

معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه تهران



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مشاوره و سلامت



تقویم وینار های بهداشت روانی

تابستان ۱۴۰۰

مرکز مشاوره دانشگاه تهران

ویژه دانشجویان دانشگاه تهران، دانشجویان سایر دانشگاه ها کارکنان و علاقه مندان

آنلاین

همه روزه ساعت : ۱۶-۱۸

پنجشنبه ها ساعت : ۱۶-۱۴ و ۱۸-۱۶

وبسایت مرکز مشاوره دانشگاه تهران

موضوعات به روز و متنوع

مدرسین مجرب و برجسته

با ما همراه باشید

در فضای مجازی ما را دنبال کنید

<https://counseling.ut.ac.ir>

@ utcounseling

لینک ورود

لینک ورود اسکای روم:

<https://counseling.ut.ac.ir/tv>

لینک ورود آپارات:

<https://www.aparat.com/moshaverehvasalamat/live>



دانشگاه صنعتی امیرکبیر



معاونت دانشجویی



مرکز مشاوره بهداشت و سلامت



معاونت دانشجویی



مرکز مشاوره بهداشت و سلامت



دانشگاه تهران



معاونت دانشجویی



مرکز مشاوره بهداشت و سلامت



دانشگاه تهران



معاونت دانشجویی



مرکز مشاوره بهداشت و سلامت



دانشگاه تهران



معاونت دانشجویی



مرکز مشاوره بهداشت و سلامت



دانشگاه تهران



معاونت دانشجویی



مرکز مشاوره بهداشت و سلامت



دانشگاه تهران



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر مجید مردی	غلبه بر بی حوصلگی	سه شنبه ۴/۰۱	۱۶-۱۸



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	چهارشنبه ۴/۰۲	پیش شرط های ازدواج موفق	دکتر سعیده هادی



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر محمد کامران درخشان	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (اضطراب)	پنجشنبه ۴/۰۳	۱۴-۱۶



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	پنجشنبه ۴/۰۳	از حال بد به حال خوب	دکتر سودابه یوسفی



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
	اختلال مصرف مواد	شنبه ۴/۰۵	۱۴-۱۵:۳۰

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	شنبه ۴/۰۵	نقش ولدین در همسرگزینی فرزندان	

مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
	تغییر عادات منفی	یکشنبه ۴/۰۶	۱۶-۱۸

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	دوشنبه ۴/۰۷	کنترل خشم	

مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
	تاب آوری در زندگی	سه شنبه ۴/۰۸	۱۶-۱۸

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	چهارشنبه ۴/۰۹	باورهای نادرست درباره داروهای روان پزشکی	

مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (وسواس)	پنجشنبه ۴/۱۰	۱۴-۱۶

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	پنجشنبه ۴/۱۰	پس از جدایی	



مجموعه برنامه های تابستانه ۱۴۰۰

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	شنبه ۴/۱۲	جراتمندی	دکتر مریم حاجیلو	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	یکشنبه ۴/۱۳	آموزش پیش از ازدواج	دکتر حسن اکبرزاده	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	دوشنبه ۴/۱۴	پیچیدگی رفتار قاطعانه	دکتر ربابه نوری	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	سه شنبه ۴/۱۵	ظرفیت سازی و رشد یافتگی	دکتر عبدالله سلطانی نژاد	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	چهارشنبه ۴/۱۶	اختلال خواب	دکتر بحیره فرشچی	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۴-۱۶	پنجشنبه ۴/۱۷	آشنایی اختلالات روان پزشکی (اختلال دوقطبی ۱)	دکتر محمد کامران درخشان	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	پنجشنبه ۴/۱۷	نشانه های هشدار در ازدواج	دکتر سعیده هادی	





مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر سمیه عابدینی	اضطراب بیماری	شنبه ۴/۱۹	۱۶-۱۸



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	یکشنبه ۴/۲۰	اصول ایجاد راهکار برای مسائل	دکتر محمد کاظم زاده



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر شیلر کیخاونی	مقابله با ترس از شکست	دوشنبه ۴/۲۱	۱۶-۱۸



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	سه شنبه ۴/۲۲	چگونه رابطه عاطفی شادی داشته باشیم	دکتر سمانه ناطقیان



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر آدرخش مکر	به وقت خودشناسی توانمند سازی و رشد فردی	چهارشنبه ۴/۲۳	۱۷:۳۰-۱۹



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۴-۱۶	پنجشنبه ۴/۲۴	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (اختلال دوقطبی ۲)	دکتر محمد کامران درخشان



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر اشرف مهمان نوازان	دلگرم سازی خود و دیگری	پنجشنبه ۴/۲۴	۱۶-۱۸

مهمان ویژه تابستان ۱۴۰۰





ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	شنبه ۴/۲۶	ارزیابی و شناخت مرزها میان بهنجاری و اختلال روانی	دکتر سید سینا امامی	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	یکشنبه ۴/۲۷	مهارت ارتباط بین فردی زوجین	دکتر معصومه صفری	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	دوشنبه ۴/۲۸	عشق و آزار عاطفی	سرکار خانم مریم رامشت	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	سه شنبه ۴/۲۹	خودشیفتگی تا خود شفقت ورزی	دکتر مجید مردی	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۴-۱۶	پنجشنبه ۴/۳۱	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (وسواس ۲)	دکتر محمد کامران درخشان	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	پنجشنبه ۴/۳۱	باورهای غلط در اعتیاد	دکتر هومان نارنجی ها	

لینک ورود آپارات:

<https://www.aparat.com/moshaverehvasalamat/live>

لینک ورود اسکای روم:

<https://counseling.ut.ac.ir/tv>

پخش زنده از طریق صفحه اینستاگرام مرکز به آدرس:

@utcounseling





ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	شنبه ۵/۰۲	سلسله مباحث ارتباط موثر بر اساس نظریه تحلیل رفتار متقابل (۱)	دکتر علی بابایی زادخامه	
ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	یکشنبه ۵/۰۳	سواد ازدواج	دکتر اصغر نوروزی	
ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	دوشنبه ۵/۰۴	روابط انسانی و پیچیدگی های آن	دکتر ربابه نوری	
ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	سه شنبه ۵/۰۵	تربیت کودک با اعتماد به نفس	دکتر ثریا علوی نژاد	
ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	چهارشنبه ۵/۰۶	اختلال افسردگی	دکتر بحیره فرشچی	



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	شنبه ۵/۰۹	سلسله مباحث ارتباط موثر بر اساس نظریه تحلیل رفتار متقابل (۲)	دکتر علی بابایی زادخامه	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	یکشنبه ۵/۱۰	تقویت تفکر نقاد	دکتر محمد کاظم زاده	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	دوشنبه ۵/۱۱	کلید ارتباط موفق	دکتر شیلر کیخاونی	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	سه شنبه ۵/۱۲	مهارت زندگی با خلق منفی	دکتر مسعود چینی فروشان	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	چهارشنبه ۵/۱۳	خودمراقبتی از سلامت روان	دکتر عبدالله سلطانی نژاد	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۴-۱۶	پنجشنبه ۵/۱۴	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (اختلال خوردن ۱)	دکتر محمد کامران درخشان	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	پنجشنبه ۵/۱۴	چگونه در رودر بایستی نمانم	دکتر محمد کاظم زاده	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	شنبه ۵/۱۶	سلسله مباحث ارتباط موثر بر اساس نظریه تحلیل رفتار متقابل (۳)	دکتر علی بابایی زادخامه	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	یکشنبه ۵/۱۷	مدیریت خشم والدین	دکتر ثریا علوی نژاد	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	دوشنبه ۵/۱۸	بازسازی مدار عشقی	دکتر محمد کاظم زاده	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	سه شنبه ۵/۱۹	من و روان شناس من	دکتر سعیده هادی	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۷:۳۰-۱۹	چهارشنبه ۵/۲۰	به وقت خودشناسی توانمند سازی و رشد فردی	دکتر آذرخش مکرری	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۴-۱۶	پنجشنبه ۵/۲۱	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (اختلال خوردن ۲)	دکتر محمد کامران درخشان	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	پنجشنبه ۵/۲۱	صمیمیت در رابطه	دکتر فاطمه یونسی	



	مدرس دکتر علی بابایی زادخامه عنوان کارگاه سلسله مباحث ارتباط موثر بر اساس نظریه تحلیل رفتار متقابل (۴) تاریخ شنبه ۵/۲۳ ساعت ۱۶-۱۸
	ساعت ۱۶-۱۸ تاریخ یکشنبه ۵/۲۴ عنوان کارگاه خودآگاهی مدرس دکتر مریم حاجیلو
	مدرس دکتر ربابه نوری سواد رسانه ای و روان شناسی عنوان کارگاه تاریخ دوشنبه ۵/۲۵ ساعت ۱۶-۱۸
	ساعت ۱۶-۱۸ تاریخ سه شنبه ۵/۲۶ عنوان کارگاه روش های عملی برای ترک سیگار مدرس دکتر هومان نارنجی ها
	مدرس دکتر علی بابایی زادخامه سلسله مباحث ارتباط موثر بر اساس نظریه تحلیل رفتار متقابل (۵) عنوان کارگاه تاریخ شنبه ۵/۳۰ ساعت ۱۶-۱۸
	ساعت ۱۶-۱۸ تاریخ یکشنبه ۵/۳۱ عنوان کارگاه تکنیک های افزایش تمرکز مدرس دکتر مریم احمدیان نسب

لینک ورود آپارات:

<https://www.aparat.com/moshaverehvasalamat/live>

لینک ورود اسکای روم:

<https://counseling.ut.ac.ir/tv>

پخش زنده از طریق صفحه اینستاگرام مرکز به آدرس:

@utcounseling



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
 دکتر سعیده هادی	تعارضات زناشویی و راه حل آن	دوشنبه ۶/۰۱	۱۶-۱۸

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	سه شنبه ۶/۰۲	مدیریت انتقادهایی که می شنوم	 دکتر محمد کاظم زاده

مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
 میر سبحان سادات	رمزگشایی از دنیای درون	چهارشنبه ۶/۰۳	۱۶-۱۸

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۴-۱۶	پنجشنبه ۶/۰۴	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (اختلال خواب ۱)	 دکتر محمد کامران درخشان

مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
 دکتر سارا قربانی	موانع خودشکوفایی	پنجشنبه ۶/۰۴	۱۶-۱۸





مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر علی بابایی زادخامه	سلسله مباحث ارتباط موثر بر اساس نظریه تحلیل رفتار متقابل (۶)	شنبه ۶/۰۶	۱۶-۱۸



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	یکشنبه ۶/۰۷	دروغ هایی که به خودمان می گوئیم	دکتر مجید مردی



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر شیلر کیخاونی	راهکارهای افزایش اعتماد به نفس	دوشنبه ۶/۰۸	۱۶-۱۸



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	سه شنبه ۶/۰۹	تربیت فرزند هوشمند	دکتر ثریا علوی نژاد



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر بحیره فرشچی	اختلال ADHD	چهارشنبه ۶/۱۰	۱۶-۱۸



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۴-۱۶	پنجشنبه ۶/۱۱	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (اختلال خواب ۲)	دکتر محمد کامران درخشان



مدرس	عنوان کارگاه	تاریخ	ساعت
دکتر عبدالله سلطانی نژاد	انگیزه سازی شخصی	پنجشنبه ۶/۱۱	۱۶-۱۸



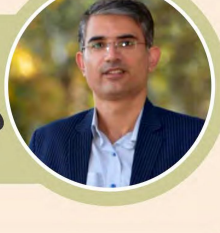


ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	شنبه ۶/۱۳	سلسله مباحث ارتباط موثر بر اساس نظریه تحلیل رفتار متقابل (۷)	دکتر علی بابایی زادخامه	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	یکشنبه ۶/۱۴	شفقت به خود	دکتر معصومه صفری	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	دوشنبه ۶/۱۵	شناخت نشانه های اختلال شخصیت	دکتر سعیده هادی	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	سه شنبه ۶/۱۶	مدیریت شکست عاطفی	دکتر مهرنوش حمزه لوییانی	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	چهارشنبه ۶/۱۷	هوش فرهنگی و روابط روزمره	دکتر حسن عبدالله زاده	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۴-۱۶	پنجشنبه ۶/۱۸	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (اختلال اسکیزوفرنی ۱)	دکتر محمد کامران درخشان	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	پنجشنبه ۶/۱۸	شناخت جلوه های خشونت در رابطه	دکتر سعیده هادی	



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	شنبه ۶/۲۰	سلسله مباحث ارتباط موثر بر اساس نظریه تحلیل رفتار متقابل (۸)	دکتر علی بابایی زادخامه	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	یکشنبه ۶/۲۱	تکنیک های یادگیری زبان دوم	دکتر مریم احمدیان نسب	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	دوشنبه ۶/۲۲	برنامه ریزی و مدیریت زمان	دکتر مریم حاجیلو	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	سه شنبه ۶/۲۳	مادر کافی = کودک شاد	دکتر ثریا علوی نژاد	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	چهارشنبه ۶/۲۴	راهکارهای مقابله با اضطراب	دکتر بحیره فرشچی	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۴-۱۶	پنجشنبه ۶/۲۵	آشنایی با اختلالات روان پزشکی (اختلال اسکیزوفرنی ۲)	دکتر محمد کامران درخشان	

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس	
۱۶-۱۸	پنجشنبه ۶/۲۵	پنج گنج مهم زندگی	دکتر اشرف مهمان نوازان	



هفته چهارم شهریورماه ۱۴۰۰

ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	شنبه ۶/۲۷	چرا پیمان شکنی؟	دکتر سعیده هادی



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	یکشنبه ۶/۲۸	آسیب ها در روابط عاطفی	دکتر حسن اکبرزاده



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	دوشنبه ۶/۲۹	مدیریت هیجان ها	دکتر ربابه نوری



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۶-۱۸	سه شنبه ۶/۳۰	مقابله با اضطراب اجتماعی	دکتر مهرانوش حمزه لوییان



ساعت	تاریخ	عنوان کارگاه	مدرس
۱۷:۳۰-۱۹	چهارشنبه ۶/۳۱	به وقت خودشناسی توانمند سازی و رشد شخصی	دکتر آذرخش مکر



لینک ورود آپارات:

<https://www.aparat.com/moshaverehvasalamat/live>

لینک ورود اسکای روم:

<https://counseling.ut.ac.ir/tv>

پخش زنده از طریق صفحه اینستاگرام مرکز به آدرس:

@utcounseling

