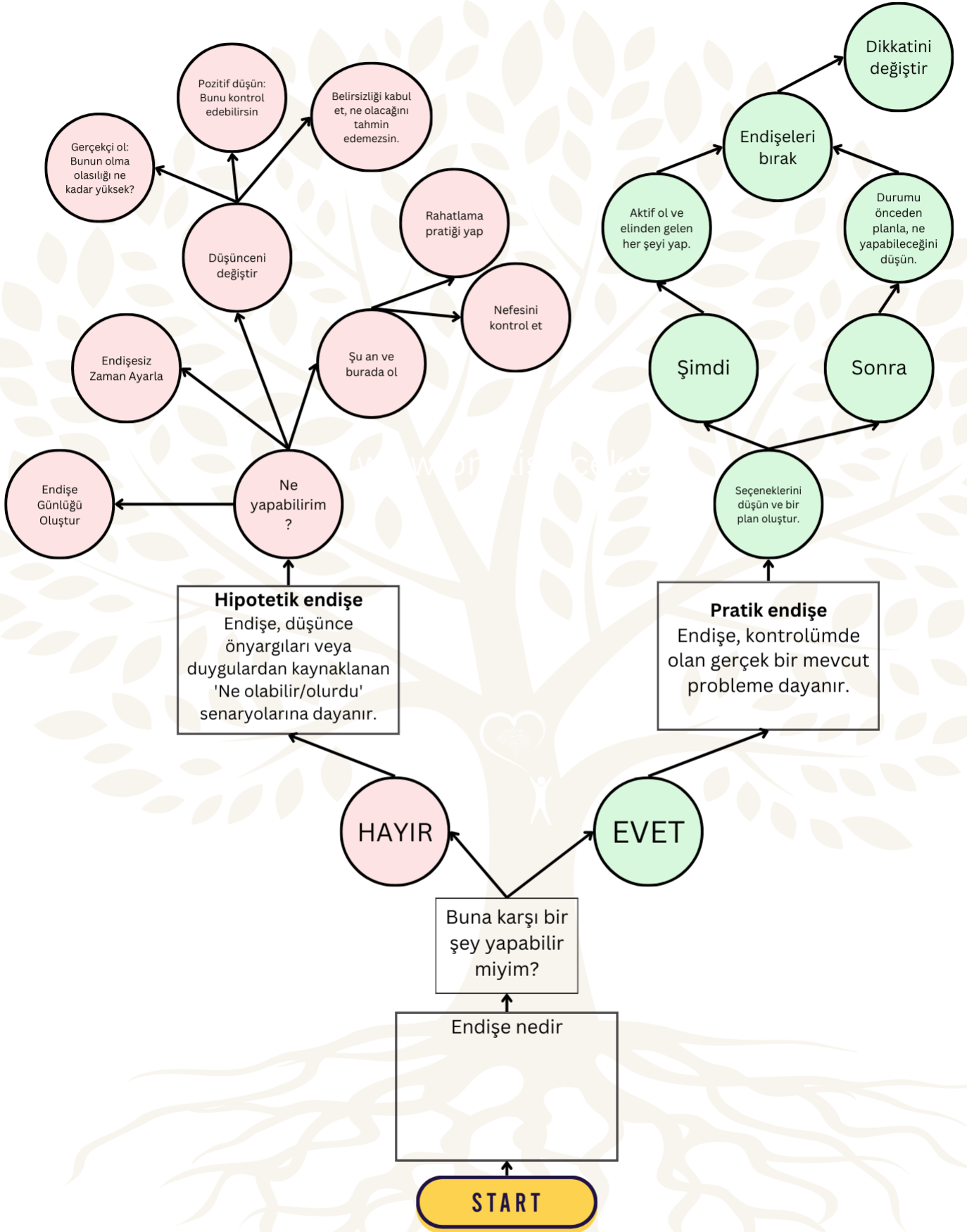


Endiše Ağacı

Endiše Ağacı, kaygılı düşüncelerle başa çıkmaya yardımcı olan görsel bir araçtır. İnsanlara gerçek ve hipotetik endişeler arasında ayırım yapmalarına yardımcı olur. Bu süreç, korkuların fark edilmesi ve ele alınması ve ardından bu endişelerle etkili bir şekilde başa çıkmak için bir başa çıkma stratejisinin uygulanmasını içerir. Endiše Ağacı, korkuları azaltmak ve yönetmek için pratik bir çerçeve olarak hizmet eder.



Sara Cicek

www.praxiscicek.de