



GAZİ ÜNİVERSİTESİ  
SÜREKLİ EĞİTİM UYGULAMA VE  
ARAŞTIRMA MERKEZİ

&

GAZİ ÜNİVERSİTESİ  
FEN FAKÜLTESİ  
MATEMATİK BÖLÜMÜ

## PSIKOLOJİK İYİ OLUŞ SEMİNERLERİ -2

### Duygusal Yolculuk: Stres, Kaygı ve Duygu Yönetimi

Serap DEMİRAY  
Pozitif Psikoterapist, Aile Danışmanı



- \* Duygusal İlişkilerin Temelleri
- \* Stres ve Kaygının Kökenleri
- \* Duygu Yönetimi Becerileri
- \* Pratik Uygulamalar



01 Kasım 2023 Çarşamba Saat : 15:30



Gazi Üniversitesi Fen Fakültesi  
75. Yıl Konferans Salonu, Derslik Bloğu,  
Giriş Kat, Merkez Kampüs

**Katılım  
Ücretsizdir.**

[gazisem.gazi.edu.tr](http://gazisem.gazi.edu.tr)

