



Εργαστήριο Ψυχολογικής
Συμβουλευτικής Φοιτητών

- ❑ Δυσκολεύεσαι να ελέγξεις το θυμό σου;
- ❑ Θυμώνεις εύκολα;
- ❑ Δυσκολεύεσαι να εκφράσεις τα συναισθήματά σου;
- ❑ Συγκρούεσαι συχνά με τους άλλους;
- ❑ Δυσκολεύεσαι να πεις όχι;
- ❑ Αναγκάζεσαι να κάνεις συνεχώς υποχωρήσεις, προκειμένου να μη θυμώσεις ή να μη στενοχωρήσεις τους άλλους;
- ❑ Φοβάσαι ότι αν πεις τη γνώμη σου οι άλλοι θα σε κρίνουν;

Αν σε κάποιο από τα προηγούμενα αναγνωρίζεις τον εαυτό σου και δε σου αρέσει και τόσο, μπορείς να κάνεις κάτι γι' αυτό!



Ομαδικό Πρόγραμμα για τον Έλεγχο του Θυμού

Συντονισμός: Ιωάννα Αποστολοπούλου και Αναστασία Σοφianoπούλου

Πληροφορίες - Δηλώσεις Συμμετοχής

Εργαστήριο Ψυχολογικής Συμβουλευτικής Φοιτητών

(Φιλοσοφική Σχολή, γραφείο 511)

Καθημερινά, 10.00 - 15.00

Τηλέφωνο: 210-7277554