

## Ihr Nutzen

## Preis pro Teilnehmer

EUR 40,- exklusive der gesetzlichen MwSt.

## Seminardauer

2,1 Stunde(n)/Hour(s)

## Seminarinhalte

- \* Einführung in die Psychologie: Willkommen
- \* Emotionsprofil: Einführung
- \* Achtsamkeit und Akzeptanz: Einführung
- \* Psychologie: Emotionen zulassen und aushalten
- \* Emotionsregulation: Einführung
- \* Psychologie: Emotionsregulation
- \* Psychologie: Emotionen verstehen und verändern

## Voraussetzungen

Keine

## Hinweise

2 Std 10 min

Version:

