

OPTIE B van Sheryl Sandberg: een hartverscheurend, troostrijk en hoopgevend verhaal

Hoe vind je kracht in moeilijke tijden?

19 APRIL 2017, AMSTERDAM

SAMENVATTING

In OPTIE B opent Facebooks COO Sheryl Sandberg haar hart vanaf het hartverscheurende moment dat zij haar man, Dave Goldberg, in elkaar gezakt in het fitnesscentrum aantreft. Haar persoonlijke confrontatie met onmetelijk verlies combineert ze met het verrassende onderzoek naar kracht vinden in tijden van tegenspoed van Adam Grant, een van de tophoogleraren van de universiteit van Pennsylvania. In OPTIE B laten deze #1 New York Times-bestselling auteurs zien dat de menselijke geest het vermogen heeft om door te gaan, en opnieuw vreugde te ontdekken. Verschijnt op 20 juni 2017.

Sheryl Sandberg was er na de plotselinge dood van haar echtgenoot vast van overtuigd dat echte vreugde voor haar en haar kinderen voortaan verleden tijd zou zijn. 'Ik bevond me in "de leegte",' schrijft ze, 'een enorme holte die je hart en longen opvult en een rem vormt op je vermogen om te denken of zelfs maar adem te halen.' Haar vriend Adam Grant, psycholoog aan de Wharton School van de universiteit van Pennsylvania, vertelde haar dat mensen concrete stappen kunnen zetten om zich te herpakken na een schokkende ervaring. We komen niet met een vaste hoeveelheid veerkracht ter wereld. Veerkracht is een spier en ieder mens is in staat deze te trainen.

Optie B beschrijft het acute verdriet en het isolement dat Sheryl na de dood van haar man ervoer. Het boek gaat echter over meer dan Sheryls verlies: het laat ook zien hoe allerlei verschillende mensen hun persoonlijke leed – zoals ziekte, werkloosheid, aanranding en verkrachting, natuurrampen en oorlogsgeweld – te boven zijn gekomen. Hun verhalen tonen aan dat de menselijke geest het vermogen heeft om door te gaan, en opnieuw vreugde te ontdekken.

Veerkracht komt uit ons binnenste, maar we danken die kracht ook aan steun van buitenaf. Wie een diepere zin vindt in zijn bestaan en zich gewaardeerd voelt, is zelfs na de meest verpletterende gebeurtenissen in staat om te groeien. *Optie B* leert ons hoe we anderen in een crisisperiode kunnen helpen, hoe we mededogen met onszelf kunnen ontwikkelen, hoe we sterke kinderen kunnen opvoeden om een veerkrachtig gezin te vormen, zodat we alles wat er op ons pad komt de baas kunnen. Twee weken na de dood van haar man wilde Sheryl dat haar kind een vader-kindactiviteit zou ondernemen. 'Ik wil Dave,' hilde ze. Haar vriend antwoordde: 'Optie A is niet beschikbaar', waarop hij haar beloofde te helpen het beste te maken van optie B.

Ieder van ons heeft op de een of andere manier wel te maken met een optie B. Dit boek helpt ons er het beste van te maken.

Optie B verschijnt 20 juni.

Titel: Optie B | Auteur: Sheryl Sandberg en Adam Grant | Omvang: ca. 288 pag. | Prijs: € 19,99 |

ISBN: 978-94-005-0858-3 | Verschijnt: 20 juni 2017 | Ook leverbaar als e-book | Prijs: € 13,99 |

ISBN: 978-90-449-7625-0

NB: graag bij gebruik van de auteursfoto's voor de copyright Matt Albiani vermelden.



RELEVANTE LINKS

 Facebookprofiel Sheryl Sandberg

<https://www.facebook.com/sheryl>

 Website Adam Grant

<http://www.adamgrant.net/>

 Boekgegevens

<https://issuu.com/awbruna/docs/levzomer2017/24>

CITATEN

"Ik raad iedereen ter wereld dit boek aan. Niemand van ons kan ontsnappen aan verdriet, verlies of teleurstelling. Daarom is de beste oplossing je optie B te vinden."

— Malala Yousafzai, winnares Nobelprijs voor de Vrede

"Sheryl beschrijft haar hartverscheurende ervaringen met een opmerkelijke eerlijkheid. Samen met Adam vertaalt ze haar persoonlijke verhaal in een krachtige, praktische gids voor iedereen die veerkrachtiger wil worden in zijn persoonlijke leven, gemeenschap of bedrijf."

— Bill en Melinda Gates, voorzitters van de Bill & Melinda Gates Foundation

"Inzichtelijk, origineel en zeer inspirerend. Optie B is deels een meeslepende memoire, deels een genees-je-hart-bootcamp en deels verhalen over anderen die kracht vonden in de confrontatie met onmetelijk verlies: een essentieel boek over verlies en veerkracht."

AFBEELDINGEN



Sheryl Sandberg and Adam Grant
PHOTO CREDIT: Matt Albiani

CONTACTPERSONEN



Saskia Hausel

PR non-fictie

Saskia.hausel@awbruna.nl

Telefoon: + 31 (0)20 2181621

Mobiel: +31 (0)6 21209234

📍 hausel



Marije Lenstra

PR non-fictie

Marije.lenstra@awbruna.nl

Telefoon: + 31 (0)20 218 1605

Mobiel: +31 (0)6 2120 9450

OVER LEV.

Lev. is het non-fictiefonds van A.W. Bruna met boeken die mensen informeren, inspireren en motiveren. Bij Lev. verschijnen boeken van auteurs zoals [Brené Brown](#), [Berthold Gunster](#) en [Marie Kondo](#).

Klik [hier](#) voor de laatste brochures.



Lev.newsroom