

**ELLEN JANSEGERS**

**ZWIJGEN IS GOUD – tekst**

Zowat een derde tot de helft van de wereldbevolking is in min of meerdere mate introvert. Maar wat wil dat concreet zeggen? In de lezing ‘Zwijgen is Goud: introvert in een extraverte wereld’ belicht Ellen Jansegers alle aspecten van introversie.

Het boek verscheen bij Uitgeverij Horizon.

Als mens zouden we er baat bij hebben om meer naar introverte mensen te luisteren. De waarheid zit vaak verborgen achter het luidruchtige gekakel. - Dirk De Wachter

Wat betekent het precies ? Hoe is het begrip ontstaan en wat doet het met de hersenen ? Introvertie heeft ook een impact op relaties, werk en opvoeding.

Ellen Jansegers gaat daarbij in tegen alle clichés en roept op om eindelijk de positieve kanten van introversie te erkennen. Ellen Jansegers wisselt theoretische inzichten af met persoonlijke anekdotes en citaten uit de interviews met meer en minder bekende introverten, die ze afnam voor het gelijknamige boek, zoals van premier Alexander De Croo, Sam De Bruyn, Stephanie Coorevits en prof. Stijn Baert.

Verwacht een toegankelijke lezing vol herkenbare verhalen, aangevuld met concrete tips en tricks.

**Biografie – kort**

Ellen Jansegers is freelance schrijver, journalist, interviewer, redacteur en communicatiemedewerker. Ze heeft een master in Journalism Studies. Ze werkte elf jaar als communicatiemedewerker bij verschillende bedrijven. Na een depressie en burn-out werd het duidelijk dat ze haar stille en gereserveerde kant niet langer kon en mocht wegduwen. Ze is eigenaar van [www.hetstillemeisje.com](http://www.hetstillemeisje.com), een blog over introversie, hoogsensitiviteit, creativiteit en mentaal welzijn.

**Biografie - lang**

Ellen Jansegers (° 1987) is auteur, blogger, redacteur en journalist. Ze heeft een master in Journalism Studies. Tijdens haar studies liep ze stage bij een Vlaamse kwaliteitskrant. Ze is eigenaar van hetstillemeisje.com, een blog over introversie, hoogsensitiviteit, creativiteit en mentaal welzijn.

In 2022 verscheen haar non-fictiedebuut 'Zwijgen is Goud, Introvert in een Extraverte Wereld' bij Uitgeverij Horizon. Daarin belicht ze alle aspecten van introversie. Wat het precies betekent, hoe het begrip is ontstaan, wat het met de hersenen doet en welke impact het heeft op relaties, werk en opvoeding.

Ze gaat daarbij in tegen alle clichés en roept op om eindelijk de positieve kanten van introversie te erkennen. Ze wisselt theoretische inzichten af met persoonlijke anekdotes en getuigenissen van meer en minder bekende introverten, zoals premier Alexander De Croo, Dirk De Wachter, Sam De Bruyn, Stephanie Coorevits en prof. Stijn Baert.

Ze werkte vijf jaar aan Zwijgen is Goud. Het werd opgepikt door Vlaamse en Nederlandse media. Geïnterviewden Alexander De Croo, Sam De Bruyn en Stijn Baert deelden hun medewerking via hun sociale media.