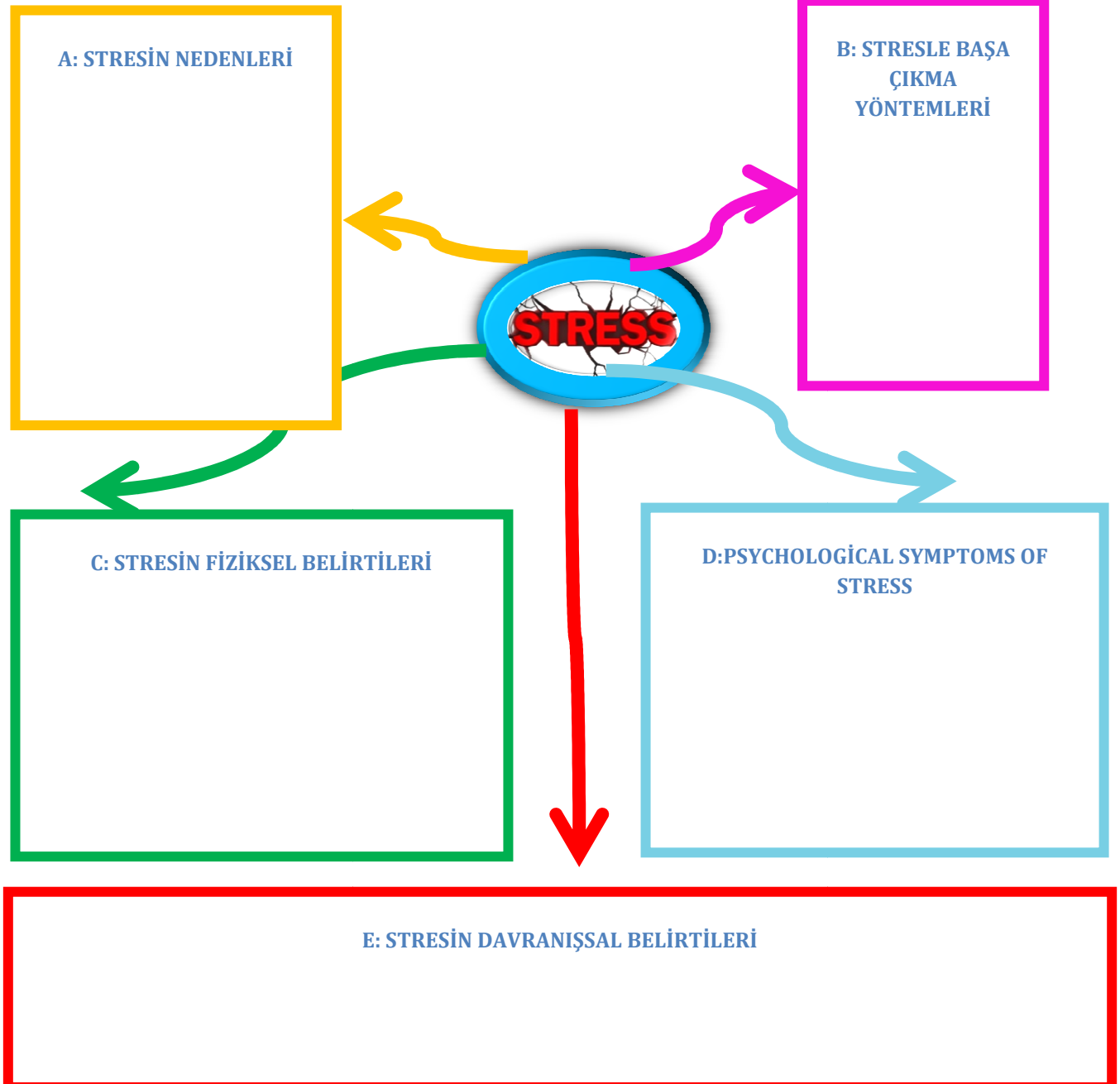


STRES VE SAĞLIK

Aşağıda stres ile ilgili karışık olarak verilen maddeleri ilgili kutucuklara yerleştiriniz.

1.	Öfke	12.	Endişe	23.	Yüksek Tansiyon
2.	Yorgunluk	13.	Obezite	24.	Uykusuzluk
3.	Şiddet, Terör, Savaş	14.	Saldırganlık	25.	Aşırı Uyuma
4.	Ölüm	15.	Yüksek Kalp Ritmi	26.	Tükenmişlik
5.	Sinirlilik	16.	Migren ve Baş ağrısı	27.	Gerçekdışı Beklentiler
6.	Soluk Almada Zorlanma	17.	Depresyon	28.	Meditasyon ve Yoga
7.	Sağlıklı Beslenme	18.	Mükemmeliyetçilik	29.	Fiziki Egzersizler
8.	Unutkanlık	19.	Boşanma, Evlilik ve Doğum	30.	Sinirsel Tikler
9.	Can Sıkıntısı	20.	Aşırı Terleme	31.	Başarısızlık Korkusu
10.	Madde(Sigara, Alkol, Uyuşturucu vb) kullanımı	21.	Gevşeme, Nefes ve Dinlenme Teknikleri	32.	Kilo Kaybı ve İştahsızlık
11.	Hobilerle İlgilenmek	22.	Hastalıklar	33.	Gergin kaslar



Çözüm:

A	B	C	D	E
31, 3, 4, 27, 22, 18,19	7, 11, 28, 29, 21	23, 20, 2, 15, 16, 6, 33,	1, 12, 8, 26, 5, 17, 9	13, 24, 25, 10, 32, 14, 30