

چطور احساس کنیم، بدون اینکه از هم بیانشیم

گروه درمانی به زبان فارسی

در این روزها که زندگی روزمره ما تحت تأثیر رویدادهای ایران قرار گرفته است، این گروه درمانی آنلاین فضایی امن و حمایتگر فراهم می‌کند تا مهارت‌هایی برای **کنترل احساسات و ایجاد تعادل درونی** یاد بگیریم.



به زبان فارسی



مدت: ۶ هفته



مجازی (آنلاین)



نوامبر ۵ تا دسامبر ۱۰



۸-۶ بعد از ظهر

هزینه: جلسه ای ۴۰ دلار
(کل جلسات: \$۲۲۵)



“

ما در رابطه با دیگران زخم می‌خوریم، و در رابطه با دیگران درمان می‌شویم.

— گابور ماته —

برگزار کننده:

مهرنوش تحصیلداران

روان‌درمانگر ثبت‌شده در انتاریو – (Qualifying)



برای ثبت‌نام، لطفاً کد QR را اسکن کنید یا به لینک
موجود در بایو مراجعه کنید.

@therapyuninterrupted

@mehrnoosh.therapy