



به نام خدا

## وبینار آشنایی با اضطراب و اختلالات اضطرابی در نوجوانان

وبینار آشنایی با اضطراب در تاریخ ۱۴۰۱/۸/۲ به صورت آنلاین در کارسنج مدرسه جهت اولیا محترم برگزار شد ابتدا خانم مدرسی سرپرست دبیرستان ، در مورد مسائل آموزشی و نحوه تشکیل کلاسهای پژوهشی و ... توضیحاتی دادند. سپس خانم دکتر فریده یکتا منفرد ، روانشناس بالینی و روان درمانگر اختلالات اضطرابی فردی و خانواده ، در مورد: شناخت اضطراب در نوجوانان ، علائم اضطراب ، آگاهی نسبت به علائم اضطرابی صحبت فرمودند سپس به بررسی انواع اختلال پرداختند و در انتها تکنیک های آرامش را توضیح دادند .

در پایان خانم دلیر معاونت آموزشی در مورد امتحانات آبان ماه و برگزاری ملاقات اولیا با دبیران ، مسائل آزمایشگاه و همچنین حل شدن مشکل ورزشگاه صحبت کردند. ایشان تاکید بر همکاری اولیا با شرکت در جلسات آموزش خانواده و نیز کم کردن استرس دانش آموزان در فضای خانه داشتند و نیز با ابراز امیدواری به برگزاری اجرای برنامه های شاد در مدرسه جلسه را به پایان بردند

