# Programma opleiding PTG-Basic

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 basis-opleiding leer je de grondbeginselen van het gedachtegoed PTG.

## Doelgroep

Deze 3-daagse opleiding is ontwikkeld voor psychologen, coaches en andere professionals die betrokken zijn bij de behandeling/coaching/begeleiding van mensen die te kampen hebben met psychisch-/emotioneel gerelateerde klachten zoals burn-out, overspanning, depressie, angsten, psychische klachten door ziekten, milde traumatische ervaringen of allerlei andere ellende.
We gaan uit van minstens HBO werk-/denk niveau.

## Inhoud

De opleiding bestaat uit 3 dagen waarin de stof wordt behandeld en geoefend. De lesdagen zijn vooral praktisch van aard. Voor sommige lesdagen krijg je huiswerk-opdrachten ter voorbereiding op de lessen.

Dag 1 Van klacht naar Kracht: de 4 essenties van PTG, PTG-Vragenlijst, teveel / te weinig gebruikte mogelijkheden, sterker door ellende friemeltje, herkennen, erkennen en hanteren

Dag 2 Emoties leren hanteren: emoties in de 4 fasen van PTG, luisteren, regie geven, overgave bevorderen, emoties verteren

Dag 3 Het PTG-proces en PTG-resultaat: psychologisch kapitaal, hedonisme-eudemonisme, voor en

na-PTG tijdperk, PTG en de omgeving, wetenschappelijk model PTG, persoonlijke ontwikkeling

## Doelen

## **Het doel van de opleiding is om deelnemers:**

* basis-kennis te geven over het fenomeen PostTraumatische Groei (PTG) en de 4 fasen daarin
* te leren wat het effect van een dergelijk positief label op herstel-/groeiprocessen is
* kennismaken met het effect PTG-begeleiding
* kennis maken met de wetenschappelijke PTG-vragenlijst
* te leren hoe omgegaan moet worden met emoties op een zodanige wijze dat het bijdraagt aan het realiseren van PTG
* kennis te maken met hoe je op Krachten in plaats van klachten gericht kunt zijn
* de basis van het PTG-model te leren
* te leren hoe belangrijk de rol/houding van professionals is bij het realiseren van PTG

## Boeken en literatuur

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| PostTraumatische Groei - Sterker door ellende | Boek gebaseerd op wetenschap en praktijk | Anja Jongkind en Greet Vonk |
| Gelukkig door ont-dekken - Sterker door ellende (okt/nov 2020) | Boek | Anja Jongkind en Greet Vonk |
| 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 at Work (2020) | Wetenschappelijk artikel | S. Maitlis |

## Docenten

**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 basis-opleiding, waarin je 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.

## PE punten

Er is een aanvraag gedaan voor PE punten bij de NOBCO, NIP A&O | A&G | K&J, VSR, KNGF, NVO, SKJ en POH-GGZ.

## .

## Praktische informatie

**Locatie**

In het midden van het land.

**Data**

Elke lesdag is van 9.30 – 17.00 uur.

Lesdagen:

* 25 november 2020
* 16 december 2020
* 20 januari 2021

**Prijs**

**De investering voor deze opleiding bedraagt € 1.595,- excl. BTW. Voor zelfstandigen voor wie dit bedrag een obstakel vormt, kan een betalingsregeling getroffen worden.**

**Deze prijs is inclusief:**

* koffie, thee, lunch, etc. op alle lesdagen
* alle boeken, artikelen en lesmaterialen

## Bijzonderheden

Mensen die de opleiding volledig volgen, krijgen een certificaat.

## 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 en 06 13 91 26 58