

Ik kwam, zag en werd misbruikt

In 10 + 2 verhalen

Over leven en herstel na mishandeling, misbruik
en seksuele uitbuiting

HARDCOVER EDITIE:
Inclusief 2 extra verhalen!

Ik kwam, zag en werd misbruikt

In 10 + 2 verhalen

Over leven en herstel na mishandeling, misbruik
en seksuele uitbuiting

Tetje Punter

Sommige namen in dit boek zijn om privacy redenen gefingeerd.
Daarnaast zijn details in dit boek voor vertelling in boekvorm op
punten weggelaten.

© Tetje Punter | Esther van Wageningen
Auteur: Tetje Punter
Gastauteur: Esther van Wageningen
ISBN: 9789464657982



www.tetjeschrijft.nl



www.rheset.nl

And I know, sometimes it feels just like the world is ending
Those days where nothing seems to go your way
Well, with me, you really don't have to pretend that
It's all okay, if you're not okay

'Cause I know the last few years
Have been a test of character
Remind ourselves on darker days
The best is yet to come
In life, I've made a few mistakes
But you were never one, my love
Tom Walker - The best is yet to come

This one's for you, my dear.

“Let life make you better, not bitter”

- Author unknown

Lezing “Ik kwam, zag, werd misbruikt & pakte de regie”



In een verdiepende lezing vertellen Tetje en Esther binnen uw organisatie over het meemaken van traumatische gebeurtenissen en het ontstaan van de klachten die daarbij horen. Bijna iedereen herkent wel gevoelens van stress, spanning en angst. Zaken die de dagelijkse gang van mensen met trauma's, groot of klein, beïnvloeden en belemmeren.

Tetje schreef “Ik kwam, zag & werd misbruikt”, een boek over haar gewelddadige en traumatische verleden.

Vele jaren van therapie en behandeling met medicatie brachten geen verlichting van de klachten. In de Brein Regie Methode vond Tetje een effectieve methode om angst en stress te elimineren. Tetje vertelt in de lezing over haar ervaringen met geweld, trauma, de ggz en de Brein Regie Methode.

Esther is stressfysioloog en werkt met de Brein Regie Methode. Zij weet haarscherp duidelijk te maken waarom iedereen te maken kan krijgen met klachten zoals stress, angst, trauma, spanning en druk en dat dit door middel van de Brein Regie Methode kan worden opgelost.

Vanuit eigen ervaringen en op basis van de meest recente onderzoeken naar de werking van het brein, fysiologie en trauma vertellen Tetje en Esther een verhaal dat hoop en perspectief biedt voor mensen die last hebben van belemmeringen in hun leven.

In overleg met uw organisatie kunnen aanvullende workshops, vraag- en antwoordsessies of studiedagen worden georganiseerd. Neem contact op en vraag naar de mogelijkheden.

www.tetjeschrijft.nl

www.rheset.nl

**Hoe het delen van
mijn verhaal begon**

