

Chef und Chefin werden von meinen Ängsten

VPA Linz 6./7.10.22

Susy Signer-Fischer Lic-phil.

Fachpsychologin für Psychotherapie und Kinder- und Jugendpsychologie FSP

Workshop 90m

Es geht meist darum, eine gute Balance zwischen der Angst und der Sicherheit zu finden und weniger darum, die Angst einfach zum Verschwinden zu bringen. Es ist gut, wenn die jungen KlientInnen die Angst zuerst kennen lernen, der Angst ins Auge blicken, um dann Strategien zu entwickeln, Chef und Chefin von diesem Teil, der Angst, zu werden.

In diesem Workshop werden Strategien erarbeitet, wie dies gelingen kann.