

بسمه تعالی

با سلام و خدایوت

جزوات در چند دسته تقدیم می شود:

جزوات آموزشی در زمینه ازدواج

پیشگیری و درمان اعتیاد به دخانیات و مخدرها

سایر موارد مراجعان

توانمندسازی مشاوران

نشانی های ذکر شده فعال است. یعنی با ضربه بر عنوان، می توانید فایل را دریافت نمایید.

## جزوات آموزشی در زمینه ازدواج

<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1614586696-khkh-001-10.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1614586696-khkh-001-10.pdf</a>	باورهای شایع در مورد ازدواج	۱
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1618121467-khkh-issue-2-05.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1618121467-khkh-issue-2-05.pdf</a>	اهداف و دلایل درست و نادرست ازدواج	۲
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1621058765-3.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1621058765-3.pdf</a>	چرا بعضی از افراد ازدواج نمی کنند؟	۳
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1624943818-khesht-aval-issue-4.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1624943818-khesht-aval-issue-4.pdf</a>	وضعیت ازدواج و طلاق در ایران / تاثیر ازدواج بر سلامت جسم و روان / مهمترین علل جدایی / رابطه مدت زمان زندگی مشترک با طلاق	۴
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1627055866-khkh-issue-5-0426.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1627055866-khkh-issue-5-0426.pdf</a>	عوامل پیش بینی کننده ازدواج موفق	۵
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1630837992-khkh-issue-6-0529-2.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1630837992-khkh-issue-6-0529-2.pdf</a>	مرزها در خانواده / سبک های ارتباطی / نحوه حل تعارض / قدرت و تصمیم گیری	۶
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1636432804-kheshteh-aval-7.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1636432804-kheshteh-aval-7.pdf</a>	نقش خانواده در ازدواج / شناسایی الگوهای خانوادگی / سبک های انتخاب همسر	۷
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1639544807-khkh-issue-8-0813-3.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1639544807-khkh-issue-8-0813-3.pdf</a>	افراد در آستانه ازدواج چه چالش هایی با خانواده دارند؟	۸
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1641703387-9.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1641703387-9.pdf</a>	پختگی های لازم برای ازدواج / دو نظریه مهم انتخاب همسر	۹
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1644381983-khkh-issue-10-1025-4.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1644381983-khkh-issue-10-1025-4.pdf</a>	ملاک های ازدواج	۱۰
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1645624764-11.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1645624764-11.pdf</a>	معرفی و سنجش نیازهای پنجگانه	۱۱

<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/khkh-issue-11-001117-3.pdf">khkh-issue-11-001117-3.pdf</a>	<u>نظریه انتخاب و نقش آنها در زندگی مشترک</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1647327183-12.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1647327183-12.pdf</a>	<u>نقش آمادگی اقتصادی افراد در ازدواج</u>	۱۲
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1650776158-13.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1650776158-13.pdf</a>	<u>تعامل زوج ها در دوران آشنایی</u>	۱۳
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1646541760-mariage-counseling-111-0-02.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1646541760-mariage-counseling-111-0-02.pdf</a>	<u>کتاب راهنمای ازدواج</u>	۱۴
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555004800-counselingcenter-dsha.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555004800-counselingcenter-dsha.pdf</a>	<u>شکست عاطفی و ابعاد آن</u>	

### پیشگیری و درمان اعتیاد به دخانیات و مخدرها

<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554981928-counselingcenter-4btshdn.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554981928-counselingcenter-4btshdn.pdf</a>	<u>برای ترک سیگار هیچ وقت دیر نیست</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554981659-counselingcenter-4mdbs.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554981659-counselingcenter-4mdbs.pdf</a>	<u>مقاومت در برابر وسوسه سیگار</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1621831968-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1621831968-.pdf</a>	<u>دود دست دوم دخانیات</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1621830858-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1621830858-.pdf</a>	<u>قلیان اپیدمی جهانی</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1621829912-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1621829912-.pdf</a>	<u>دلایلی برای ترک دخانیات</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569311457-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569311457-.pdf</a>	<u>همین حالا شروع کن (برای ترک سیگار)</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569309985-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569309985-.pdf</a>	<u>حمایت اثربخش برای ترک سیگار</u> <u>مراجع</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554981426-counselingcenter-4st.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554981426-counselingcenter-4st.pdf</a>	<u>سیگار و تندرستی</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554981239-counselingcenter-4hhs.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554981239-counselingcenter-4hhs.pdf</a>	<u>هفت حقیقت درباره سیگار</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554976435-counselingcenter-4msg.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554976435-counselingcenter-4msg.pdf</a>	<u>آشنایی با عوارض سیگار و قلیان</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1635139030-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1635139030-.pdf</a>	<u>سوالات رایج درباره قرص های روان پزشکی و قرص اعصاب</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547548465-counselingcenter-11.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547548465-counselingcenter-11.pdf</a>	<u>حقایق درباره زندگی سالم و به دور از مواد-نکات عملی</u>	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547545836-">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547545836-</a>	<u>پیشگیری اولیه از اعتیاد با تاکید بر</u>	

<a href="https://counselingcenter-9.pdf">counselingcenter-9.pdf</a>	رسانه	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1624447841-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1624447841-.pdf</a>	حقایق درباره ماری جوانا-گلف، علف، گراس	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1560840661-1-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1560840661-1-.pdf</a>	درباره مخدرها بیشتر بدانیم سالم بمانیم	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1636637704-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1636637704-.pdf</a>	پیشگیری اولیه از اعتیاد با تاکید بر خانواده	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555004641-counselingcenter-5aree.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555004641-counselingcenter-5aree.pdf</a>	ابعاد روانی و اجتماعی اعتیاد	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/155500413-counselingcenter-5bshve.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/155500413-counselingcenter-5bshve.pdf</a>	باورهای شایع و غلط درباره اعتیاد	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554980409-counselingcenterpmm.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554980409-counselingcenterpmm.pdf</a>	راهنمای پیشگیری از مصرف مواد	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554977042-counselingcenter-4mmr.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554977042-counselingcenter-4mmr.pdf</a>	مواد مخدر، مغز و رفتار	

### سایر موارد مراجعان

<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1584170972-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1584170972-.pdf</a>	توکل به خدا به عنوان راهبرد حل مشکلات زندگی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547545429-counselingcenter-7.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547545429-counselingcenter-7.pdf</a>	آموزش مهارت های معنوی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555003764-counselingcenter-5rokhm.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555003764-counselingcenter-5rokhm.pdf</a>	اصول خودمراقبتی در سلامت روان	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569649471-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569649471-.pdf</a>	راهکار خود مراقبتی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547551265-counselingcenter-14.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547551265-counselingcenter-14.pdf</a>	راهنمایی برای سازگاری با زندگی دانشجویی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554980076-counselingcenter-1-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554980076-counselingcenter-1-.pdf</a>	گام به گام تا سلامت روان	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554978394-counselingcenter.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554978394-counselingcenter.pdf</a>	گام به گام تا سلامت روان- دانشجویان کارشناسی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555001699-counselingcenter-5eammm.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555001699-counselingcenter-5eammm.pdf</a>	پیگیری عادات موثر مطالعه	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569318011-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569318011-.pdf</a>	راهنمای گام به گام مطالعه	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547546153-">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547546153-</a>	مهارت برنامه ریزی تحصیلی و	

<a href="https://counselingcenter-10.pdf">counselingcenter-10.pdf</a>	<u>مدیریت زمان</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1592044397-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1592044397-.pdf</a>	<u>راهنمای آموزش گام به گام</u> <u>نشاط</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555006875-counselingcenter-5ne.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555006875-counselingcenter-5ne.pdf</a>	<u>نشاط اجتماعي</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1584171258-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1584171258-.pdf</a>	<u>افزایش توان صبر و بردباری</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554985252-counselingcenter-5dkbmd.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554985252-counselingcenter-5dkbmd.pdf</a>	<u>دانستنی های کاربردی برای</u> <u>موفقیت در دانشگاه</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1634995759-soft-skills.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1634995759-soft-skills.pdf</a>	<u>مهارت های نرم</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587970168-1-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587970168-1-.pdf</a>	<u>تغذیه و روزه داری در ماه</u> <u>رمضان ۱</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587970744-2-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587970744-2-.pdf</a>	<u>تغذیه و روزه داری در ماه</u> <u>رمضان ۲</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587970908-3-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587970908-3-.pdf</a>	<u>تغذیه و روزه داری در ماه</u> <u>رمضان ۳</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587971194-4-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587971194-4-.pdf</a>	<u>تغذیه و روزه داری در ماه</u> <u>رمضان ۴</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587972394-5-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1587972394-5-.pdf</a>	<u>تغذیه و روزه داری در ماه</u> <u>رمضان ۵</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555001496-counselingcenter-5chkh.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555001496-counselingcenter-5chkh.pdf</a>	<u>زندگی با کیفیت و چربی خون</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555001326-counselingcenter-5gkvs.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555001326-counselingcenter-5gkvs.pdf</a>	<u>زندگی با کیفیت و قند خون</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554999535-counselingcenter-5kfkvs.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554999535-counselingcenter-5kfkvs.pdf</a>	<u>زندگی با کیفیت و فشار خون</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554999309-counselingcenter-5measdk.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554999309-counselingcenter-5measdk.pdf</a>	<u>زندگی با کیفیت و مشکلات</u> <u>اسکلتي عضلاني</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554998885-counselingcenter-5hrst.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554998885-counselingcenter-5hrst.pdf</a>	<u>زندگی با کیفیت و اهمیت تحرک</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554998583-counselingcenter-5soma.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554998583-counselingcenter-5soma.pdf</a>	<u>زندگی با کیفیت و سلامت</u> <u>استخوان ها</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554998291-counselingcenter-5bamk.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554998291-counselingcenter-5bamk.pdf</a>	<u>زندگی با کیفیت و بی انگیزگی</u> <u>در محل کار</u>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554985515-counselingcenter-5es.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1554985515-counselingcenter-5es.pdf</a>	<u>زندگی با کیفیت و رهایی از</u> <u>استرس شغلي</u>

<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۳۷۶۵۰۲۱۱-hiv-۰۸۱۵-۲.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۳۷۶۵۰۲۱۱-hiv-۰۸۱۵-۲.pdf</a>	<a href="#">ایدز آنچه هست و آنچه نیست</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/fa/download/category/۱۴۳/%D۸%A۷%DB%AC%D۹%۸۶%D۹%۸۱%D۹%۸۸%DA%AF%D۸%B۱%D۸%A۷%D۹%۸۱%DB%AC%DA%A۹">https://counseling.ut.ac.ir/fa/download/category/۱۴۳/%D۸%A۷%DB%AC%D۹%۸۶%D۹%۸۱%D۹%۸۸%DA%AF%D۸%B۱%D۸%A۷%D۹%۸۱%DB%AC%DA%A۹</a>	<a href="#">اینفوگرافی های آگاهی از ایدز</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۳۷۶۴۳۵۸۲-۰۸۱۹-۲.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۳۷۶۴۳۵۸۲-۰۸۱۹-۲.pdf</a>	<a href="#">عفونت های آمیزشی در یک نگاه</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۷۰۶۵۲-counselingcenter-۴.v۵.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۷۰۶۵۲-counselingcenter-۴.v۵.pdf</a>	<a href="#">اختلالات اضطرابی - وسواسی اجباری</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۷۰۱۷۳-counselingcenterooo-۴.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۷۰۱۷۳-counselingcenterooo-۴.pdf</a>	<a href="#">اختلالات اضطرابی - پانیک - حمله وحشت</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۶۹۹۰۱-counselingcenterrr-۴.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۶۹۹۰۱-counselingcenterrr-۴.pdf</a>	<a href="#">اختلالات اضطرابی - اضطراب فراگیر</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۶۹۲۶۹-counselingcenter-۴.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۶۹۲۶۹-counselingcenter-۴.pdf</a>	<a href="#">اختلالات اضطرابی - اضطراب اجتماعی</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۶۸۴۴۷-counselingcenter-۳.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۵۴۹۶۸۴۴۷-counselingcenter-۳.pdf</a>	<a href="#">اختلالات اضطرابی - استرس پس از سانحه</a>

### جزوات توانمندسازی مشاوران

<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۵۰۸۶۳۷۲۳۰.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۵۰۸۶۳۷۲۳۰.pdf</a>	<a href="#">مددکاری اجتماعی برای سلامت روان</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۳۷۶۵۰۷۸۸-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۳۷۶۵۰۷۸۸-.pdf</a>	<a href="#">مددکاری اجتماعی دانشگاه</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۴۸۹۵۶۶۸۶-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۴۸۹۵۶۶۸۶-.pdf</a>	<a href="#">مشاوره مسیر شغلی دانشجویان</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۴۱۷۱۸۸۴۴-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۴۱۷۱۸۸۴۴-.pdf</a>	<a href="#">راهنمای سلامت روان دانشجویان</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۴۷۵۴۸۶۸۱-counselingcenter-۱۳.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۴۷۵۴۸۶۸۱-counselingcenter-۱۳.pdf</a>	<a href="#">راهنمای آموزش در گروه های رشد</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۴۷۵۴۵۳۶۶-counselingcenter-۶.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۴۷۵۴۵۳۶۶-counselingcenter-۶.pdf</a>	<a href="#">تقویت مهارت معنوی مخاطبان</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۴۷۵۴۵۲۵۲-counselingcenter-۵.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۴۷۵۴۵۲۵۲-counselingcenter-۵.pdf</a>	<a href="#">مشاوره و روان درمان گری با رویکرد معنویت</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۳۴۴۵۰۶۲۹-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۶۳۴۴۵۰۶۲۹-.pdf</a>	<a href="#">مداخله در بحران</a>
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۷۳۴۵۰۱۶۴-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/۱۵۷۳۴۵۰۱۶۴-.pdf</a>	<a href="#">مداخله در بحران ۲</a>

<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1610030082-criss-intervention.pdf">criss-intervention.pdf</a>		
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1610030082-6.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1610030082-6.pdf</a>	راهنمای خدمات غیر حضوری به مخاطبان	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569737244-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1569737244-.pdf</a>	آموزش مهارتهای معنوی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555005068-counselingcenter-5r.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555005068-counselingcenter-5r.pdf</a>	راهنمای کمک های اولیه روان شناختی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555003567-counselingcenter-5bb.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555003567-counselingcenter-5bb.pdf</a>	یک سوال پرسید یک زندگی نجات دهید- کتاب بتا	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555003349-counselingcenter-5pm.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1555003349-counselingcenter-5pm.pdf</a>	پیگیری مراقبتی مراجعان	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1567420616-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1567420616-.pdf</a>	کمک به دانشجویان دارای مشکلات عاطفی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547545124-counselingcenter-4.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547545124-counselingcenter-4.pdf</a>	تکنیک های نظم بخشی هیجانی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547545007-counselingcenter-3.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547545007-counselingcenter-3.pdf</a>	رفتار درمانی دیالکتیکی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1631363666-.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1631363666-.pdf</a>	پیشگیری از خودکشی مراجعان	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1599565439-4.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1599565439-4.pdf</a>	ویژه نامه پیشگیری از خودکشی	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1635138353-understand-suicide.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1635138353-understand-suicide.pdf</a>	کشف و ارزیابی افکار خودکشی در دانشجویان	
<a href="https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547548568-counselingcenter-12.pdf">https://counseling.ut.ac.ir/file/download/download/1547548568-counselingcenter-12.pdf</a>	ارزیابی و مدیریت خودکشی	


دریافت ماهنامه های پیام مشاور

<https://counseling.ut.ac.ir/fa/download/category/20/%D9%85%D8%A7%D9%87%D9%86%D8%A7%D9%85%D9%87-%D9%BE%DB%AC%D8%A7%D9%85-%D9%85%D8%B4%D8%A7%D9%88%D8%B1>

راهنمای والدین در برخورد با دانشجو

<https://counseling.ut.ac.ir/fa/download/category/۹۳/%D۸%AE%D۸%AF%D۹%۸۶%D۹%۸۸%D۸%AF%D۹%۸۷-%D۹%۸۸-%D۸%AF%D۸%AF%D۹%۸۶%D۸%B۴%DA%AF%D۸%AF%D۹%۸۷>

دریافت همه شماره های ماهنامه خشت اول (ازدواج و خانواده):

<https://counseling.ut.ac.ir/fa/download/category/۶۹/ماهنامه-خشت-اول>

دریافت جزوات (پمفلت) مشاوره دانشگاه تهران

[www.b۲n.ir/s۶۷۹۵۹](http://www.b۲n.ir/s۶۷۹۵۹)

ویژه نشریات معلم مهر (ویژه اساتید)

<https://counseling.ut.ac.ir/fa/download/category/۱۱/%D۹%۸۵%D۸%B۹%D۹%۸۴%D۹%۸۵-%D۹%۸۵%D۹%۸۷%D۸%B۱-%D۹%۸۸%DB%۸C%DA%۹۸%D۹%۸۷-%D۸%AF%D۸%B۳%D۸%AF%D۸%AA%DB%۸C%D۸%AF>

بروشورهای مرکز مشاوره دانشگاه تهران

<https://counseling.ut.ac.ir/fa/download/category/۱۹/%D۸%AA%D۸%B۱%D۹%۸۸%D۸%B۴%D۹%۸۸%D۸%B>  
۱

گاهنامه سلامت روان دانشگاه تهران

<https://counseling.ut.ac.ir/fa/download/category/۵۳/%DA%AF%D۸%AF%D۹%۸۷%D۹%۸۶%D۸%AF%D۹%۸۵%D۹%۸۷-%D۸%B۳%D۹%۸۴%D۸%AF%D۹%۸۵%D۸%AA-%D۸%B۱%D۹%۸۸%D۸%AF%D۹%۸۶>

بروشورهای مرکز مشاوره دانشگاه صنعتی شریف

<https://counseling.sharif.edu/publications>

و دانشگاه علم و صنعت

[www.b۲n.ir/d۳۹۴۶۷](http://www.b۲n.ir/d۳۹۴۶۷)

و دانشگاه تبریز

[www.b۲n.ir/t۷۹۶۴۲](http://www.b۲n.ir/t۷۹۶۴۲)

و خبرنامه های دفتر مشاوره و سلامت

[www.b۲n.ir/m۲۵۷۹۸](http://www.b۲n.ir/m۲۵۷۹۸) و [www.b۲n.ir/r۰۹۳۴۵](http://www.b۲n.ir/r۰۹۳۴۵)

و نمای یک برگه هدایت شغلی

[www.b۲n.ir/u۶۵۵۹۲](http://www.b۲n.ir/u۶۵۵۹۲)

## پمفلت آموزشی چیست و روش ساخت آن چگونه است؟

پمفلت نوعی رسانه آموزشی است. در ابعاد کاغذ A4 تهیه میشود. و به طور معمول به سه قسمت تقسیم میگردد. این رسانه می تواند آموزشی، هشدار دهنده و یا تبلیغاتی باشد. کم حجم بوده و برای مطالعه از حوصله شخص مطالعه کننده خارج نیست. پمفلت به عنوان یک تقویت کننده یادگیری برای جلسات گروهی و آموزشهای فردی مورد استفاده واقع میشود. به عنوان یک یاد آورنده نکات مهم جلسه آموزشی عمل می کند. این رسانه را در مکان های عمومی و به هنگام در خواست افراد میتوان به آنها ارائه نمود.

اصول کلی که جهت تهیه این رسانه می بایست در نظر باشد عبارت است از: منطبق بودن مطالب و تصاویر با شرایط محلی موجود – استفاده از تصاویر و رنگهای جالب – بر خور داری از زبان ساده و قابل فهم برای گروه هدف مورد نظر پمفلت – داشتن پیامهایی که می بایست کوتاه و مرتبط با موضوع پمفلت باشد و ذکر آدرسی جهت پاسخگویی به سوالاتی که ممکن است به دنبال مطالعه پمفلت برای مخاطب پیش بیاید.