



T.C.
ANADOLU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Genel Sekreterlik
Yazı İşleri Müdürlüğü

Sayı : E-63784619-010.99-507475
Konu : Kendi Kendine Yardım Destek
Platformu

27.03.2023

81 İl Valiliklerine

Üniversitemiz tarafından geliştirilen ve depremin psikolojik etkileri ile baş edebilmek için ihtiyaç hisseden herkese yardım alma imkânı sunan "Kendi Kendine Yardım Destek Platformu" tüm vatandaşlarımızın kullanımına açılmıştır.

Birçok psikolojik problemde etkililiği ispatlanmış olan Bilişsel Davranışçı Terapi yöntemleri temel alınarak hazırlanan platforma dileyen herkes <https://kendikendineyardim.anadolu.edu.tr/> adresinden ulaşarak ücretsiz destek alabilmekte olup, konuyla ilgili afiş yazımız ekinde gönderilmektedir.

Bilgilerini, vatandaşlarımıza söz konusu platformla ilgili duyurunun yapılması hususunda gereğini arz ederim.

Prof. Dr. Fatih TEMİZEL
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

Ek:Afiş

Dağıtım:
81 İl Valiliklerine

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BSAA9FZTL9

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/anadolu-universitesi-ebys>

Yunus Emre Kampüsü Tepebaşı/Eskişehir
Telefon No:+90 222 335 05 80/1352-1353 Faks No:+90 222 335 36 16
e-Posta:gensek@anadolu.edu.tr İnternet Adresi:www.anadolu.edu.tr
Kep Adresi:anadoluuniversitesi@hs03.kep.tr

Bilgi için: Nuray YEŞİLTAŞ
Memur
Telefon No: 1352

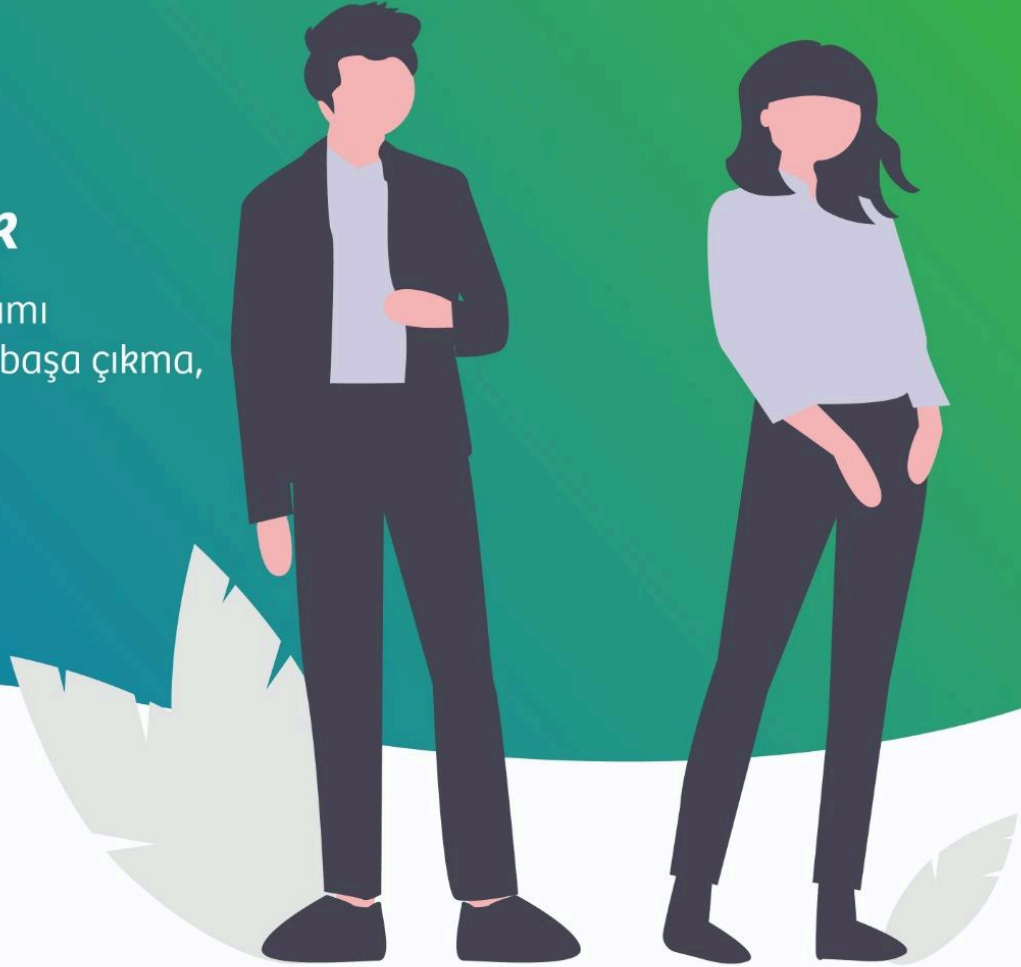




Kendi Kendine Yardım Platformu

Psikososyal Destek

Bilişsel davranışçı terapi yaklaşımı temelli depresif duygudurumla başa çıkma, kaygı ile başa çıkma ve stres ile başa çıkma programları



kendikendineyardim.anadolu.edu.tr

