



TED UNIVERSITY

Psikolojik İyi Oluşumuzu Nasıl Artırırız (How to Cultivate Psychological Well-being)

*The gift and
power of
emotional
courage /
Susan David*



*Psychological
flexibility:
How love
turns pain into
purpose /
Steven Hayes*





TED UNIVERSITY

*They Love Me,
They Love Me
Not – And
Why It
Matters /
Ronald
Rohner*



*Nasıl mutlu
olurum?
Psikolojik
Sermaye
Nedir? / Prof.
Dr. Acar
Baltaş*

Hülya Mutlu ile
**TAM ÜSTÜNE
BASTIN**

13 Şubat Cumartesi
17.00'de
Psikolog
Acar Baltaş
ile birlikteyiz!



[LinkedIn/Hulyamutlu](#)
[YouTube/Hülya Mutlu](#)
[Twitter/@MutluHulya](#)

Tüm sosyal medya platformlarından canlı izleyebilirsiniz.



TED UNIVERSITY

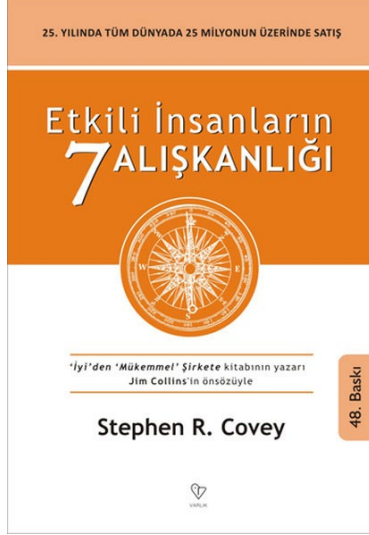
*Hayatın
hakkını
vermek / Prof.
Dr. Acar
Baltaş*





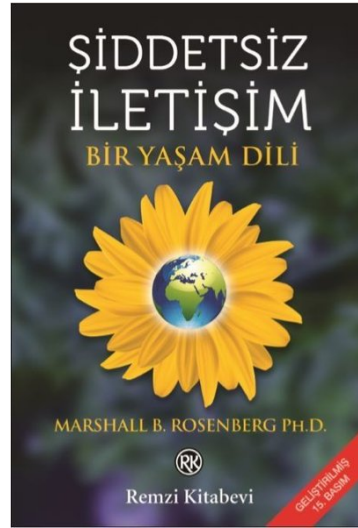
TED UNIVERSITY

*Etkili
İnsanların 7
Alışkanlığı –
Stephen R.
Covey / ABP
Yayınevi*



*İnsan Olmak
– Engin
Geçtan /
Metis
Yayıncılık*

*İyi
Hissetmek –
David Burns
(E. Tuncer,
Çev.) /
Psikonet
Yayıncılık*



*Şiddetsiz
İletişim: Bir
Yaşam Dili
– Marshall
B.
Rosenberg
(S. Alper,
Çev.) /
Remzi
Kitabevi*

Makale
Önerisi

How to be resilient: <https://psyche.co/guides/resilience-is-like-a-muscle-build-it-up-when-life-pulls-down>