

برنامه‌های واحد آموزش، پژوهش و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی

ردیف	عنوان برنامه	تاریخ	نوع برنامه	مخاطب
۱	نقطه شروع	۱۷ مهر	وبینار	دانشجویان
۲	بهینه‌سازی ارتباط والد-کودک: راهکارهایی در جهت مدیریت رفتار فرزندان	۱۷ مهر	وبینار	کارکنان ادارات دولتی
۳	اهمال کاری تحصیلی	۱۸ مهر	وبینار	دانشجویان
۴	چرا ذهن من آشفته است؟ (دو جلسه)	۱۹ و ۲۸ مهر	وبینار	دانشجویان
۵	اضطراب اجتماعی	۲۰ مهر	وبینار	دانشجویان
۶	آسیب‌شناسی مسائل تحصیلی-روان‌شناختی دانشجویان (۶ ساعت)	۲۲ و ۲۹ مهر	کارگاه آموزشی	اساتید دانشگاه‌های وزارت علوم
۷	کارگاه آموزشی تمرین فلسفی (۱۲ ساعت)	۲۲ و ۲۸ مهر، ۶، ۱۳، ۲۰ و ۲۷ آبان	کارگاه آموزشی	دانشجویان
۸	ویژگی‌های انسان نسبتاً سالم	۲۳ مهر	گفت و گوی زنده در صفحه اینستاگرامی	عموم
۹	برنامه‌ریزی و مدیریت زمان	۲۴ مهر	وبینار	دانشجویان
۱۰	کنترل استرس و مدیریت بحران	۲۵ مهر	وبینار	دانشجویان
۱۱	هدف‌گزینی و انگیزه‌بخشی	۲۶ مهر	وبینار	دانشجویان

دانشجویان	وبینار	۲۷ مهر	تحلیل روابط متقابل	۱۲
عموم	گفت و گوی زنده در صفحه اینستاگرامی	آبان	خواب خوب	۱۳
عموم	گفت و گوی زنده در صفحه اینستاگرامی	آبان	تجربه‌های فراروانی	۱۴
کارکنان	وبینار	آبان	وسواس	
دانشجویان	وبینار	۳ آبان	روان چگونه از خود دفاع می‌کند؟	۱۵
دانشجویان	وبینار	۵ آبان	خودکارآمدی	۱۶
دانشجویان	وبینار	۸ آبان	تکنیک‌های افزایش تمرکز	۱۷
دانشجویان	وبینار	۱۰ آبان	سوگ و مقابله با آن	۱۸
دانشجویان	وبینار	۱۱ آبان	زندانیان نفرت	۱۹
دانشجویان	وبینار	۱۷ و ۱۸ آبان	طرحواره‌های ناسازگار اولیه (۴ ساعت)	۲۰
دانشجویان	وبینار	۲۲ و ۲۳ آبان	سواد ازدواج (۴ ساعت)	۲۱
دانشجویان	وبینار	۲۵ آبان	نشاط اجتماعی	۲۲
دانشجویان	وبینار	۲۶ آبان	تاب‌آوری	۲۳
کارکنان	وبینار	آذر	ارتباط زوجین	
دانشجویان	وبینار	۲ آذر	هنر خوب زیستن	۲۴

دانشجویان	وبینار	۴ آذر	کنترل خشم	۲۵
عموم	گفت و گوی زنده در صفحه اینستاگرامی	۵ آذر	آگاهی بخشی در ارتباط با روز جهانی پیشگیری از خشونت علیه زنان	۲۶
دانشجویان و دانش‌آموختگان رشته روان‌شناسی	وبینار	۶ آذر	روان‌درمانی بدنی	۲۷
دانشجویان	وبینار	۸ آذر	مقابله با خلق و افکار منفی	۲۸
دانشجویان	وبینار	۱۴ آذر	اختلال خواب	۲۹
دانشجویان	وبینار	۲۲ آذر	مدیریت اضطراب امتحان	۳۰
دانشجویان	وبینار	۲۳ آذر	خودشناسی در زندگی و کسب و کار	۳۱
دانشجویان	وبینار	۲۴ آذر	آمادگی برای امتحانات	۳۲
کارکنان	وبینار	دی	بی‌انگیزگی شغلی	
عموم	گفت و گوی زنده در صفحه اینستاگرامی	۱ بهمن	سلامت روان مردان با تمرکز بر تنظیم هیجان	۳۳
عموم	تولید محتوا به شکل ویدیو کلیپ در زمینه	در طول ترم	شناخت روان‌درمانی، مشاوره و فعالیت‌های مرکز مشاوره	۳۴
عموم	پادکست و ویدئوکست	در طول ترم	بحث و گفت‌وگو درباره‌ی سخنرانی‌های TED	۳۵

دانشجویان	نشریه	در طول ترم	انتشار شماره دوم و سوم نشریه کانون دانشجویی همیاران سلامت روان	۳۶
عموم	مسابقه، نشر بروشور، تهیه کلیپ، پست و استوری در صفحه اینستاگرامی	در طول ترم	اطلاع‌رسانی درباره آسیب‌های اجتماعی و اختلالات روان	۳۷
	پیام از طریق سامانه LMS	ابتدای مهر	اطلاع‌رسانی فعالیت‌های مرکز مشاوره و توانمندسازی به دانشجویان مشروطی	۳۸
	ارتباط با کلیه ادمین‌های کانال‌های مرتبط با دانشگاه و آدرس‌های مرکز مشاوره در فضاهای مجازی	اواخر شهریور و ابتدای مهر	به منظور اطلاع‌رسانی هر چه کامل‌تر رویدادها و دوره‌های آموزشی	۳۹
				۴۰