

بسمه تعالی

## عنوان برنامه: کارگاه دوره آموزش مهارت‌های ارتباطی

### روز اول:

تاریخ برنامه	ساعت	عنوان سخنرانی، کارگاه، میزگرد ...	نام و نام خانوادگی سخنران	تخصص سخنران
شنبه ۱۳۹۸/۳/۲۱	۸:۱۰ - ۸	تلاوت آیاتی از کلام ا... مجید	-	-
	۸:۳۰ - ۸:۱۰	تعریف مهارت زندگی، تاریخچه و اهمیت آن	دکتر مرضیه کبودی	دکترای سلامت باروری استادیار و مدیر گروه سلامت باروری
	۹:۰۰ - ۸:۳۰	مفهوم و فرآیند مقابله	دکتر مرضیه کبودی	-
	۹:۳۰ - ۹:۰۰	مهارت‌های مقابله‌ای	دکتر مرضیه کبودی	-
	۱۰:۰۰ - ۹:۳۰	مهارت خودآگاهی و همدلی	دکتر بهنام خالدی	عضو هیات علمی گروه روان پرستاری
	۱۰:۳۰ - ۱۰:۰۰	کارگروهی ایفای نقش همدلی و پذیرایی	مدرسین کارگاه	-
	۱۱ - ۱۰:۳۰	مهارت برقراری ارتباط و روابط بین فردی مؤثر	دکتر امیر جلالی	عضو هیات علمی گروه روان پرستاری
	۱۲ - ۱۱	مهارت مدیریت خشم	دکتر علی اکبر پرویزی	گروه روانشناسی
	۱۲:۳۰ - ۱۲	نماز	-	-
	۱۴:۰۰ - ۱۲:۳۰	استفاده خردمندانه از منابع	دکتر مرضیه کبودی	-

# عنوان برنامه: کارگاه دوروزه مهارت‌های زندگی

## روز دوم

تاریخ برنامه	ساعت	عنوان سخنرانی، کارگاه، میزگرد ...	نام و نام خانوادگی سخنران	تخصص سخنران
چهارشنبه ۱۳۹۸/۳/۲۲	۸- ۸:۱۰	تلاوت آیاتی از کلام ا... مجید	-	-
	۸:۱۰ - ۸:۳۰	مقابله با استرس	دکتر سوسن حیدرپور	دکترای سلامت باروری استادیار و مدیر گروه مامایی
	۸:۳۰ - ۹:۰۰	مهارت مدیریت زمان	دکتر مرضیه کبودی	دکترای سلامت باروری استادیار و مدیر گروه سلامت باروری
	۹:۰۰-۹:۳۰	مهارت تفکر نقادانه	دکتر مرضیه کبودی	دکترای سلامت باروری استادیار و مدیر گروه سلامت باروری
	۹:۳۰ - ۱۰:۰۰	مهارت حل تعارض	دکتر یوخابه محمدیان	گروه روانشناسی
	۱۰:۰۰ - ۱۰:۳۰	کارگروهی تعیین خودبازداری و پذیرایی	مدرسین کارگاه	-
	۱۰:۳۰ - ۱۱:۳۰	حرمت نفس	دکتر علی اکبر فروغی	گروه روانشناسی
	۱۱:۳۰ - ۱۲	تاب‌آوری	دکتر خیراله صادقی	گروه روانشناسی
	۱۲ - ۱۲:۳۰	نماز	-	-
	۱۲:۳۰ - ۱۴:۰۰	مقابله به‌عنوان فلسفه زندگی	دکتر مرضیه کبودی	-

دکتر مرضیه کبودی  
مدیر گروه سلامت باروری