



## Programma opleiding PTG-Practitioner

Hoezo, altijd kwetsbaar blijven of op je grenzen blijven letten na ellende? Dat is nergens voor nodig! Je kunt groeien en daardoor zelfs sterker uit de strijd tevoorschijn komen.

In de wetenschap heet dat fenomeen PostTraumatische Groei, een andere benaming voor 'what doesn't kill you, makes you stronger'.

In deze opleiding leer je hoe je dat gedachtegoed integreert in jouw leven en werk.

### Doelgroep

Deze 10-daagse opleiding is ontwikkeld voor psychologen, psychotherapeuten, artsen, orthopedagogen, coaches, zorgprofessionals, arbeidsdeskundigen, behandelaren en arbo-professionals die betrokken zijn bij de behandeling/coaching/begeleiding van mensen die (dreigen te) verzuimen door psychisch-/emotioneel gerelateerde klachten zoals burn-out, overspanning, depressie, angsten, psychische klachten door ziekten, traumatische ervaringen (van mild tot zeer ernstig) of allerlei andere ellende. We gaan uit van minstens HBO werk-/denk niveau.

### Inhoud

Dag 1: Kennismaking, inbreng persoonlijke casussen, begeleiding bij de 4 fasen van PTG (bezwijken, overleven, herstel en groei), terugval

Dag 2: Wetenschappelijke definitie PTG, de 4 essenties van PTG (worstelproces, transformatie, potentieel ontdekken, 'Sterker-door-ellende-friemeltje'), paren van tegenstellingen

Dag 3: De 5 deelgebieden van PTG, gebruik wetenschappelijke PTG-Vragenlijst, Psychologisch kapitaal, Hedonisme-Eudemonisme, Illusionaire PTG, de begrippen gedragspatronen, kwaliteiten en vertrouwen

Dag 4: PTG is een subjectief begrip, wetenschappelijk model hoe PTG bereikt kan worden, slachtofferschap/altijd-sterk-syndroom

Dag 5: Emoties leren hanteren, emoties zijn normaal, emotieregulatie, emoties adequaat leren uiten (angst, verdriet, boosheid, etc.), overgave

Dag 6: PTG en Vitaliteit, invloed van emoties op alle lichamelijke systemen (concentratievermogen, energieniveau, fysieke gezondheid, etc.), voeding, ontspanning

Dag 7: PTG en de werkomgeving, laatste (wetenschappelijke) inzichten over psychische verzuim en aanpak, amplitie/versterking, social support, begeleiding re-integratie, medelijden-medeleven, organisatiecultuur, houding omgeving

Dag 8: Omgang met en hanteren van zeer heftige emoties, paniek, wanhoop, instorten, suïcidale gedachtes, invloed van heftige emoties op lichaam en geest

Dag 9: Van klachten naar Krachten, de keerzijde van de medaille, invloed van 'oude ellende'/onverteerde emoties (bijv. jeugdtrauma)

Dag 10: Persoonlijke en professionele ontwikkeling, casussen, afronding en evaluatie

## Over de opleiding PTG-Practitioner

De opleiding heeft een doorlooptijd van 8 maanden en bestaat uit de volgende onderdelen:

### Intake/Supervisie

Voor aanvang van de opleiding is er een intake/supervisie-gesprek met Anja Jongkind en Greet Vonk. Tijdens het gesprek wordt geïnterviewd of de opleiding geschikt is voor jou. Gedurende de opleiding zijn er ook nog twee supervisie gesprekken.

### Opleidingsdagen

De opleiding bestaat uit 10 dagen waarin de stof wordt behandeld en geoefend. De lesdagen zijn vooral praktisch van aard (25% theorie / 75% praktijk). Voor sommige lesdagen krijg je huiswerk-opdrachten ter voorbereiding op de lessen. Dit zal beperkt blijven tot enkele uren per week.

### Aan de slag

Meteen na de eerste twee lesdagen ga je in je eigen praktijk of werkomgeving aan de slag met geselecteerde cliënten. Het is de bedoeling dat je daarvan korte verslagen maakt, zodat je met gerichte vragen naar de volgende lesdag kunt komen.

### Intervisie

Tussen de lesdagen in is er in groepjes een online-intervisie bijeenkomst van ca. 2,5 uur met medecursisten. Deze bijeenkomsten zijn niet begeleid.

### Afsluiting

Je sluit de opleiding af door een 'continu' praktijkexamen. Dat betekent dat we tijdens de lesdagen en de supervisie-gesprekken jouw ontwikkeling volgen en bepalen of je het gedachtegoed PTG op Practitioners-niveau hebt eigen gemaakt. Daarnaast beschrijf je in een kort essay (max. 1.000 woorden) je persoonlijke en professionele ontwikkeling. Ook laat je in een casusbeschrijving (max. 1.500 woorden) zien hoe je het geleerde in de praktijk hebt toegepast.

## Doelen

Het doel van de opleiding is om deelnemers:

- diepgaande kennis te geven in het fenomeen PostTraumatische Groei (PTG) en de 4 fasen daarin
- te leren wat het effect van een dergelijk positief label op herstel-/groeiprocessen is
- te leren hoe ze effectief bij kunnen dragen in de verschillende fasen van het PTG-proces
- zelf te laten ervaren wat voor effect PTG-begeleiding heeft op eigen persoonlijke vraagstukken
- te leren hoe ze de wetenschappelijke PTG-vragenlijst in begeleidingstrajecten kunnen gebruiken
- te leren hoe omgegaan moet worden met emoties van klanten op een zodanige wijze dat het bijdraagt aan het realiseren van PTG
- kennis en inzichten te geven over PTG en vitaliteit
- te leren hoe je op Krachten in plaats van klachten gericht kunt zijn
- het PTG-model te leren
- te leren hoe belangrijk de rol/houding van professionals is bij het realiseren van PTG
- te leren welke vormen van ellende je zelf kunt begeleiden en welke voor jou 'te groot' zijn.

## Boeken en literatuur

PostTraumatische Groei - Sterker door ellende	Boek gebaseerd op wetenschap en praktijk	Anja Jongkind en Greet Vonk
Van klacht naar Kracht (mrt/apr 2021)	Boek	Anja Jongkind en Greet Vonk
Levenshandboek (okt/nov 2020)	Boek	Anja Jongkind en Greet Vonk
Posttraumatic Growth Theory, Research and Application (2018)	Wetenschappelijk boek	R. Tedeschi, J.Shakespeare-Finch, K. Taku en L. Calhoun
In flight again with wings that were once broken; effects of post-traumatic growth and personal resources on burnout recovery (2019)	Wetenschappelijk artikel	J. Semeijn, J. van Ruysseveldt, G. Vonk en T. van Vuuren
Posttraumatic Growth: A Comprehensive Evaluation of the Recently Revised Model (2020)	Wetenschappelijk artikel	P. Dursun en I. Söylemez
Posttraumatic Growth at Work (2020)	Wetenschappelijk artikel	S. Maitlis

## Docenten en gastdocenten

### **Anja Jongkind en Greet Vonk**

De opleiding wordt georganiseerd en gegeven door Anja Jongkind (1953) en Greet Vonk (1964) van Et Emergo. Anja en Greet werken sinds 2013 samen binnen Et Emergo en schreven samen het bestseller boek 'PostTraumatische Groei – Sterker door ellende'. Ze hebben PTG-Coaching ontwikkeld en werken daar in de praktijk ook mee. Anja werkt in haar praktijk als therapeut, later als coach al meer dan 40 jaar vanuit deze uitgangspunten. Greet is Master Practitioner coach en zij leerde 'het vak' van Anja. Zij deed een wetenschappelijk onderzoek betreffende PostTraumatische Groei. Haar onderzoek is recent gepubliceerd in het wetenschappelijke tijdschrift International Journal of Workplace Health Management. Naast deze wetenschappelijke achtergrond kunnen zij putten uit jaren praktijkervaring. In de opleiding worden zowel wetenschappelijke inzichten, onze kennis over PTG als onze ervaringen op praktische, herkenbare en bruikbare wijze gedeeld. Dit heeft geleid tot een inspirerende en intensieve opleiding, waarin je diepgaand kennis maakt met het positieve en hoopvolle gedachtegoed van PTG. Dit met als doel dat jij kennis en ervaring verwerft over hoe je dat begrip kunt toepassen in je leven en je werk.

### **Anne-Ruurd Hoogeveen (gastdocent lesdag 6)**

Anne-Ruurd Hoogeveen is werkzaam als kPNI therapeut en osteopaat met vooropleidingen orthomoleculaire geneeskunde en fysiotherapie. In zijn praktijk OsteoVitaal behandelt hij mensen met chronische klachten en aandoeningen. Anne-Ruurd weet tot in detail wat emoties en voeding doen met het menselijk lichaam en dus ook hoe je eventuele klachten kunt herstellen, verminderen of voorkomen. Kortom: hoe je fit en gezond kunt zijn en blijven.

### **Prof. dr. Tinka van Vuuren (gastdocent lesdag 7)**

Tinka is bijzonder hoogleraar aan de Open Universiteit te Heerlen in Strategisch Human Resource Management, in het bijzonder Vitaliteitmanagement. Zij werkt vanaf 2006 als senior consultant bij Loyalis Kennis & Consult, onderdeel van APG, en adviseert werkgevers over personeelsbeleid in de Overheids- en Onderwijssector, in de Zorg en de Bouw. Zij is opgeleid als arbeids- en organisatiepsycholoog en als sociaal psycholoog. Zij is gepromoveerd op de gevolgen van ontslagdreiging voor werknemers. Zij houdt zich o.a. bezig met ziekteverzuimbeleid.

### **Joseph Oubelkas (gastdocent lesdag 8)**

In december 2004 gebeurt er iets wat het comfortabele leven van Joseph Oubelkas totaal op zijn kop zet. Iets dat blijkbaar iedereen zomaar kan overkomen. Van een jonge ondernemer met een succesvol eigen bedrijf verandert hij vanuit het niets in een gevangene in Marokko.

Joseph Oubelkas heeft van 2004 tot 2009 onschuldig daar in een gevangenis onder primitieve omstandigheden moeten zitten. Deze ervaring heeft een zeer grote impact op hem gehad. Toch heeft hij ervoor gezorgd dat hij weer in zijn kracht kwam te staan en is hij er sterker uitgekomen dan hij erin ging.

## PE punten

Er is een aanvraag gedaan voor PE punten bij de NOBCO, NIP, NVvA, KNMG, NVO, SKJ, KNGF, POH-GGZ en VSR.

## Praktische informatie

### Locatie

Het Vogelrijk, De Broeken 3 te Wittelte

### Data

27-okt	10.00	21.30
28-okt	9.00	16.00
18-nov	9.30	17.00
09-dec	9.30	17.00
13-jan	9.30	17.00
10-feb	9.30	17.00
03-mrt	9.30	17.00
31-mrt	9.30	17.00
21-apr	9.30	17.00
11-mei	9.30	17.00

### Prijs

De investering voor deze opleiding bedraagt € 6.450,- excl. BTW. Voor zelfstandigen voor wie dit bedrag een obstakel vormt, kan een regeling getroffen worden.

Deze prijs is inclusief:

- koffie, thee, biologische lunch, etc. op alle lesdagen
- overnachting, biologisch ontbijt en diner tijdens de eerste twee lesdagen
- alle boeken, artikelen en lesmaterialen
- 1 intake/supervisie gesprek met Anja en Greet voor aanvang van de opleiding
- 2 supervisie gesprekken gedurende de opleiding

Mocht tijdens het intake/supervisie-gesprek blijken dat de opleiding niet passend is, dan zal € 6.000,- gerestitueerd worden.

### Bijzonderheden

Mensen die de opleiding succesvol afronden, krijgen een certificaat.

Tevens vermelden wij hen op onze website, indien gewenst.

## Vragen? Meer informatie

Mocht je nog vragen hebben over deze opleiding, neem dan gerust contact met ons op. Je kunt daarvoor bellen/mailen/appen naar Greet Vonk. Zij is bereikbaar via [greet@et-emergo.nl](mailto:greet@et-emergo.nl) en 06 13 91 26 58