



کارگاه ها و دوره های آموزشی مرکز مشاوره و توانمندسازی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد

کد	ایام هفته	عنوان کارگاه آموزشی	محل برگزاری	زمان	تعداد جلسه	مدرس
۱	شنبه	چی بپرسم، چطور بپرسم؟ (مهارت های پیش از ازدواج)	سمینار ۱	۱۲ تا ۱۴	۸	خانم کردی
۲		مهارت های زندگی (خودآگاهی، خشم، استرس، ارتباط موثر)	سمینار ۲	۱۲ تا ۱۴	۸	خانم رحیم آبادی
۳		خودآگاهی	سمینار ۲	۱۴ تا ۱۶	۸	آقای اشرف
۴		روانشناسی تصمیم گیری	سمینار ۲	۱۶ تا ۱۸	۸	آقای اشرف
۵	یکشنبه	از من تا من (خودشناسی مبتنی بر هیجان)	سمینار ۱	۸ تا ۱۰	۸	خانم شاهسونی
۶		افزایش اعتماد به نفس	سمینار ۲	۸ تا ۱۰	۸	آقای زنگنه
۷		از من تا تو (الگو، رابطه ها و مهارت های ارتباطی)	سمینار ۱	۱۰ تا ۱۲	۸	خانم شاهسونی
۸		چگونه با خودمان مهربان باشیم؟	سمینار ۲	۱۰ تا ۱۲	۸	آقای زنگنه
۹		آشنایی با زبان ذهن	سمینار ۱	۱۲ تا ۱۴	۸	آقای رجیبان
۱۰		چگونه در جمع بدون اضطراب صحبت کنیم؟	سمینار ۲	۱۲ تا ۱۴	۸	آقای باقری
۱۱		مدیریت زمان	سمینار ۲	۱۶ تا ۱۸	۸	خانم کاظم زاده
۱۲		تله های ارتباطی (بازی های روانی و روابط انسانی)	گروه	۱۶ تا ۱۸	۸	خانم میرزایی
۱۳		مهارت کاریابی	سمینار ۱	۱۶ تا ۱۸	۸	آقای پورعباس
۱۴	دوشنبه	حس خوب با تو بودن (روابط بین فردی) (ویژه زوجین) (۶آبان)	سمینار ۱	۱۲ تا ۱۴	۵	خانم طاهریان
۱۵		مهارت های پیش از ازدواج (۱۱ آذر)	سمینار ۱	۱۲ تا ۱۴	۵	خانم طاهریان
۱۶		شکست عاطفی	سمینار ۲	۱۲ تا ۱۴	۸	خانم رحیم آبادی
۱۷		هوش هیجانی	سمینار ۱	۱۴ تا ۱۶	۸	خانم میرزایی
۱۸	سه شنبه	ازدواج: قلعه امنم یا قصر اسارتم (باید ها و نبایدهای ارتباط با همسر، توافق در قوانین نانوشته زندگی، ضرورت و پایبندی به اهداف شخصی و ...)	سمینار ۱	۸ تا ۱۰	۸	خانم امانلو
۱۹		مهارت های زندگی	سمینار ۲	۱۲ تا ۱۴	۸	خانم حافظ
۲۰		زندگی خود را دوباره بیافرینید	سمینار ۱	۱۲ تا ۱۴	۸	آقای گل
۲۱		مدیریت زمان	سمینار ۲	۱۴ تا ۱۶	۴	آقای پورعباس
۲۲		آموزش مهارت های زندگی به کودکان (۳ تا ۱۲ سال)	سمینار ۱	۱۶ تا ۱۸	۸	خانم نقوی نیا - خانم لطفی
۲۳	مهارت های تحصیلی	سمینار ۲	۱۶ تا ۱۸	۸	خانم ارجی	
۲۴	چهارشنبه	نیمی آدم، نیمی حوا (پیش از ازدواج)	سمینار ۲	۸ تا ۱۰	۸	خانم اسودی
۲۵		تفاوت های کوچک - تعارض های بزرگ (ویژه زوجین)	سمینار ۲	۱۰ تا ۱۲	۸	خانم اسودی
۲۶		چگونه همسر دلخواهم را انتخاب کنم؟ (عشق و انتخاب)	سمینار ۱	۱۲ تا ۱۴	۸	خانم مهدویان فرد
۲۷		من خردمند (زندگی خردمندانه)	سمینار ۲	۱۴ تا ۱۶	۵	خانم نقوی نیا
۲۸		چاق توانمند (مدیریت وزن هوشمندانه)	سمینار ۱	۱۶ تا ۱۸	۸	آقای ربانی
۲۹		والدینی که فرشته نیستند (فرزند پروری کودکان و نوجوان)	سمینار ۲	۱۶ تا ۱۸	۵	خانم نقوی نیا

ID: @moshaverfum
تلفن: ۳۸۸۰۶۹۲۱

شروع دوره ها: ۹۸/۸/۱

زمان نام نویسی: ۹۸/۷/۱
کلیه دانشجویان دانشگاه های دولتی و غیردولتی
می توانند در این دوره ها نام نویسی کنند.