voor een gereduceerde prijs. Dus nog maar 12 dagen.
 - Op 16 januari 2024 start onze volgende [basisopleiding PTG](#).
 - Op 12 maart 2024 start onze volgende opleiding tot [PTG-Practitioner / PTG-Coach](#).
 - Je kunt nog steeds [hier](#) de opname van de inspiratiesessie downloaden.
 - Verderop in deze nieuwsbrief tref je een mooie video aan die ook in de [videocast](#) met Robbert Braak is opgenomen.

We wensen je veel lees-, luster- en kijkplezier. Fijne feestdagen en een gezond en liefdevol 2024.

Hartelijke groet,
Anja Jongkind en Greet Vonk

Ahalenzo



Je mag soms best **even** je emoties wegdrukken. Het is dan té veel door- en voor die omstandigheden. Je weet dan bewust dat je het wegdrukt. Je **kies** er dan eigenlijk voor. Dat is prima even voor dat moment. Je mag je emoties dus wel even parkeren, even laten afkoelen, dat hindert niet. Als je jouw emoties op een geschikter moment maar wel weer uit die koelkast haalt. Als je jouw emoties echter in de vriezer stopt en dat doe je vaker, dan creëer je ellende voor jezelf in de toekomst. Het is tenslotte een zekerheid dat het laatste pakje dat je erin propt er ineens voor zorgt dat jouw vriezer niet goed meer sluit. En dat dan alles ineens in één keer tegelijk ontdooit. Dus alle niet-verteerde ellende belandt dan tegelijkertijd op je bord. Eet smakelijk!

Bron: Gelukkig door ont-dekken - Sterker door ellende

Twee nummers 1

Je kunt t/m 31 december 2023 ons eerste boek *PostTraumatische Groei - Sterker door ellende én ons derde boek Cadeautje verpakt in prikkeldraad - Van klacht naar Kracht*, samen aanschaffen voor de aangepaste prijs van € 39,95. Beide boeken stonden meer dan twee weken op nummer 1 van de top 100 van Managementboek.

Je kunt de boeken [hier bestellen](#).

Jacob Collier - The Audience Choir



Gratis Webinar Sharmila Tuithof: Van slachtoffer naar leiderschap

Datum: 9 januari 2024
Tijd: 20.00 - ca. 21.15 uur

Sharmila groeide op in een zeer onveilige omgeving en werd daarnaast van haar 6de tot haar 12de jaar seksueel misbruikt door een zogenaamde huisviend. Ze kreeg door de permanente stress allerlei fysieke klachten, maar niemand vroeg wat er eigenlijk aan de hand was. Ze droeg heel lang haar geheim bij zich, maar op een gegeven moment 'moest het eruit'. Ze vertelt nu haar verhaal in een theatervoorstelling om anderen te inspireren om dwars door de weerstand van de pijn heen te gaan en weer in verbinding met zichzelf en het leven te komen.

In het webinar gaat ze in op:

- Dat ze ondanks alle ellende nu kan zeggen dat ze toch geen ander leven had gewild
- Hoe het bij hen thuis ging. De buitenkant leek prachtig, maar wat achter de voordeur gebeurde was heel anders
- Hoe ze uiteindelijk dwars door de pijn heen ging en ontdekte dat 'alles aankijken' heel anders en ook heel belangrijk is
- Hoe zij van de slachtofferrol naar leiderschap ging en verantwoordelijkheid nam voor haar leven
- Hoe zij aankijkt tegen het gedachtegoed PostTraumatische Groei in relatie tot seksueel misbruik
- Haar theatervoorstelling 'Uit de poppenkast'

Iedereen kan zich [hier aanmelden](#) om dit webinar live te bekijken. Voor deelnemers van de e-learning *PostTraumatische Groei - Sterker door ellende* is het mogelijk om het webinar terug te kijken.

Media

Podcast Cadeautje verpakt in Prikkeldraad

[Bram Bekker was psychiater, stopte daarmee en werkt nu als coach veel met zijn intuïtie in plaats van met protocollen.](#)

Bram was psychiater, maar stopte daarmee omdat hij zich niet meer kon verenigen met de manier waarop hij zijn vak moest uitvoeren. Hij werkte in een zeer geïntellectuele wereld en kan daar niet meer mee uit de voeten. Hij werkt nu veel meer vanuit intuïtie en vindt dat zorgverleners eigenlijk een vorm van kunst is, waarbij bekwaam zijn veel belangrijker is dan bevoegd zijn. Bram is nu coach en initiatiefnemer van 'De Balanskliniek'.

In de podcast praten we onder andere over:

- Zijn trilogie 'Gevoelsarm', 'Oud zeer' en 'Gevoelige zielen'
- Dat hij ontdekte dat de DSM niet werkt, maar dat het gaat om wat er onder de labels zit
- Hoe hij van een protocollen-wereld 'verhuisde' naar werken vanuit intuïtie
- Dat hij zorgverleners kunst vond
- Dat hij vindt dat als je gaat nadenken, je je bij je intuïtie vandaan beweegt
- Het verschil tussen bekwaam en bevoegd
- Dat het vinden van de verbinding met zijn zee een van zijn grootste cadeautjes was in zijn proces van de afgelopen jaren
- Dat je ook kunt groeien door een traumatische voorgeschiedenis en hoe hij het fenomeen PostTraumatische Groei ontdekte
- Of we altijd moeten groeien van ellende
- Dat de kracht die in ons huist groot is, juist ook als het tegenzit
- Dat zijn persoonlijke groei zich weerspiegelt in de verhouding met zijn kinderen
- Dat hij vroeger wel 6000 mensen op zijn uitvaart wilde en nu een stuk of 10
- Zijn extreme sportgedrag
- Dat hij zijn 100-ste marathon wil lopen als hij 100 is

[Robbert Braak is expert in het gebruiken van filmfragmenten met oorspronkelijke impact.](#)

Robbert is leiderschapscoach en -trainer en is specialist in het gebruik van filmfragmenten. Hij merkt in zijn werk dat je door filmfragmenten sneller vanuit je hart kunt praten en dat je daardoor vaak ook sneller tot de kern komt. Voor deze laatste podcast van het jaar heeft Robbert een aantal filmfragmenten geselecteerd die passen bij het gedachtegoed PostTraumatische Groei. In deze podcast licht hij de fragmenten toe en praten we over thema's die aan de orde komen. Je tref de link naar de fragmenten toe en praten we over thema's die aan de orde komen. Je tref de link naar de fragmenten in het commentaar bij de podcast. Je kunt ook de [videocast](#) van deze podcast bekijken. Mocht je meer over het werk van Robbert willen weten, dan kun je kijken op [www.jebentibeterdanjedenkl.nl](#) en [www.filmiezingen.nl](#)

In de podcast praten we onder andere over:

- Het effect van filmfragmenten bij coaching en trainingen
- Anders kijken
- Dat het soms ingewikkeld is om wat je voelt in taal weer te geven
- Professionele vriendschap
- Dat je door filmfragmenten te kijken soms naar je eigen leven zit te kijken
- Het belang van afstand nemen en observeren
- Verbinding maken in een situatie waarbij dat onmogelijk lijkt
- Regie nemen met je totale capaciteit, dus ook met je lichaam
- Je eigen stem vinden
- Ervaring en diploma's

Fragmenten:

1. 'I can be the first' uit [Palmer](#)
2. 'Express yourself' uit [C'mon C'mon](#)
3. 'I have a voice' uit [The King's Speech](#)
4. 'Mistake & creativity' uit [The Secret Little Farm](#)
5. 'Naar de rechter' uit [Hidden Figures](#)
6. 'The Audience Choir' van [Jacob Collier](#)

Workshops, e-learning, opleidingen en gratis inspiratiesessie

E-learning

De e-learning is geschikt voor iedereen die persoonlijk en/of professioneel te maken heeft met ellende of daarin gewoon geïnteresseerd is. Als je de complete e-learning van 4 modules aanschaft, heb je 6 maanden toegang tot de e-learning en gedurende die tijd kun je ook gratis gebruik maken van de community. Als je daarboven behoefte voelt, kun je via de community vragen stellen en antwoorden vinden, [webinars](#) volgen, eventueel andere cursisten 'zoeken' met wie je online of face-to-face met de opdrachten aan de slag kunt gaan, podcasts luisteren, etc. De e-learning is geaccrediteerd door 10 beroepsverenigingen namelijk NIP A&G | A&O, NIP K&J | NVO OG, SKJ, NOBCO, NVVA, VSR, LV POH-GGZ, Kwaliteitsregister V&V en Register Zorgprofessionals, NVPA, LVV, RSC en Register Vaktherapie.

Aanmelden voor de e-learning kan [hier](#).

Gratis inspiratiesessie (online)

Je kunt de opname van de inspiratiesessie terugkijken. Als je je hiervoor aanmeldt dan krijg je per ommekeer een mail met een link naar de opname.

Workshop voor o.a.

[psychologen/coaches/zorgprofessionals/arbeidsdeskundigen/behandelaars](#)
Deze workshop is geaccrediteerd door NIP A&G | A&O, NIP K&J | NVO OG, SKJ, NOBCO, NVVA, VSR, SR, LV POH-GGZ, NVPO, Kwaliteitsregister V&V en Register Zorgprofessionals, NVPA, LVV, RSC en Register Vaktherapie.

Op locatie in Amersfoort € 195,- ex. btw en inclusief boek.

Amersfoort: **maandag 15 april 2024 09.15 - 12.45 uur**

Basisopleiding PTG

Deze 3-dagige basisopleiding is geaccrediteerd door de NIP A&G | A&G, NIP K&J | NVO OG, SKJ, NOBCO, NVVA, VSR, LV POH-GGZ, Kwaliteitsregister V&V en Register Zorgprofessionals, NVPA, LVV, RSC en Register Vaktherapie. Je vindt meer informatie [op onze website](#).

€ 1.350,- ex. btw, inclusief boeken, lesmaterialen, biologische lunch en koffie/thee/water.

Locatie: Het Vogelrijck, De Broeken 3, 7986 PC Wittelte

Lesdagen groep 4:

dinsdag 16 januari 2024 09.30 - 17.00 uur
dinsdag 06 februari 2024 09.30 - 17.00 uur
dinsdag 27 februari 2024 09.30 - 17.00 uur

Opleiding tot PTG-Practitioner / PTG-Coach

De volgende algemene uitvoering van deze geaccrediteerde opleiding start op 12 maart 2024. Deze opleiding is geaccrediteerd door NIP A&O | A&G, NIP K&J | NVO OG, NOBCO, NVVA, VSR, LV POH-GGZ, Kwaliteitsregister V&V en Register Zorgprofessionals, SKJ, Register Vaktherapie en NVPA. In deze opleiding zijn Prof. Dr. Nette Jacobs, Sietse Hoogveen en Joseph Oubelkas gastdocenten. Heb je interesse? Meld je dan snel aan voor het vrijblijvende intakegesprek. Je vindt meer informatie [op onze website](#).

Opleiding tot PTG-Master Practitioner / PTG-Master Coach

De eerste uitvoering van deze opleiding is afgerond op 9 mei 2023 en is alleen te volgen door Certified PTG-Practitioners / PTG-Coaches die daarvoor uitgenodigd worden. De opleiding is geaccrediteerd door NIP A&O | A&G, NIP K&J | NVO OG, NOBCO en de NOBCO. In deze opleiding zijn Prof. Dr. Floortje Scheepers, Sietse Hoogveen en Prof. Dr. Paul Verhaeghe gastdocenten. Deze opleiding start naar verwachting opnieuw in het najaar van 2024. Je vindt meer informatie [op onze website](#).

Veel van onze workshops en opleidingen geven wij ook in-company.

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

Et Emergo - Sterker door ellende

info@et-emergo.nl | www.et-emergo.nl
info@sterker-door-ellende.nl | www.sterker-door-ellende.nl
Greet Vonk 06-13112258 | Anja Jongkind 06-21160759

Et Emergo, De Broeken 3A, 7986 PC Wittelte, Nederland



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