

سرفصل های کارگاه	مدت زمان	نام کارگاه	گروه
<p>آشنایی با: آثار و فواید فرزند پروری جایگاه والدین در فرزندپروری مولفه‌های مهم در تربیت فرزند شیوه‌های فرزندپروری (PMT) ویژگی‌های رشدی کودک</p>	 <p>۱۶ ساعت</p>	<p>مهارت فرزندپروری</p>	<p>دوره‌های مهارت</p>
<p>آشنایی با : چگونگی مدیریت خشم در کودکان تکنیک‌های کنترل خشم در کودکان مهارت حل مساله همراه با روش رول پلی و بازی</p>	 <p>۸ ساعت</p>	<p>مهارت‌های کنترل خشم</p>	
<p>آشنایی با : مهارت نه گفتن و افزایش اعتماد به نفس عامل کاهش اعتماد به نفس انتظارات خود از دیگران تاثیر زبان بدن بر اعتماد به نفس و جرأت‌مندی</p>	 <p>۸ ساعت</p>	<p>مهارت‌های جرأت‌مندی و اعتماد به نفس</p>	

سرفصل های کارگاه	مدت زمان	نام کارگاه	گروه
<p>آشنایی با : مهارت همدلی مهارت های قدرت تصمیم گیری مهارت های ارتباط موثر مهارت مدیریت استرس مهارت مدیریت هیجانات مهارت روابط بین فردی مهارت حل مسئله مهارت تفکر انتقادی مهارت خود آگاهی مهارت تفکر خلاق</p>	 <p>۱۶ ساعت</p>	<p>مهارت های زندگی</p>	<p>دوره های مهارت</p>
<p>آشنایی با: استرس و پاسخ استرس انواع استرس تاثیرات بیولوژیک استرس مزمن علائم استرس پارادایم جدید سلامت نظریه های مربوط به طبیعت روانی استرس احساس استرس تیپ های شخصیت مقابله با استرس</p>	 <p>۶ ساعت</p>	<p>مهارت مدیریت استرس</p>	

سرفصل های کارگاه	مدت زمان	نام کارگاه	گروه
<p>آشنایی با : مهارت های ارتباطی در زوجین مهارت های مقابله با خشم در زوجین مهارت های حل تعارض در زوجین مهارت های غنی سازی روابط جنسی در زوجین آشنایی با رویکرد سیستمی و رویکرد تئوری انتخاب و رویکرد شناختی رفتاری</p>	<p>۱۶ ساعت</p>	<p>مهارت های زناشویی</p>	<p>دوره های مهارت</p>
<p>آشنایی با: شیوه های برقرای ارتباط موثر چگونگی برقراری ارتباط موثر چگونگی مدیریت ارتباط خود با دیگران تقویت اعتماد به نفس طرز صحیح تلفظ کلمات و حروف</p>	<p>۱۲ ساعت</p>	<p>مهارت های ارتباطی</p>	
<p>آشنایی با: تعریف استرس و پاسخ به استرس انواع استرس ، استرس مزمن و علائم استرس تاثیرات بیولوژیک پارادایم جدید سلامت نظریه های مربوط به طبیعت روانی استرس احساس استرس تیپ های شخصیت مقابله با استرس</p>	<p>۶ ساعت</p>	<p>مهارت های خودآگاهی</p>	

سرفصل های کارگاه	مدت زمان	نام کارگاه	گروه
<p>آشنایی با: مهارت‌های توانمندسازی مادر در علاقمند کردن کودک به ارتباط کلامی بازبینی توانایی‌ها و مهارت‌های کلامی و غیر کلامی کودکان بالا بردن سطح دقت، توجه، تمرکز و هوش هیجانی بالا بردن ظرفیت مشارکت کودک در جمع آشنایی با منابع فرهنگی مختلف بالا بردن سطح هوش کلامی</p>	<p>۸ ساعت</p>	<p>آشنایی با شیوه‌های قصه گوئی</p>	<p>دوره های کودک</p>
<p>آشنایی با : مفهوم عزت نفس در کودکان تکنیک‌های رفتاری و شناختی در جهت ارتقاء عزت نفس در کودک</p>	<p>۶ ساعت</p>	<p>دوره عزت نفس در کودکان</p>	
<p>آشنایی با: فن بیان و تاثیرات آن بر مذاکرات شغلی اصول گفتار صحیح افزایش اعتماد به نفس</p>	<p>۸ ساعت</p>	<p>زبان بدن و فن بیان</p>	<p>سایر دوره‌ها</p>

سرفصل های کارگاه	مدت زمان	نام کارگاه	گروه
<p>آشنایی با: شیوه‌های افزایش سرعت مطالعه شیوه‌های افزایش درک مطلب شیوه‌های صحیح خلاصه نویسی و یادداشت برداری شیوه‌های کاهش مدت زمان مطالعه با تکنیک‌های مطالعه بدون فراموشی شیوه‌های آموزش حرفه‌ای نقشه ذهنی</p>	<p>۸ ساعت</p>	<p>تکنیک‌های افزایش تمرکز و حافظه</p>	<p>سایر دوره‌ها</p>
<p>آشنایی با: شباهت‌های دو نفر ارزیابی شخصیت و سلامت روان بررسی باورهای منطقی و غیر منطقی ازدواج بررسی تفاوت‌های فرهنگی آموزش چگونگی پایداری زندگی مشترک بررسی تفاوت‌های زندگی کیفی و زندگی واقعی مراحل زندگی مشترک</p>	<p>۱۶ ساعت</p>	<p>مشاوره پیش از ازدواج</p>	

سرفصل های کارگاه	مدت زمان	نام کارگاه	گروه
<p>آشنایی با :</p> <p>اهداف کاربردی مشاوره تحصیلی</p> <p>شیوه های صحیح مطالعه</p> <p>شیوه های کاربردی برنامه ریزی تحصیلی به روش خودنظم دهی</p> <p>شیوه های نظارت</p> <p>شیوه های ارزیابی</p> <p>شیوه های مدیریت زمان</p> <p>شیوه های طلایی انتخاب رشته تحصیلی</p> <p>شیوه های موفقیت در یک رشته تحصیلی</p> <p>شیوه های افزایش انگیزش درونی</p> <p>شیوه های کاهش اضطراب امتحان و استرس تحصیلی</p> <p>شیوه های ارتقای مهارت های عملی برای ارائه مشاوره تحصیلی</p>	 <p>۱۶ ساعت</p>	<p>مشاوره تحصیلی و مدیریت استرس</p>	<p>سایر دوره ها</p>
<p>آشنایی با:</p> <p>مفاهیم و اصطلاحات و روش شناسی نقد فیلم (نظری و عملی با رویکردهای: نشانه شناسی، روایت شناسی، روانکاوی و فرمالیسم)</p>	<p>۳ ساعت</p>	<p>اکران و تحلیل و نقد روانشناختی فیلم ها</p>	
<p>آشنایی با:</p> <p>ویژگی های انتخاب صحیح</p> <p>عوامل شکست عاطفی</p> <p>جلوگیری از شکست عاطفی با انتخاب صحیح</p>	<p>۸ ساعت</p>	<p>پیشگیری از شکست عاطفی</p>	