

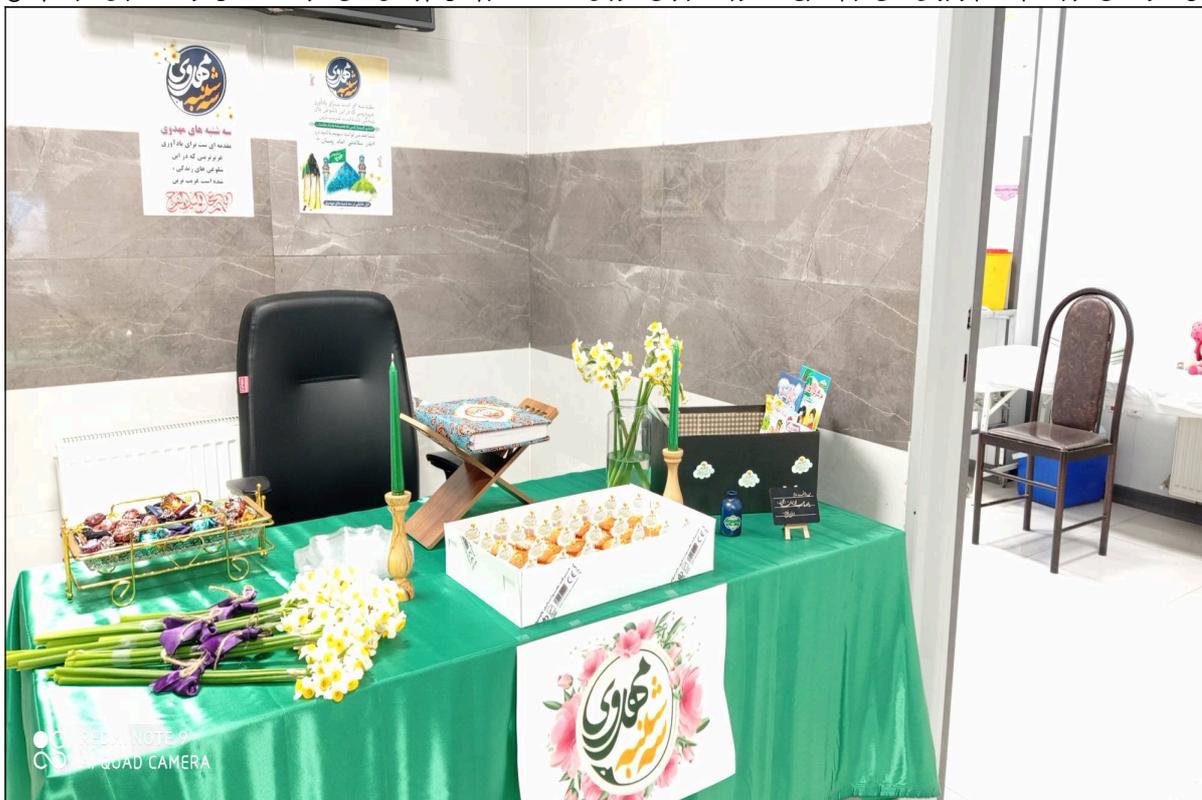
برگزاری کارگاه آموزشی مدیریت خشم در مرکز درمان و بازتوانی سوءمصرف مواد مخدر ایران زمین

به منظور ارتقای مهارت‌های کنترل هیجان و پیشگیری از رفتارهای پرخطر، کارگاه آموزشی «مدیریت خشم و تنظیم هیجان» در آذرماه ۱۴۰۴ در مرکز درمان و بازتوانی سوءمصرف مواد مخدر ایران زمین ویژه مددجویان برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی شبکه بهداشت و درمان شهرستان قدس، به منظور ارتقای مهارت‌های کنترل هیجان و پیشگیری از رفتارهای پرخطر، کارگاه آموزشی «مدیریت خشم و تنظیم هیجان» در آذرماه ۱۴۰۴ در مرکز درمان و بازتوانی سوءمصرف مواد مخدر ایران زمین ویژه مددجویان برگزار شد.

در این کارگاه، کارشناس سلامت روان مرکز جامع خدمات سلامت شهید عشرتی، ضمن تشریح نقش تعیین کننده هیجان‌هایی نظیر خشم، تحریک پذیری و تنش‌های بین فردی در بروز لغزش و عود مصرف، به بیان نشانه‌های بدنی و رفتاری خشم، چرخه هیجان و رفتار و عوامل محرک مصرف پرداخت.

همچنین شیوه‌های ابراز سالم خشم و روش‌های آرام‌سازی به صورت کاربردی آموزش داده شد. در پایان، پرسش‌های شرکت‌کنندگان توسط مدرس کارگاه پاسخ داده شد. /انتها



پیام/