



انتخاب بهتر

موسسه بهداشت و سلامت جوانان



الهام زارع

ELHAM ZARE

کارشناسی ارشد مشاور خانواده و ازدواج
سوپروایزر و عضو هیات علمی موسسه بین المللی ویلیام گلسر

شماره تماس: ۰۹۳۰۹۸۹۹۱۳۴ شهر: تهران  اینستاگرام: @honare_rabete 

زمان بیکرانه را تو با شمار گام عمر ما مسنج
به پای او دمی است این درنگ درد و رنج...
بسان رود که در نشیب دره سر به سنگ میزند
رونده باش
امید هیچ معجزی ز مرده نیست
زنده باش

تاریخ ویرایش: ۱۳۹۸/۹/۲۲
www.thebetterchoice.ir

تحصیلات

۹۳-۱۳۹۰ کارشناسی ارشد مشاوره خانواده

۸۸-۱۳۸۴ کارشناسی روانشناسی عمومی

حوزه فعالیت

مشاوره فردی (رشد شخصی، مدیریت خود، بهبود روابط بین فردی، شکست عاطفی)، مشاوره پیش از ازدواج، درمان رابطه ها (زوج درمانی و غنی سازی رابطه، خانواده درمانی و بهبود رابطه والد و فرزندی).

عضویت در مجامع علمی و حرفه‌ای

عضو هیات علمی موسسه بین المللی ویلیام گلسر و موسسه تئوری انتخاب و واقعیت درمانی ایران.

عضو سازمان نظام روانشناسی و مشاوره ایران به شماره ۲۵۲۲۸

عضو انجمن روانشناسی ایران.

گواهینامه‌ها

۲۰۱۹. گواهینامه دوره زوج درمانی تخصصی (جان گاتمن) از موسسه آموزش تئوری انتخاب و واقعیت درمانی ایران زیر نظر دکتر علی صاحبی و دکتر مهدی اسکندری.

۲۰۱۹. گواهینامه شرکت در سومین همایش سراسری روانشناسان و مشاوران (پیشگیری از آسیبهای روانی، اجتماعی و مشارکت در مدیریت بحران از خانه روانشناسان و مشاوران و سازمان بهزیستی کشور.

۲۰۱۷. گواهینامه دوره آموزشی مداخلات روانشناختی برای زوجین در بحران طلاق از بهزیستی استان تهران.

۲۰۱۷. گواهینامه دوره آموزش عالی مربیگری مهارتهای ازدواج از موسسه آموزش عالی مدت.

۲۰۱۷. گواهینامه مربی دوره های عملی واقعیت درمانی، تئوری انتخاب و مدیریت راهبرانه از موسسه بین المللی ویلیام گلسر زیر نظر دکتر علی صاحبی و جودی هتسویل.

۲۰۱۶. گواهینامه مربی دوره پایه واقعیت درمانی، تئوری انتخاب و مدیریت راهبرانه از موسسه بین المللی ویلیام گلسر زیر نظر دکتر علی صاحبی و جودی هتسویل.

۲۰۱۶. گواهینامه دوره زوج درمانی تخصصی درمان خیانت (affair) از موسسه بین المللی ویلیام گلسر زیر نظر دکتر علی صاحبی.

۲۰۱۶. گواهینامه دوره تخصصی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) از موسسه آموزش تئوری انتخاب و واقعیت درمانی ایران زیر نظر دکتر علی صاحبی و مهدی اسکندری.

۲۰۱۶. گواهینامه دوره کارورزی تخصصی واقعیت درمانی و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد از مرکز مشاوره انتخاب زیر نظر دکتر علی صاحبی.

۲۰۱۵. گواهینامه شرکت در نخستین همایش بین المللی روانشناسی و مشاوره از دانشگاه آزاد مرودشت.

۲۰۱۴. گواهینامه تخصصی واقعیت درمانی، تئوری انتخاب و مدیریت راهبرانه از موسسه بین المللی ویلیام گلسر زیر نظر دکتر علی صاحبی.

۲۰۱۴. گواهینامه دوره چهارم (عملی پیشرفته) واقعیت درمانی و تئوری انتخاب از موسسه واقعیت درمانی و تئوری انتخاب و مدیریت راهبرانه از موسسه بین المللی ویلیام گلسر زیر نظر دکتر علی صاحبی.

۲۰۱۳. گواهینامه دوره سوم (پیشرفته) واقعیت درمانی و تئوری انتخاب از موسسه واقعیت درمانی و تئوری انتخاب و مدیریت راهبرانه از موسسه بین المللی ویلیام گلسر زیر نظر دکتر علی صاحبی.

۲۰۱۳. گواهینامه دوره آموزشی تشخیص و درمان اختلالات جنسی از موسسه عصر اندیشه زیر نظر دکتر محمدرضا سرگلزایی.

۲۰۱۳. گواهینامه دوره آموزشی رویکردهای پست مدرن زوج درمانی از سومین همایش ملی روانشناسی، تربیت، کار و سلامت زیر نظر دکتر نصیر داستان.

- ◀ ۲۰۱۳. گواهینامه شرکت در سومین همایش ملی روانشناسی، تربیت، کار و سلامت از دانشگاه آزاد مرودشت.
- ◀ ۲۰۱۳. گواهینامه دوره آموزشی تربیت جنسی کودکان و نوجوانان از سومین همایش ملی روانشناسی، تربیت، کار و سلامت زیر نظر دکتر نازنین هنرپوران.
- ◀ ۲۰۱۲. گواهینامه دوره دوم (عملی پایه) واقعیت درمانی و تئوری انتخاب از موسسه واقعیت درمانی و تئوری انتخاب و مدیریت راهبرانه از موسسه بین المللی ویلیام گلسر زیر نظر دکتر علی صاحبی.
- ◀ ۲۰۱۲. گواهینامه دوره اول (پایه) واقعیت درمانی و تئوری انتخاب از موسسه واقعیت درمانی و تئوری انتخاب و مدیریت راهبرانه از موسسه بین المللی ویلیام گلسر زیر نظر دکتر علی صاحبی.
- ◀ ۲۰۱۲. گواهینامه دوره آموزشی زوج درمانی هیجان مدار از مرکز مشاوره مهرسا زیر نظر دکتر نازنین هنرپوران.
- ◀ ۲۰۱۲. گواهینامه دوره آموزشی پیش از ازدواج از مرکز مشاوره مهرسا زیر نظر دکتر نازنین هنرپوران.
- ◀ ۲۰۱۲. گواهینامه دوره آموزشی زوج درمانی هیجان مدار از مرکز مشاوره مهرسا زیر نظر دکتر نازنین هنرپوران.
- ◀ ۲۰۱۲. گواهینامه دوره آموزشی سکس تراپی از مرکز مشاوره مهرسا زیر نظر دکتر نازنین هنرپوران.
- ◀ ۲۰۱۲. گواهینامه دوره آموزشی روان درمانی وجودی از مرکز مشاوره مهرسا زیر نظر دکتر نازنین هنرپوران.
- ◀ ۲۰۱۲. گواهینامه دوره آموزشی مشاوره با نوجوان از مرکز مشاوره مهرسا زیر نظر دکتر نازنین هنرپوران.
- ◀ ۲۰۱۲. گواهینامه دوره آموزشی مهارت های زندگی از مرکز مشاوره مهرسا زیر نظر دکتر نازنین هنرپوران.

- ◀ ۱۳۹۸. روانشناس و مشاور زوج و خانواده در مرکز مشاوره کوثر.
 - ◀ ۱۳۹۶-۱۳۹۸. روانشناس و مشاور زوج و خانواده در مرکز مشاوره اردیبهشت.
 - ◀ ۱۳۹۳-۱۳۹۸. روانشناس و زوج و خانواده در مرکز مشاوره انتخاب.
 - ◀ ۱۳۹۴-۱۳۹۷. روانشناس و مشاور در مدرسه رهیار.
 - ◀ ۱۳۹۱-۱۳۹۳. روانشناس و مشاور زوج و خانواده و مدرس در فرهنگسرای حافظ.
 - ◀ ۱۳۹۱-۱۳۹۳. روانشناس و مشاور زوج و خانواده و مدرس در مرکز مشاوره ایلیا.
- برگزاری کارگاههای آموزش روانشناسی برای عموم و متخصصین روانشناسی در زمینه های آموزش تئوری انتخاب، خودشناسی، مدیریت خود و کنترل هیجانات، مهارت های زندگی، مهارت های زندگی زناشویی، توانمندسازی خود، بهبود کیفیت زندگی، غنی سازی و بهبود روابط زناشویی، سکس تراپی، مهارت های پیش از ازدواج، هنر رابطه، مهارت های فرزندپروری و تربیت جنسی در شهرهای تهران، شیراز، اصفهان، مشهد و کرج.

ارتباط، مسئولیت پذیری، مهرورزی، خوش بینی، همدلی، تاب آوری، گوش دادن فعال، یادگیری، گشودگی، شنا.

موسیقی، مطالعه، یادگیری، سفر، طبیعت گردی، برقراری ارتباط، خطاطی، شنا، شعر، عکاسی، تئاتر و سینما.

سابقه و تجربه های کاری

توانمندی

علایق

- ◀ ۱۳۹۷. اثربخشی مشاوره گروهی به شیوه واقعیت درمانی بر تمایلات جنسی زنان متاهل. نشریه پژوهش.
- ◀ ۱۳۹۵. اثربخشی مشاوره گروهی به شیوه واقعیت درمانی بر رضایت جنسی زنان متاهل. همایش ملی روانشناسی و مشاوره و سلامت دانشگاه مرودشت.
- ◀ ۱۳۹۴. اثربخشی مشاوره گروهی به شیوه واقعیت درمانی بر صمیمیت زنان متاهل. همایش بین المللی روانشناسی و مشاوره.
- ◀ ۱۳۹۳. اثربخشی مشاوره گروهی به شیوه واقعیت درمانی بر صمیمیت و رضایت جنسی زنان متاهل. پایان نامه کارشناسی ارشد.
- ◀ ۱۳۸۸. بررسی و مقایسه رضایت مندی زناشویی در سه سبک ازدواج عاشقانه، سنتی و از پیش تعیین شده. پایان نامه کارشناسی.