

“STRESLE ETKİLİ BAŞA ÇIKMA” ÇALIŞMA GRUBU

AMAÇ:

- * Değişen koşullar karşısında stres düzeyini kontrol altında tutmak
- * Performans ve yaşam kalitesini artırmak
- * Stresle etkili başa çıkma becerilerini kazandırmak

Grup Çalışmasına katılım sayısı en fazla 12 kişi ile sınırlı olacağından katılmak isteyenlerin en geç 22.05.2017 Pazartesi günü saat 17.00'ye kadar web sayfamızdaki [Çalışma Grubu Katılım Formu](#)'nu doldurup nccogpdm@metu.edu.tr'ye göndermesi gerekmektedir.

Tarih: 23.05.2017

Saat: 17.45-19.45

Yer: ÖGPDM Grup Odası

Grup Çalışmasını Yöneten: Uzm. Psk. Dan. Sevgül Canova



ODTÜ

KUZEY KIBRIS
KAMPUSU