



احساس توانمندی

مدرس:

دکتر سعیده هادی

تاریخ و زمان برگزاری:

شنبه ۱۳ دی

ساعت ۱۶ الی ۱۸



کارگاه آموزشی **آنلاین** رایگان
ویژه دانشجویان دانشگاه های کشور

لینک زنده ثبت نام:

<https://www.skyroom.online/ch/moshavereh99/mental-health>



توجه و تمرکز تکنیک های افزایش

FOCUS

مدرب: دکتر مجید مردی
تاریخ و زمان برگزاری:
یکشنبه ۱۴ دی
ساعت ۱۶ الی ۱۸

کارگاه آموزشی **آنلاین** رایگان
ویژه دانشجویان دانشگاه های کشور

لینک زنده ثبت نام:

<https://www.skyroom.online/ch/moshavereh99/mental-health>



موفقیت تحصیلی-شغلی

مدرس:

دکتر هومان نارنجی ها

تاریخ و زمان برگزاری:

دوشنبه ۱۵ دی

ساعت ۱۶ الی ۱۸



کارگاه آموزشی **آنلاین** رایگان
ویژه دانشجویان دانشگاه های کشور

لینک زنده ثبت نام:

<https://www.skyroom.online/ch/moshavereh99/mental-health>



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مشاوره و سلامت



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه تهران



دانشگاه صنعتی شریف
مرکز مشاوره دانشجویی



معاونت فرهنگی و اجتماعی
مرکز مشاوره و آموزش های اجتماعی



مرکز مشاوره دانشجویی
دانشگاه صنعتی امیرکبیر تهران



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره بهداشت و سلامت



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه علوم انتظامی امین



مدرس:

دکتر اشرف مهمان نوازان

تاریخ و زمان برگزاری:

پنج شنبه ۱۸ دی

ساعت ۱۶ الی ۱۸

مهارت تنظیم هیجان

لینک زنده ثبت نام:

<https://www.skyroom.online/ch/moshavereh99/mental-health>

کارگاه آموزشی آنلاین رایگان
ویژه دانشجویان دانشگاه های کشور



شفقت به خود

مدرس:

دکتر ربابه نوری

تاریخ و زمان برگزاری:

چهارشنبه ۱۷ دی

لینک زنده ثبت نام:

کارگاه آموزشی **آنلاین** رایگان
ویژه دانشجویان دانشگاه های کشور

<https://www.skyroom.online/ch/moshavereh99/mental-health>