



HACI LÜTFİYE ŞİRECİ REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞI KORUMAK İÇİN YAPABİLECEKLERİN

KENDİNİ VE YETENEKLERİNİ FARK ET, KENDİNE ZAMAN

AYIR.

KENDİNİ KEŞFETMENİ SAĞLAYACAK FIRSATLARA
YÖNEL.

SIKI BAĞLAR
KUR.

HEDEFLER BELİRLE VE ONLARA DOĞRU
İLERLE.

SENI ZORLAYAN ŞEYLERLE YÜZLEŞMENE YARDIMCI OLAÇAK ADIMLAR AT.

DEĞİŞİMİN DOĞAL VE KAÇINILMAZ OLDUĞUNU KABUL
ET.

BAŞKALARINA YARDIM ET.

