

انجمن ستین برگزار می کند: سمینار هرچه می خواهد دل تنگت بگو

موضوع سمینار:

- مدیریت احساسات و ارتباطات در دوران بحران
- تکنیک مدیریت استرس و خشم
- تکنیک کسب قدرت در شرایط بحران
- تکنیک کسب آرامش در زمان بحران و اختلافات
- چطور طرف مقابل را طوری بشنویم که تنش کمتر شود
- تکنیک درک متقابل با اصول گوش دادن فعال
- تکنیک بیان احساسات به صورت شفاف
- تکنیک حل اختلاف در زمان بحران با تنش
- تکنیک بازسازی ارتباطات

تاریخ: یکشنبه 2026/04/19

زمان: ساعت 18:00-20:00

سخنران: خانم دکتر سهیلا دادخواه، روان درمانگر
با حضور افتخاری جناب افشین زنگنه اجرای موسیقی فولکور
ورودی: ۵۰ کرون برای هر نفر که در محل پرداخت می شود.

مکان: سالن اجتماعات انجمن

VASSGATAN 3A, 421 33 GÖTEBORG

ثبت نام: برای شرکت در سمینار لطفاً از طریق این پیوند [سمینار] ثبت نام کنید.

Web: setin.se

Email: info@setin.se

Telefon: 0793-410638



ABF VÄST