

Kā krīzē parūpēties pašam par sevi? Kas jāzina par cilvēka garīgo un emocionālo higiēnu?

Krīzes subjektīvie un objektīvie aspekti. Kā krīzi pārvarēt, nevis iestrēgt tajā uz gadiem? Kā apstrādāt zaudējumus, neiestrēgt viltus risinājumos un nenodot ievainojumus nākamajām paaudzēm? Informācijas higiēna: kā izvairīties no toksiskas informācijas?

Semināru vada Institūta pasniedzējs, psiholoģijas doktorants Indulis Paičs.

SEMINĀRU STRUKTŪRA

Ņemot vērā to, ka daudzi cilvēki ikdienā jau tāpat daudz laika pavada pie datoriem, semināri veidoti kompakti, bet saturīgi. Paredzētais semināra garums ir 120 minūtes (esam paredzējuši arī iespēju seminārus īsināt līdz 90 minūtēm). Semināra uzbūve:

- 90 min. lekcija,
- 30 min. jautājumu un atbilžu daļa.

Katra semināra cena 820.00 EUR (bez PVN 21%).

Pasūtot divus seminārus, kopīgā cena 1500.00 EUR (bez PVN 21%).

Pēc vienošanās par datumu un laiku, nosūtīsim saiti uz Institūta *Zoom* platformu. Semināra dalībnieku skaits nav ierobežots. Lēmumu par dalībnieku sastāvu un skaitu pieņem uzņēmuma vadība.

Interesenti aicināti rakstīt uz juris.rubenis@iii3.lv