

GLAMI

NG araştırmasından stres çıktı | Ne mutluyuz ne de umutsuz!

Kamuoyu araştırma şirketi tarafından geçtiğimiz ayın son çeyreğinde yapılan çalışmada toplum psikolojisi vatandaşlara soruldu, ilginç veriler ortaya çıktı

SON DAKİKA

TÜMÜ

- SAGLIK** 4 saat önce
Yazın kalp sağlığını korumak için 9 öneri
- KIMDIR?** 5 saat önce
Dr. Murat Berksoy kimdir?
- SAGLIK** 5 saat önce
Elma tipi vücut yapısı demansa yakalanma nedeni olabilir
- EKONOMİ** 5 saat önce
Türkiye, dünyada konut fiyatları en çok uzulayan ikinci ülke
- TEKNOLOJİ** 6 saat önce
En çok güneş kremi ve uçak bileti aradık
- GÜNDEM** 6 saat önce
Kurban Bayramı'nda bağışlarınız Darüşşafaka'lı çocuklara umut olsun!
- TEKNOLOJİ** 6 saat önce
Price&Me böyle doğdu | Kızına bebek arabası almak istedi, şirket kurdu
- EKONOMİ** 7 saat önce
LAV Ayran Bardağı ile Bayram Sofralarına Nostalji ve Şıklığı Taşıyor
- EKONOMİ** 7 saat önce
Türk Zırhlı Muharebe Aracı HIZIR'lar Afrika Yolunda
- SPOR** 17 saat önce
Süper Lig Şampiyonu M.Başakşehir
- SPOR** 17 saat önce
Trabzonspor 3 - Konyaspor 4
- SPOR** 17 saat önce
Beşiktaş 2 - Fenerbahçe 0

Azerbaycan Tıp Üniversitesi

Azerbaycan Tıp Üniversiteleri

Azerbaycan Tıp Üniversitesi, Azerbaycan Devlet Üniversitesi Kayıtları Başladı.
azerbaycandauniverteite.com

AÇ

f 48.1B BEĞENİ Beğen

t 2B TAKİPÇİ Takip Et

ABONE Abone Ol

YAZARLAR



Bihter Bangi
BITSE DE GİTSEK



Prof. Dr. Vedat Akgiray
2021 dünya için ekonomik buhran yılı olabilir

19 Temmuz 2020 Pazar 08:40



A- A+ ↺ ↻



Azerbaycan Tıp
Üniversitesi - Azerbaycan
Tıp Üniversiteleri

Reklam azerbaycandauniverteite.com

Daha fazla bilgi

NG araştırmasından stres çıktı | Ne mutluyuz ne de umutsuz!

Stres hiç kuşkusuz çağımızın en çok maruz kalınan sorunlarından biri! Farklı şekillerle deneyimlediğimiz bu durum hem fiziki hem ruhsal olarak hayatımızı etkileyebiliyor.

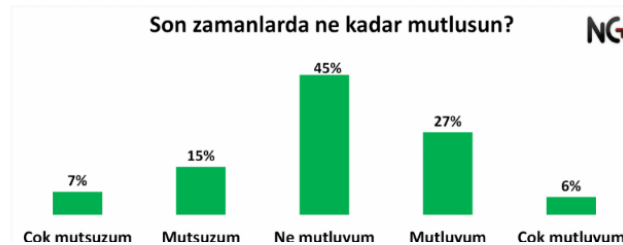
Tüm dünya olarak geçtiğimiz bu zor salgın sürecinde, sen kendini ne kadar stresli hissediyorsun? Türkiye'deki insanların şu anki stres seviyesini ve bu durumda geleceğe dair bakış açısını yaptığımız kamuoyu araştırması ile analiz ettik.

Kamuoyu araştırmamız 08-27 Haziran 2020 tarihleri arasında 15 yaş üzeri Türkiye geneli 9851 kişinin katılımı ile gerçekleşti.

Ne kadar mutluyuz?

Yaşamdaki zorluklar her dönemde bizi farklı bir yolculuğa sürükleyebilir. Bu zorluklar karşısında ister istemez girdiğimiz ruh hali, stresin hayatımıza nüfuz etmesine neden olabiliyor.

Yaptığımız çalışmada insanların son zamanlarda ne kadar mutlu hissettiğini sorduk ve her 10 kişiden sadece 3'ü sorumuza olumlu cevaplarla dönüş sağladı. 2'si mutsuz olduğunu belirtirken, katılımcılarımızın neredeyse yarısı ne mutlu ne de mutsuz olduğunu belirtti.



FBU
SENI
SEN
YAPAN
ÜNİVERSİTE

Kariyerin kişisel yeteneklerini doğrultusunda, bugünün ve geleceğin dünyasına yaratan eğitim modeli ile Fenerbahçe Üniversitesi'nde öğrenim.

Instagram
Twitter
Facebook
LinkedIn



Avukat Çiğdem Şelli Dilek
COVID-19 virüsünün sigorta poliçelerine tesiri

POPÜLER ETİKETLER

- Galatasaray
- Son Dakika Haberler
- Ziraat Türkiye Kupası
- Zeytin Dalı Harekatı
- ekonomi
- Fenerbahçe
- politika
- Rusya
- Futbol
- Türkiye

HOŞGELDİN YAZ

50% NET İNDİRİM

KARGO ÜCRETSİZDİR.

Alışverişe Başla

SecilStore®

ÇOK YORUMLANAN OKUNAN

- KITAP** 2 gün önce
- Gerçek (Truth) kitabı İngilizce yayınlandı

NAMAZ VAKİTLERİ

İSTANBUL

İmsak Güneş Öğle İkinci Akşam Yatsı
05:15 06:42 13:13 16:46 19:35 20:56
01 saat 25 dakika sonra ezan okunacak.

SON YORUMLAR

- Sevgi Zengin** bir gün önce
Gerçeği arayan herkesin başucunda olması gereken bir kitap teşekkürler
- Fırat** 2 gün önce
Satsak Para Edermi
- Recai tamer** 5 gün önce
FETÖ, ÖSYM'nin tüm sorularını çaldı" 24 Haziran 2020 Çarşamba, 13:01...
- Gökhan AKGÜL** 7 gün önce
incehesap.com'a sakın güvenmeyin. Stoklarında ürün bulunmamasına karşın...
- Ayhan Olcay** 9 gün önce
Innowayrg AŞ. Tarafından 22 ve 23 mart 2020 de "Cultro Fluctus" olarak cihazı ve...
- Haber içeriği** 10 gün önce
lütfen sizden ricam şu haberi kaldırım ciddi anlamda hayatımız mahvoldu bir...
- Bence bu işin içinde başka iş var** 12 gün önce
Bence acil doktoru yalan döylüyor a. Ç. Tanıyoruz 7 yıldan beri tanınmış bir...
- Zeynep** 14 gün önce
Ondan mi açıklama da porno değil NeXT o diyordunuz
- 15 Muhammed Reyhan Amca Reyhan Anne Reyhan Abi** 14 gün önce
15 Muhammed Reyhan Amca Reyhan Anne Reyhan Abi
- 11 Anıl Tokay Vedat Tokay Nihal Tokay Uğur Tokay Ercan Petekkaya** 14 gün önce
11 Anıl Tokay Vedat Tokay Uğur Tokay

Ne mutsuzum

Stres ne sıklıkta hayatımızın içinde?

Evimizde, iş yerimizde, sokakta karşılaştığımız durum veya olaylara verdiğimiz tepkiler çoğunlukla bizim yorumlarımızla şekilleniyor. Eğer bir olayda 'tehlike sinyali' seziyorsak, stres anında bizi sarmış olabilir!

Bireysel koçluk, takım koçluğu - Hizmetler: Yönetici Koçluğu,
Reklam thecoachingcomp... iyigunler.net

Acun Ilıcalı'nın ilk eşi Seda hanım yeniden evlendi
iyigunler.net

Şeker Hastalığından Kurtulun
Reklam Metabolik Cerrahi iyigunler.net

Öldürülen kız kardeşleri, ağabey hamile bırakmış
iyigunler.net

Penti My Size One Size
Reklam Penti iyigunler.net

Prof. Dr. Fatih Yalçın'ın yeni kitabı | Sağlam kalp, sıfır...
iyigunler.net

Murat Başoğlu ve yeğeni Burcu Başoğlu'nun sapık...
iyigunler.net

Stresin nasıl kurtuluruz? Stresi adım adım...
iyigunler.net

NG

Her 10 kişiden 4'ü stresli olduğunu belirtti

Araştırmamızda her 10 kişiden 4'ü gün içindeki ruh halinin genelde stresli geçtiğini iletirken, 5'i sadece bazı durumlarda bu duyguya büründüğünü ifade etti. Yalnızca 1'i rutin hayatında strese yer vermediğini belirtti.

Stresli olmamızda belirleyici etkenler!

Kime sorsak, bize stres kaynağı olabilecek birçok faktör sayabilir. Mizacımızla ters düşen veya kendimizi zor konumda hissettirecek her durum, stres etkeni olarak hayatımızda yer alabiliyor.

Araştırmamızın sonuçlarına göre, en büyük stres kaynağı gelecek kaygısı! Genelde karamsar bir ruh haline sahip olan kişiler belki de en büyük zorluğu hayatta kendisini daha nelerin beklediğini düşünerek yaşıyor.

Türkiye'de insanları en stresli hissettiren faktörler şu şekilde:

Gelecek kaygısı	% 30
Ekonomik nedenler	% 19
İş / okul	% 17
Koronavirüs salgını	% 12
Aile	% 12
Sevgili / eş	% 6
Trafik	% 1
Diğer	% 3

Geleceğe Bakışımız

Bütün bu stres etkenlerinin ışığı altında, ruhsal ve bedensel sağlığımızı etkileyebilen bu unsur sizce bizi kontrol altına alabilir mi? Ya da kendi üstesinden gelmek için ne yapmalıyız? Bu sorulara cevap bulmak için...

SAYFALAR

- Gizlilik Politikası, Cevap ve Düzeltme
- Ağrı Kesici

BİYOGRAFİ

TÜMÜ



Adhemar kimdir?
Haçlı seferleri nasıl başladı
Haçlı Seferleri'ni kim organize etti

| Adhemar kimdir? Haçlı seferleri nasıl başladı
| Haçlı Seferleri'ni kim organize etti | Adhemar kimdir? Salgın hastalıklarla...

ARŞİV

20

Tem

202

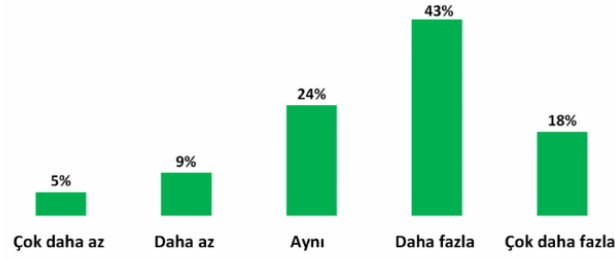
ARA

Yöntemlerimize, hayata daha olumlu bakma ve duygularımıza baş etme becerisiyle 'stres' canavarına karşı kontrolü ele geçirebilir miyiz?

Türkiye genelinde yürüttüğümüz araştırmamız, halkımızın tüm olumsuzluklara rağmen geleceğe iyimser bakabildiğini gösteriyor! Her 10 kişiden 6'sı daha mutlu bireyler haline gelebileceğini düşünürken, 1'i karamsar bir yaklaşım sunmakta. Kalanlar ise ruh halinin sabit kalacağını düşünenlerden oluşuyor.

Gelecekte Ne Kadar Mutlu Olursun?

NG



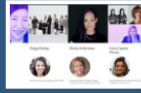
Koronavirüste Normalleşme Süreci Anketi!



Salgın sonrası normale dönüş 6-12 ay içinde



11 maddede koronavirüsün tüketim ve yaşam alışkanlıklarına etkileri



IBM yapay zekanın geleceğini şekillendiren kadın liderleri açıkladı



Mission 1.5 oyununun küresel tanıtım etkinliğine Türkiye de katılıyor



AHEF web sitesine 2 günde 180 bin başvuru



Davutoğlu ve Babacan'ın yeni kuracağı parti için çarpıcı anket



AB ülkeleri, Türkiye'nin NATO'dan çıkarılmasını istiyor



Hızır Afrika'da göreve hazır

YORUMLAR

Yorum Gönder **0**

Facebook Yorumları **0**



Adınız

Yorum yazmak için bu alanı kullanabilirsiniz. Yorum yazarken lütfen aşağıda yazılan uyarıları göz önünde bulundurunuz!

Kalan Karakter: 1000

YORUM GÖNDER

Dikkat! Suç teşkil edecek, yasadışı, tehditkar, rahatsız edici, hakaret ve küfür içeren, aşağılayıcı, küçük düşürücü, kaba, müstehcen, ahlaka aykırı, kişilik haklarına zarar verici ya da benzeri niteliklerde içeriklerden doğan her türlü mali, hukuki, cezai, idari sorumluluk içeriği gönderen Üye/Üyeler'e aittir.

İLGİLİ HABERLER



Kurban Bayramı'nda başlıklarınız Darüşşafaka'lı çocuklara umut olsun!



Kanal İstanbul için İBB'den bilimsel değerlendirme çıkışı



Üstün Ezer | Bir can kurtarmak tüm insanlığı kurtarmaktır



Polis maske cezası yazdı, o itiraz etti | Koronavirüslü çıktı



Burdur 58'nci Piyade Er Eğitim Alay'ında covid-19 şüphesi



Burçların tarihleri değişti, astroloji dünyası şaşkın



COVID-19, güvenlik ve devlet algısını da değiştirdi



Van'da keşif uçağı düştü, 7 şehidimiz var



Siirt Pervari'den acı haber | 2 şehidimiz var



Gar katliamını planlayan terörist bakın nerede ortaya çıktı

19 Temmuz 2020 Pazar 10:15

