



دانشگاه صنعتی شریف
مرکز مشاوره
و خدمات روان‌شناختی

مرکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی دانشگاه صنعتی شریف با همکاری
دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم، تحقیقات و فناوری برگزار می‌کند:



وزارت علوم، تحقیقات
و فناوری
دفتر مشاوره و سلامت



آنلاین

از ساعت ۱۸ الی ۲۰



همراه با

مجموعه کارگاه‌های تابستانه مرکز مشاوره دانشگاه صنعتی شریف

ویژه دانشجویان دانشگاه صنعتی شریف، دانشجویان سایر دانشگاه‌ها و عموم علاقه‌مندان

تیر ۱۴۰۰

- ۲۰ خودکنترلی در مسیر تغییرا آقای دکتر نوروزی
- ۲۱ تکنیک‌های افزایش نشاط در زندگی خانم دکتر هادی
- ۲۲ مهارت ارتباط بین فردی مؤثر (آیا هر استاد قلبی دارد؟) آقای دکتر نوروزی
- ۲۳ پیش‌شرط‌های ازدواج موفق خانم دکتر هادی
- ۲۶ مهارت‌های مدیریت اهمالکاری خانم دکتر محمدی
- ۲۷ تحلیل تجربه عشقی آقای دکتر نوروزی
- ۲۸ نشانه‌های هشدار در ازدواج خانم دکتر هادی
- ۲۹ رهایی از بن بست‌ها (مهارت حل مسأله و تصمیم‌گیری) آقای دکتر نوروزی

مرداد ۱۴۰۰

- ۲ مهارت‌های مدیریت هیجان و تنظیم هیجان خانم دکتر محمدی
- ۳ مهارت کنترل خشم و هیجانات منفی آقای دکتر نوروزی
- ۴ مدیریت روابط عاطفی برای پیش‌گیری از شکست خانم دکتر هادی
- ۵ سازش با رنج و ساخت معنا آقای دکتر نوروزی
- ۶ شناخت نشانه‌های اختلال شخصیت خانم دکتر هادی
- ۹ مدیریت زمان خانم دکتر محمدی
- ۱۰ سبب‌گذاری آقای دکتر نوروزی
- ۱۱ شناخت انواع خشونت در رابطه خانم دکتر هادی
- ۱۲ معنادارانی مبتنی بر اندیشه‌های مولانا آقای دکتر نوروزی
- ۱۳ ویروس‌های رابطه خانم دکتر هادی
- ۱۴ چگونه بگویم نه؟ (مهارت های قاطع بودن) خانم دکتر محمدی
- ۱۶ پیش‌گیری از خودکشی خانم دکتر خزایی
- ۱۷ من ارزشمند! خانم دکتر رسولی
- ۱۸ مهارت خودآگاهی (من کیستم؟) آقای دکتر نوروزی
- ۲۳ آموزش‌های پیش از ازدواج آقای دکتر نوروزی
- ۲۴ عشق، آرامش یا تنش خانم دکتر رسولی
- ۲۵ چالش‌های زندگی مشترک آقای دکتر نوروزی
- ۲۶ مهارت‌های جرأت‌ورزی و ابراز وجود خانم دکتر خزایی
- ۳۰ مبارزه با کمال‌گرایی منفی خانم دکتر محمدی
- ۳۱ زنده ماندن یا زندگی کردن (افزایش کیفیت زندگی) خانم دکتر رسولی

شهریور ۱۴۰۰

- ۱ آموزش مدل سلامت جنسی آقای دکتر نوروزی
- ۲ با خشم خود چه کنم؟ خانم دکتر هادی
- ۶ شناختن تله‌های زندگی و درمان آنها خانم دکتر محمدی
- ۷ توانمندی من خانم دکتر هادی
- ۱۱ فرزندپروری رفتاری و فرزندپروری ذهن آگاه خانم دکتر خزایی
- ۱۳ فرایند سوگ و مدیریت آن خانم دکتر هادی
- ۱۴ ارتباط امن خانم دکتر رسولی
- ۱۵ گذر از بحران خانم دکتر هادی
- ۱۷ تکنیک‌های افزایش نشاط در زندگی خانم دکتر هادی
- ۱۸ تفکر انتقادی خانم دکتر خزایی
- ۲۰ شناخت و مقابله با افکار سمی خانم دکتر هادی
- ۲۲ تفاوت‌های روان‌شناختی زنان و مردان خانم دکتر هادی
- ۲۳ مقابله با استرس خانم دکتر خزایی
- ۲۷ تعارضات زناشویی و راه پیش‌گیری خانم دکتر هادی
- ۳۰ مهارت‌های نیک‌زیستن خانم دکتر خزایی
- ۳۱ چرا عهد شکنی؟ خانم دکتر هادی

لینک ورود به سامانه کلاس‌های مرکز مشاوره



<https://vc.sharif.edu/ch/public-speaking>

با انتخاب گزینه مهمان و وارد کردن نام و نام خانوادگی، وارد شوید.

