

Taller:

“COMO ADAPTARSE A SITUACIONES NUEVAS”

Dirigido a:

La comunidad universitaria

Objetivos:

Aprender a gestionar el estrés que nos produce encontramos ante situaciones desconocidas. Para ello, conoceremos los diferentes tipos de estrés, la relación entre éste y el rendimiento, así como estrategias de afrontamiento.

FECHA TALLER: 15 abril 2021

HORARIO: 12:00 h a 14:00 h

INSCRIPCIONES: sap@uma.es

ORGANIZA: SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA
Vicerrectorado de Igualdad, Diversidad y Acción Social

GRATUITO

Servicio de
ATENCIÓN PSICOLÓGICA

uma.es



UNIVERSIDAD DE MÁLAGA