

Dr. Stefan Junker

Krise? Hirn an!

WORKSHOP

Klar denken und handeln bei trüben Aussichten.

Überall ist gerade Krise. Aber wie geht das eigentlich ganz praktisch: gut mit Krisen umgehen? Sicherheit finden in unsicheren Zeiten? Was kann jeder selbst tun, wenn die Dinge immer brenzlicher werden? Wenn Lösungsversuche nicht oder nur eingeschränkt greifen, im Gegenteil: manchmal alles nur noch schlimmer machen? Der Workshop ist all diesen Fragen auf der Spur und zeigt Auswege aus Sackgassen und Teufelskreisen. Im Workshop werden Werkzeuge und Haltungen vermittelt, die ein sicheres Navigieren durch Krisenzeiten ermöglichen.



Dr. Stefan Junker

Lehrtherapeut Helm-Stierlin-Institut in Heidelberg, Psychologe und Psychotherapeut, ausgezeichnet mit dem Georg-Gottlob-Studienpreis für angewandte Psychologie, Co-Founder und fachlicher Leiter der Online-Selbsthilfe-Plattform couch:now

05. Mai 2023 um 14:30 Uhr