

جدول برنامه های آموزشی (حضوری / مجازی)

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱

ویژه دانشجویان مشروطی

روز هفته	تاریخ شروع	ساعت برنامه	نوع برنامه	عنوان برنامه	نام مدرس	شیوه اجرا	ظرفیت دوره ۱۵ نفر
یک شنبه ها	۷/۲۴ به مدت ۵ جلسه	۱۳ الی ۱۴:۳۰	کارگاه	رهایی از کمالگرایی	محبوبه سماواتیان	حضوری	۱۵ نفر
دوشنبه ها	۷/۲۵ به مدت ۵ جلسه	۱۳ الی ۱۴:۳۰	کارگاه	ذهن آگاهی	سهیلا علوی	حضوری	۱۵ نفر
سه شنبه ها	۷/۲۶ به مدت ۵ جلسه	۱۳ الی ۱۴:۳۰	کارگاه	تنظیم هیجان	سهیلا علوی	حضوری	۱۵ نفر
چهارشنبه ها	۷/۲۷ به مدت ۵ جلسه	۱۳ الی ۱۴:۳۰	کارگاه	شفقت به خود	محبوبه سماواتیان	حضوری	۱۵ نفر