



دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی
دانشگاه تهران



دوره روان شناسی مثبت



دوره‌های آموزشی مرکز آموزش‌های آزاد



پشتیبانی تلفنی، حضوری، پیام‌رسان‌ها و سیستم تیکتینگ



گواهی معتبر از دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی



ویژه دانشجویان و دانش‌آموختگان رشته روان‌شناسی و رشته‌های مرتبط



معرفی دوره

روان‌شناسی مثبت‌گرا رویکردی در روان‌درمانی است که بر ایجاد توانمندی و هیجانات مثبت تأکید دارد و با افزایش معنا در زندگی به افزایش شادکامی و تسکین آسیب‌های روانی بیماران کمک می‌کند. روان‌شناسی مثبت به جای پرداختن بر ناهنجاری‌ها و اختلالات، بر استعداد و توانمندی‌های انسان‌ها تمرکز دارد. هدف این رویکرد شناسایی عوامل و شیوه‌هایی است که شادکامی و بهزیستی انسان‌ها را به دنبال دارد. جلسات درمانی این رویکرد بسیاری از عملکردهای شناختی مثل یادگیری و تصمیم‌گیری را ارتقا می‌دهد و روابط اجتماعی



افراد را بهبود می بخشد.

در این علم با ایجاد انگیزه، رشد خلاقیت، شیوه مثبت رویارویی با چالش‌ها، بالا بردن عزت نفس، تجربه زندگی در لحظه حال، ایجاد مدل ذهنی رشدگرایی، کوچینگ و مربی‌گری و... به فرد در خلق "زندگی که ارزش زندگی دارد" کمک می‌شود. از نتایج این دیدگاه روان‌شناسی می‌توان به تجربه حس مثبت، آرامش و غرق شدن در لحظه حال، موفقیت، روابط عالی و درک معنای اصیل زندگی اشاره کرد.





— سرفصل‌ها —

- روان‌درمانی مثبت
- اصول و مبانی روان‌درمانی مثبت
- Engagement
- توانمندی‌های منشی
- ارزش‌ها و استعداد
- ملاحظات زمینه‌ای



مخاطبان دوره چه کسانی هستند؟

روان شناسان، مشاوران، درمانگران، روان پزشکان، پژوهشگران و دانشجویان رشته‌های مشاوره، روان شناسی و علوم تربیتی می‌توانند در دوره‌های تخصصی دانشکده روان شناسی دانشگاه تهران شرکت کنند.

چرا باید در این دوره شرکت کنم؟

روان شناسی مثبت سعی دارد بر زندگی افراد تاثیرات مثبتی بگذارد و اصلی‌ترین هدف آن مربی‌گری مطلوب زندگی مراجعین است. روان شناسی مثبت کمک می‌کند افراد عواطف مثبتی در زندگی خود تجربه کنند و بتوانند نقاط قوت و استعداد های منحصر به فردشان را شناسایی و شکوفا کنند، هدفمند باشند و برای دستیابی به اهدافشان تلاش کنند.

روان شناسی مثبت در زاویه‌ی دید افراد احساس امید ایجاد می‌کند و میزان نشاط و سلامت روانی آن‌ها را افزایش می‌دهد. همچنین باعث می‌شود افراد بتوانند روابط مثبت و سالمی با دیگران برقرار کنند و نسبت به زندگی خوشبین باشند. تمامی این اثرات مطلوب باعث محبوبیت زیاد روان شناسی مثبت شده است و مراجعین و افراد زیادی از تکنیک‌های آن استقبال می‌کنند.

اگر شما هم می‌خواهید روان شناسی باشید که به مراجع خود کمک می‌کند نقاط قوتش را شکوفا کند و زندگی رضایت بخش و بانشاطی داشته باشد، در این دوره شرکت کنید.

دکتر عباس جواهری



- عضو انجمن مشاوران و سوپرویزن آمریکا
- عضو هیات علمی دانشگاه تهران
- روان درمانگر



انجام تمرین‌ها و پروژه‌های درسی

تمرین‌ها و پروژه‌های درسی طی دوره و به صورت منظم توسط استادان ارائه می‌شود و دانش پذیران موظف‌اند در زمان مقرر آن‌ها را انجام دهند. برخی از این تمرین‌ها انفرادی و برخی به صورت گروهی تعریف می‌شوند و اغلب آن‌ها به صورت عملی و کاربردی تدوین می‌گردند، انجام صحیح و به موقع تمرین‌ها در ارزیابی پایانی استاد از دانش پذیر نقش عمده‌ای را داراست.

ارزیابی پایانی و دریافت گواهینامه پایان دوره

در انتها گواهینامه پایان دوره از مراکز آموزش های کاربردی دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران به شما اعطا خواهد شد. این گواهینامه به **تایید دانشگاه** رسیده و قابل استعلام است.



پشتیبانی توسط حامیان

طرح پشتیبانی توسط حامی جهت دریافت بازخورد از نحوه اجرای دوره و رفع اشکالات آموزشی دانش پذیر است. حامی بصورت مستمر با شما در ارتباط بوده و هرگونه اشکال احتمالی پیش آمده در روند آموزش را پیگیری و آن را از طریق ارسال فایل های متنی، صوتی و یا ویدئوی آموزشی برای شما و یا برقراری ارتباط با استاد مربوطه حل می نماید.

نحوه برگزاری

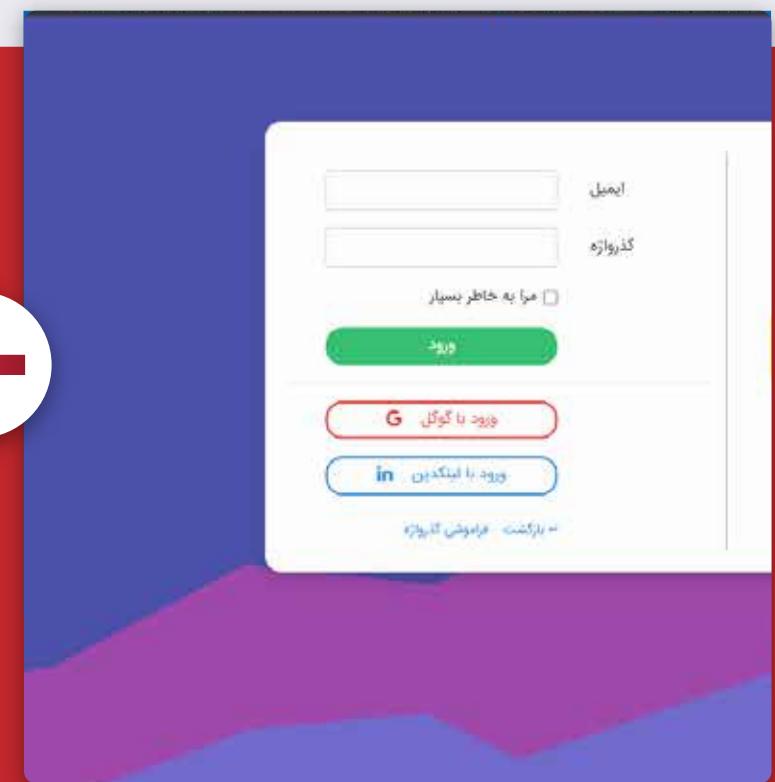
آنلاین



حضوری



نیمه حضوری



- برگزاری کلاس های آنلاین به صورت مداوم
- رفع اشکال و ارتباط مستقیم با استاد
- امکان ارتباط صوتی و تصویری در کلاس

- برگزاری کلاس های حضوری تخصصی
- ارتباط حضوری با استادان و دانش پذیران

- دسترسی به محتوای آموزشی در هر ساعتی از شبانه روز
- ارسال تمرین ها و پروژه ها از طریق پلتفرم آموزشی کاربرپسند



دوره‌های آموزشی مرکز آموزش‌های آزاد

دانشکده روان‌شناسی



دانشکده روان‌شناسی در ایران از سال ۱۳۴۸ رسماً فعالیت رسمی خود را آغاز کرده است و تا امروز نیز به‌عنوان قوی‌ترین قطب علمی و تخصصی تربیت متخصصین روان‌شناس و درمانگر در کشور فعالیت می‌نماید. با توجه به اینکه یکی از مهمترین وظایف دانشگاه‌ها توانمندسازی اقشار مختلف جامعه و رفع مشکلات و درخواست‌های سازمان‌ها و نیاز بازارکار است و از آنجائی‌که در سیستم رسمی آموزشی کشور محدودیت وجود دارد، ایجاد و توسعه جریان‌های متنوع آموزش‌های عمومی و تخصصی در دانشگاه‌ها امری ضروری است. مرکز آموزش‌های آزاد دانشکده روان‌شناسی دانشگاه تهران با هدف ارتقاء دانش کاربردی روان‌شناسان و درمان‌گران کشور و توسعه کیفی مهارت‌های آن‌ها راه‌اندازی شده است. این مرکز در سال‌های اخیر با توجه به نیازهای روز افزون جامعه به دانش و مهارت‌های حرفه‌ای و کاربردی، به برگزاری دوره‌های کوتاه مدت با هدف ارتقاء سطح دانش و تخصص اقدام کرده است.





www.TVF.ir

☎ ۰۲۱ ۲۲ ۳۸۵۹۵۱

☒ ۰۹۳۹۳۰۹۰۲۶۰ ۰۹۳۹۳۰۹۰۲۷۰



بزرگراه شهید دکتر چمران، خیابان جلال آل احمد
روبروی کوی نصر، خیابان دکتر کاردان