

برنامه وینارهای بهداشت روان ویژه دانشجویان-زمستان ۱۳۹۹

دکتر ربابه نوری	قوانین ارتباط عاطفی	۱۸ آذر ۱۴۰۱	دوشنبه	۱
دکتر اصغر نوروزی	خودکنترلی در مسیر تغییر	۱۸ آذر ۱۴۰۲	سه شنبه	۲
دکتر ربابه نوری	مقابله با خلق منفی، نشخوار فکری	۱۸ آذر ۱۴۰۳	چهارشنبه	۳
۴				
دکتر مجید مردی	غلبه بر توانمندی خلقی	۱۸ آذر ۱۴۰۶	شنبه	۵
دکتر نجمه طهماسبی	مهارت نه گفتن	۱۸ آذر ۱۴۰۷	یک شنبه	۶
دکتر اصغر نوروزی	ذهن آگاهی	۱۸ آذر ۱۴۰۸	دوشنبه	۷
دکتر هیمان تارنجی ها	باورهای غلط در اعتیاد	۱۸ آذر ۱۴۰۹	سه شنبه	۸
دکتر علیرضا جیلاردی دماوندی	غلبه بر افعال کاری	۱۸ آذر ۱۴۱۰	چهارشنبه	۹
دکتر سوسنابه یوسفی	مهارت حل مسئله	۱۸ آذر ۱۴۱۱	پنج شنبه	۱۰
دکتر سعیده هادی	احساس توانمندی	۱۸ آذر ۱۴۱۳	شنبه	۱۱
دکتر مجید مردی	تکنیک های افزایش توجه و تمرکز	۱۸ آذر ۱۴۱۴	یک شنبه	۱۲
دکتر هیمان تارنجی ها	موفقیت تحصیلی-شغلی	۱۸ آذر ۱۴۱۵	دوشنبه	۱۳
دکتر هیمان تارنجی ها	دانشی های ماریجوانا	۱۸ آذر ۱۴۱۶	سه شنبه	۱۴
دکتر ربابه نوری	شفقت به خود	۱۸ آذر ۱۴۱۷	چهارشنبه	۱۵
دکتر اشرف مهمان نوازان	مهارت تنظیم هیجان	۱۸ آذر ۱۴۱۸	پنج شنبه	۱۶
دکتر حسن اکبرزاده	مدیریت اضطراب امتحان	۱۸ آذر ۱۴۲۰	شنبه	۱۷
دکتر نجمه طهماسبی	مدیریت استرس	۱۸ آذر ۱۴۲۱	یک شنبه	۱۸
دکتر مهرنوش حمزه لویان	مدیریت زمان	۱۸ آذر ۱۴۲۲	دوشنبه	۱۹
دکتر روح الله کریمی خویگانی	راهکارهای افزایش انگیزه	۱۸ آذر ۱۴۲۳	سه شنبه	۲۰
دکتر وحید جهان صوری نژاد	ایدهز وینماری های غوطی	۱۸ آذر ۱۴۲۴	چهارشنبه	۲۱

دکتر محمد کاظم زاده	الفای شادکامی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۱۱	شنبه	۲۲
دکتر عبدالله سلطانی زاده	مدیریت ذهن در مواجهه با چالش های زندگی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۱۲	یک شنبه	۲۳
					۲۴
دکتر حسن اکبرزاده	پنج گیری عاطفی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۱۴	سه شنبه	۲۵
دکتر میروسیحان سادات	مدیریت افکار مزاحم	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۱۵	چهارشنبه	۲۶
دکتر فاطمه یونس	استعداد به نفس	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۱۶	پنج شنبه	۲۷
دکتر مریم حاجیلو	خود آگاهی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۱۸	شنبه	۲۸
دکتر محمد کاظم زاده	بازسازی مدار منطقی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۱۹	یک شنبه	۲۹
دکتر سعیده هادی	با خشم خود چه کنم	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۲۰	دوشنبه	۳۰
دکتر حسن اکبرزاده	اضطراب اجتماعی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۲۱	سه شنبه	۳۱
دکتر اشرف مهران یوزان	تاپ آوری	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۲۳	پنج شنبه	۳۲
سرکار خانم رامشت	کارکرد مغز در عاشقی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۲۵	شنبه	۳۳
دکتر محمد کاظم زاده	خوش بینی فروخته شده	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۲۶	یک شنبه	۳۴
دکتر میروسیحان سادات	مهارت انتخاب همسر	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۲۷	دوشنبه	۳۵
					۳۶
					۳۷
دکتر سوزانه یونس	تن آرامی ذهن آرامی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۱/۳۰	پنج شنبه	۳۸
دکتر علویه زراعت کار	چگونه افسرده نباشیم	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۲/۰۲	شنبه	۳۹
دکتر مجید مردی	هدلی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۲/۰۳	یک شنبه	۴۰
دکتر وحید جهان میرو یوزان	پیشگیری از آسیب های اجتماعی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۲/۰۴	دوشنبه	۴۱
دکتر اصغر انوروی	بندیش	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۲/۰۵	سه شنبه	۴۲
دکتر رایانه لوزی	تخریب های شغلی	۱۸ الی ۱۶	۹۹/۱۲/۰۶	چهارشنبه	۴۳

برنامه وینارهای بهداشت روان ویژه دانشجویان-زمستان ۱۳۹۹

دکتر صالحیان	مهارت تحمل آشفتگی	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۰۹	شنبه	۴۴
دکتر مهدیه برزگری	غلبه بر نگرانی	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۱۰	یکشنبه	۴۵
دکتر رضا پورحسین	هشیاری به خویشتن (رمز شادکامی)	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۱۱	دوشنبه	۴۶
دکتر حسن اکبرزاده	بررسی علل و راهکارهای پیمان شکنی زناشویی	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۱۲	سه شنبه	۴۷
دکتر مریم حاجیلو	جراتمندی	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۱۳	چهارشنبه	۴۸
دکتر سعانه قاطقیان	چرا کارهایم را انجام نمیدهم	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۱۴	پنجشنبه	۴۹
دکتر هاتیه زراعت کار	معنای زندگی	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۱۶	شنبه	۵۰
دکتر مجید مردی	DISC	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۱۷	یکشنبه	۵۱
دکتر سعیرا سادات رسولی	هیجان دوست داشتنی من	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۱۸	دوشنبه	۵۲
دکتر اشرف مهمان نوازان	آرامش با مهارت قاطعیت	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۱۹	سه شنبه	۵۳
دکتر ربابه نوری	مهرطلبی	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۲۰	چهارشنبه	۵۴
دکتر سعیده هادی	پیش شرط های ازدواج موفق	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۲۳	شنبه	۵۵
دکتر سینا امامی	راهبرد های عملی شناخت و خودتنظیمی هیجان ها (۱)	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۲۴	یکشنبه	۵۶
دکتر سینا امامی	راهبرد های عملی شناخت و خودتنظیمی هیجان ها (۲)	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۲۵	دوشنبه	۵۷
دکتر سیده راجزی	ازدواج بدون شکست (۱)	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۲۶	سه شنبه	۵۸
دکتر سیده راجزی	ازدواج بدون شکست (۲)	۱۶ الی ۱۸	۹۹/۱۲/۲۷	چهارشنبه	۵۹