



برنامه کارگاه های آموزشی و گروه های درمانی در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۸-۹۷ مرکز مشاوره و توانمند سازی دانشجویان

ایام هفته	کد	موضوع کارگاه	زمان	جلسات	مدرس
شنبه	۱	خودآگاهی	۱۲۵۱۰	۸	آقای رستمی
	۲	از من تا من (خودشناسی مبتنی بر هیجان)	۱۴۵۱۲	۸	خانم شاهسونی
	۳	ازدواج بدون شکست (مهارتهای پیش از ازدواج)	۱۶۵۱۴	۸	خانم مهدی زاده
	۴	بله پایدار	۱۶۵۱۴	۸	آقای اشرف
	۵	خودآگاهی	۱۸۵۱۶	۸	آقای اشرف
یکشنبه	۶	غنی سازی روابط زوجین	۱۰۵۸	۸	خانم اسودی
	۷	نیمی آدم نیمی حوا	۱۲۵۱۰	۸	خانم اسودی
	۸	مدیریت زمان و تصمیم گیری (مهارتهای تحصیلی)	۱۲۵۱۰	۸	خانم کاظم زاده
	۹	چگونه در جمع بدون اضطراب صحبت کنیم؟	۱۸۵۱۶	۸	آقای باقری
	۱۰	شکست عاطفی	۱۳ الی ۱۹	۲	خانم ادیبی
دوشنبه	۱۱	جراتمندی (۲)	۱۶۵۱۴	۸	آقای زنگنه
	۱۲	مهارتهای زندگی (مدیریت استرس ، غلبه بر خلق منفی)	۱۸۵۱۶	۸	خانم درگاهیان
سه شنبه	۱۳	چگونه همسر دلخواهم را پیدا کنم؟ (آشنایی ، عشق ، انتخاب درست)	۱۲۵۱۰	۸	خانم مهدویان فرد
	۱۴	اقتصاد زیست انرژی	۱۲۵۱۰	۸	خانم گیوانی پور
	۱۵	شخصیت شناسی	۱۴۵۱۲	۸	آقای گل
	۱۶	مهارتهای تحصیلی (شیوه های موفقیت در درس فیزیک)	۱۴۵۱۲	۸	آقای دکتر جاویدان - خانم صفری
	۱۷	مهارت تحصیلی و مطالعه در دانشگاه (روش مطالعه، برنامه ریزی، تمرکز و ...)	۱۸۵۱۶	۸	خانم ارجی
	۱۸	چگونه در جمع بدون اضطراب صحبت کنیم؟	۱۸۵۱۶	۸	آقای باقری
	۱۹	تکیه کاهم باش (بهبود روابط زوجین مبتنی بر زوج درمانی هیجان مدار)	۱۸۵۱۶	۸	خانم منصوریان
	۲۰	مهارت های پیش از ازدواج وسواس های انتخاب همسر (بیشتر شبیه هم باشیم یا متفاوت ؟)	۱۰۵۸	۸	خانم امانلو
چهارشنبه	۲۱	غلبه بر عادت های تکراری	۱۲۵۱۰	۸	خانم قره داسی
	۲۲	مهارتهای فرزندپروری (پدرمادرها قرار است فرشته باشند یا آدم؟)	۱۲۵۱۰	۸	خانم امانلو
	۲۳	افزایش اعتماد به نفس	۱۴۵۱۲	۸	آقای محمدنیا
	۲۴	چی بپرسم ، چطور بپرسم؟ (مهارت های پیش از ازدواج)	۱۴۵۱۲	۸	خانم کردی
	۲۵	افزایش عزت نفس (۲)	۱۶۵۱۴	۸	آقای زنگنه
	۲۶	زندگی خود را دوباره بیافرینید (شناسایی تله های زندگی)	۱۴۵۱۲	۸	آقای رحمانی
	۲۷	ورزش مغز (تقویت حافظه و توجه)	۱۶۵۱۴	۶	آقای ذوالفقاری
	۲۸	غلبه بر وسواس	۱۸۵۱۶	۸	آقای سردار آبادی

تلفن: ۳۸۸۰۶۹۲۴ و ۳۸۸۰۶۹۲۱

زمان ثبت نام ۱ مهر تا ۱۰ آبان ماه ۹۷

شروع دوره ها: ۵ آبان ۹۷

لطفا جهت ثبت نام به مرکز مشاوره، بخش آموزش مراجعه نمایید.