

Lesung im "Stöffchen"

Autorin liest aus ihrem Bestseller

"Das Katzenprinzip" - Sieben Wege aus der psychischen Krise



Bestseller-Autorin Christiane Wirtz stammt aus Köln.

Foto: Norman Wollmacher

Meckenheim. Im Mai erschien „Das Katzenprinzip - Immer auf den Füßen landen - Sieben Wege aus der psychischen Krise“ der Spiegel-Bestsellerautorin Christiane Wirtz. Am Mittwoch, 11. September, liest die Kölnerin im „Stöffchen“ des Sozialpsychiatrischen Zentrums in Meckenheim,

Adolf-Kolping-Straße 5, aus ihrem neuen Buch. Einlass ist um 19 Uhr, der Eintritt ist frei.

Christiane Wirtz weiß aus eigener Erfahrung, wie man psychische Krisen überwindet und immer wieder auf den Füßen landet. „Das Katzenprinzip“ – so nennt sie sieben Grundregeln, denen sie nach

ihrer Psychose instinktiv folgte und die ihr in ein neues Leben halfen. Sie wollte sie selbst bleiben. Mit den Regeln des Katzenprinzips hat sie es geschafft. Ein Buch nicht nur für Menschen, die eine psychische Krankheit haben, sondern für alle, die ihre Resilienz stärken und ihre Krise in Angriff nehmen wollen.

Wirtz, die heute als systemischer Coach arbeitet, fasst in diesem Buch zusammen, was ihr selbst geholfen hat. Außerdem gibt sie einen Einblick in aktuelle psychotherapeutische Ansätze, die im Scheitern und in Krisen das Positive herausarbeiten und sie hinterfragt einige Ansichten des Psychiatriesystems. Das Buch ermuntert Leserinnen und Leser, an sich selbst zu glauben und vermittelt, wie man auch in scheinbar ausweglosen Situationen eigene Perspektiven und Ziele entwickeln kann.

Informationen und Platz-Reservierung: Telefon 0203-479464-0 oder per Mail spz@skm-rhein-sieg.de.