

Sağlıklı Yaşam tarzı

Olumlu Düşünme

Gevşeme ve
nefes
egzersizleri

Planlı Çalışma

Profesyonel
yardım al



SINAV KAYGISI NASIL YÖNETİLİR?

“Sınav kaygısı yaşamak normaldir, ancak üstesinden gelmek için stratejilere sahipsin! Kendine güven ve başarının anahtarının senin elinde olduğunu unutma!”



Süleyman Şah Mah. İstasyon Cad. No: 25 Akçakale/ŞANLIURFA



0 (414) 411 25 27



<https://akcakaleram.meb.k12.tr>



@akcakaleram