

**نشخور فکری چیست؟**

نشخور فکری به عنوان افکاری مقاوم و عود کننده و طبقه‌ای از افکار آگاهانه تعریف می شود که گرد یک موضوع مشخص و معمولی دور میزند و بدون آن که تقاضاهای محیطی فوری وابسته به آن‌ها باشد، این افکار تکرار می شوند. (در واقع مجموعه‌ای از افکار منفعلانه هستند که جنبه تکراری دارند و بر علل و نتایج علائم متمرکزند و مانع حل

مسئله سازگارانه شده

و به افزایش افکار منفی می انجامد).

بنابراین محیط بیرونی با ارائه نشانه‌هایی

ممکن است سبب شروع این افکار باشد یا به شروع آن کمک

کند، اما حفظ و ادامه این افکار به نشانه‌های محیطی وابسته نیست.

نشخور فکری به طریق غیرارادی، وارد آگاهی می شوند و توجه را از موضوعات مورد نظر و اهداف فعلی منحرف نموده بلکه به نوعی حکایت از اختلالات هیجانی دارد.

نشخور فکری در بیماران وسواس، شامل افکاری هستند که به طور پایان ناپذیر مرور می‌شوند و به ناامیدی درباره آینده وارزیابی‌های منفی درباره خود منجر می‌شوند.

از تفاوت‌های عمده نشخور فکری با افکار

وسواسی آن است که نشخور فکری خود

ناهمخوان، تجربه نمی‌شوند و به عنوان یکی از ویژگی‌های خود مدنظر قرار می‌گیرند در حالی که وسواس‌های فکری خود ناهمخوان بوده و

#### تشکیل هسته‌های فناوری در حوزه مد و لباس در

#### آموزشکده ملی مهارت دختران اردبیل

دبیر کارگروه توسعه صنایع فرهنگی و خلاق معاونت فناوری و نوآوری وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، روز پنجشنبه هشتم

آذرماه ۱۴۰۳ با حضور در آموزشکده ملی مهارت دختران اردبیل از ظرفیت‌ها و کارگاه‌های این آموزشکده بازدید کرد. به گزارش روابط عمومی دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل، با هماهنگی‌های به عمل آمده، دکتر محمدحسین عبدلی آشتیانی مشاور معاون فناوری و نوآوری وزارت علوم، تحقیقات و فناوری و هیئت همراه از پارک علم و فناوری استان اردبیل، ضمن دیدار با اساتید، کارکنان و دانشجویان آموزشکده ملی مهارت دختران اردبیل، از ظرفیت‌ها و امکانات کارگاه‌های آموزشی و دستاوردهای

برای خود، غیر قابل پذیرش هستند.

نشخور فکری به عنوان اشتغال دائمی به یک اندیشه یا موضوع و تفکر درباره آن شناخته می‌شود. این نوع تفکر در برخی اختلالات هیجانی نظیر افسردگی، وسواس فکری عملی، اضطراب فراگیر و اختلال استرس پس از سانحه مشاهده می شود.
نشخور فکری از دیگر فرایندها و فرآورهای شناختی از قبیل افکار اتوماتیک منفی، توجه متمرکز بر خود، خودآگاهی شخصی و نگرانی قابل تمایز است.

نشخور فکری واژه‌ای عمومی است که به چندین نوع تفکر اشاره می کند ولی غالباً به عنوان افکار سمج، چرخان و افسرده کننده که پاسخی به خلق پایین

است، شناخته می شود .

نشخور خشم :

نشخورگری عبارت است از فرآیند تکرار شونده و غالباً اجتناب ناپذیر فکر کردن در مورد تجربه‌های گذشته.

اگر خشم یک هیجان محسوب شود، نشخور خشم عبارت است از فکر کردن در مورد آن هیجان. بر این اساس نشخور خشم یک فرایند شناختی اجتناب ناپذیر و تکرار شونده است که در جریان تجربه خشم ظاهر می‌شود و پس از آن ادامه می یابد و مسئول تداوم و افزایش خشم به حساب می آید/

ادامه دارد...

#### صفحه ویژه واحد دختران

ادامه از صفحه سه (نقش علوم نوین بویژه روانشناسی …..)

همچنین اروپا لایه بیرونی گسترش یافته‌تری نیز دارد که شاید در آینده، این کشورها را نیز به داخل اتحادیه ببرند ۲۰ کشوری که در شورای اروپا هستند ولی در اتحادیه اروپا نیستند.

#### شورای اروپا چیست؟

**شورای اروپا** به انگلیسی: (**Council of Europe**) **کهن‌ترین** سازمان برای یکپارچه‌سازی اروپاست که در سال ۱۹۴۹ میلادی دایر گشت. پایهٔ این سازمان بر گسترش مردم‌سالاری، حقوق بشر، زمامداری قانون و بهره‌برداری از همکاری‌های فرهنگی استوار است. ۴۷ کشور با مجموع ۸۲۰ میلیون نفر جمعیت عضو این شورا هستند. نهادهای قانونی آن عبارتند از: کمیته وزیران متشکل از: وزیران خارجه هر کشور، مجمع پارلمانی متشکل از مجلس از هر کشور، کمیته مختلط متشکل از پنج عضو کمیته وزیران و شش عضو مجمع پارلمانی و دبیرکل که رهبر دبیرخانه شورای اروپا است. پایگاه این شورا در استراسبورگ فرانسه است و فرانسوی و انگلیسی، زبان‌های رسمی آن هستند. جرگهٔ وزیران، مجمع پارلمانی و کنگره زبان‌های آلمانی، ایتالیایی و ترکی استانبولی را نیز بکار می‌برند.[۳]مهم‌ترین زمینه فعالیت شورای اروپا در رابطه با حقوق بشر است. معاهده اروپایی حقوق بشر(۴ نوامبر ۱۹۵۰) و تأسیس دو نهاد خاص کمیسیون اروپایی حقوق بشر و دادگاه اروپایی حقوق بشر از آن جمله اند.

پس از این مقدمه بلند به این سوال می رسیم که:

***چرا و چگونه کانون مزخرفترین جنگ‌ها به باثبات ترین و پایدارترین اتحادیه (۲۷ کشور) و شورای بین کشورها (۴۷کشور) تبدیل شد و بزرگترین جامعه آزاد دنیا را تشکیل دادند؟نقش روانشناسی و سایر علوم در این دستاورد بزرگ چه بود؟***

شاید بتوان گفت، تجربه جهان خونین وحشتناک، ملت عوام را قانع نمود تا به اندیشه‌ها و توصیه‌های اندیشمندان خود گوش فرا نهند دانشمندان علوم جدید با استفاده از یافته‌های علوم جدید پیام‌های مهمی به مردم دادند که بلکه بتوان آن پیام‌ها را چنین خلاصه نمود: پیام علم حقوق (می‌توان قانون‌هایی وضع نمود و همه را ملزم نمود تا به آن قوانین پایبند باشند اعتراضات به قانون‌ها از آنجایی که شامل خود جوامع نیز می‌شد کم و کمتر شد و امکان وضع قوانین در گستره‌ی بین الملل را پدیدار نمود) پیام علم روان شناسی (سلامت روان انسان‌ها و تعالی و خودشکوفایی نیازمند بستری ایمن و عاری از نزاع و خونریزی می‌باشد پس جهان باید برای انسان‌ها قابل پیش بینی باشد تا به خودشکوفایی و کمال برسند) پیام علم جامعه شناسی (رهبران جامعه را که مشغول ستیز با همدیگر بودند برچند داشت و آن‌ها را برای قدرتمند شدن برای حل مسائل طبیعی جهان مانند قحطی، بیماری، بلایای طبیعی… گردهم آورد) پیام علم اقتصاد (زورتمندان و صاحبان قدرت را قانع نمود که ستیز و جنگ همچنانکه به طبقه پایین جامعه آسیب می‌زند سرمایه و دارایی شما را نیز بر باد می‌دهد) و … .
پدیده‌ای وسایل ارتباط جمعی مانند صنعت چاپ، وسایل صوتی و تصویری بویژه اینترنت و دستگاه‌های مجهز به آن، اروپا را در یک سرعت عظیم قرار داد تا بتوانند از یک پتانسیل شگراشوب ویرانگر به یک سرزمین امنی برسند که تقریبا تمامی ساکنین جهان آرزوی زیستن در آن را داشته باشند/



دانشجویان در حوزه صنایع خلاق بازدید کرد.

دکتر کریم نصیریان رئیس دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل نیز با تشریح ظرفیت‌های دانشگاه ملی مهارت در خصوص راه‌اندازی صنایع خلاق و فناوری و راه‌اندازی کارگاه‌های تولیدی جوار خوابگاه دانشجویی کمک و مساعدت معاونت فناوری و نوآوری وزارت علوم، تحقیقات و فناوری را خواستار شد.در پایان این بازدید، دکتر عبدلی آشتیانی؛ با اشاره به ظرفیت‌های غنی تولید ثروت و اشتغال در استان اردبیل، از تشکیل هسته‌های فناوری در حوزه مد و لباس در آموزشکده ملی مهارت دختران اردبیل خبر داد./

#### کارگاه‌های آموزشی و مهارت افزایی

به مناسبت هفته پژوهش و فن‌آوری، سلسله کارگاه‌های آموزشی و مهارت افزایی برای اساتید، کارکنان و دانشجویان آموزشکده ملی مهارت دختران اردبیل برگزار شد. کارگاه‌های زیر با توجه به نیاز سنجی و تعیین اولویت اساتید مدرس و هم‌چنین دانشجویان آموزشکده برگزار شد و دانشجویان با مفاهیم و سازه‌های رشته‌های مختلف ورزشی، هنری و … آشنا شدند. کارگاه حرکات اصلاحی/ مدرس: حمید فیضی /یکشنبه ۱۸ آذرماه ۱۴۰۳ از ساعت ۹ الی ۱۱ کلاس ۹ آموزشکده.

کارگاه آشنایی با ورزش جامپینگ/ مدرس: خانم‌ها نگار سالاری و مهدیه نوریان/ دوشنبه ۱۹ آذرماه ۱۴۰۳ از ساعت ۱۴ الی ۱۶ کلاس ۱۰۱ آموزشکده.

کارگاه تصویرخوانی در هنرهای تجسمی/ مدرس: آقای رحمان شاه‌محمد اردبیلی /سه‌شنبه ۲۰ آذرماه ۱۴۰۳ از ساعت ۱۰ الی ۱۲ کلاس گرافیک ۲ آموزشکده.

# دانشجویان

ماهانه علمی، روان‌شناسی، فرهنگی و اجتماعی؛ نشریه داخلی مرکز مشاوره و سک زندگی دانشگاه ملی مهارت واحد استان اردبیل، سال دوم، شماره ۱۲– آذر ماه ۱۴۰۳– چهار صفحه

**رهبر کبیر انقلاب:**

**دانشگاه مبدا همه تحولات است. از دانشگاه، —چه دانشگاه علوم قدیمه، چه دانشگاه علوم جدیده— سعادت یک ملت و در مقابل سعادت، شقاوت یک ملت سرچشمه می‌گیرد.**

#### سخن سردبیر

۱۶ ماه آذر یادآور دلاوریها و رشادتهای دانشجویانی است که جانشان را در راه آرمانشان فدا کردند. این روز به یاد سه دانشجوی عزیز (مصطفی بزرگنیا و احمد قندچی و مهدی شریعت‌رضوی) دانشجویان دانشکده فنی دانشگاه تهران (تنها مؤسسه مدرن آموزش عالی آن زمان در ایران) که هنگام اعتراض به دیدار رسمی ریچارد نیکسون معاون رئیس‌جمهور وقت ایالات متحده آمریکا و همچنین از سرگیری روابط ایران با بریتانیا، در تاریخ ۱۶ آذر ۱۳۳۲ (حدود چهار ماه پس از واقعه کودتای ۲۸ مرداد همان سال) در دانشگاه تهران کشته شدند، گرامی داشته می‌شود.

پس از وقوع کودتای ۲۸ مرداد ۱۳۳۲، سازمانهای سیاسی تشکیل دهنده جبهه ملی، برای دوره کوتاهی در یک ائتلاف ضعیف، تحت نام نهضت مقاومت ملی به مقاومت سیاسی دست زدند و تظاهرات‌ها و اعتصابهای پراکنده‌ای در پاییز همان سال در دانشگاه تهران و همچنین بازار، از جمله در تاریخ ۱۶ مهر و ۲۱ آبان، در اعتراض به محاکمه مصدق برگزار شد.

چند هفته پس از این وقایع، اعلام شد که روابط ایران و بریتانیا (که در زمان نخست‌وزیری مصدق قطع شده بود) از سر گرفته خواهد شد و ریچارد نیکسون نایب ریاست جمهوری وقت آمریکا برای دیدار رسمی به ایران خواهد آمد. این موضوع بهانه لازم برای اعتراضات را فراهم کرد و در ۱۶ آذر به سفارش نهضت مقاومت ملی، دانشجویان فعال به سخنرانی در کلاسها پرداختند و ناآرامی تمامی محوطه دانشگاه تهران را فرا گرفت. دولت وقت برای پیشگیری از هرگونه اقدام بعدی تصمیم به سرکوب اعتراضات گرفت. سربازان و نیروهای ویژه ارتشی پس از هجوم به دانشگاه، به کلاسهای درس حمله کرده و صدها دانشجو را بازداشت و زخمی نمودند. نیروهای امنیتی در دانشکده فنی، اقدام به شلیک تیر کردند که موجب مرگ سه دانشجوی این دانشکده شد. فردای آن روز نیکسون به ایران آمد و دکترای افتخاری در رشته حقوق را در دانشگاه تهران که در اشغال مشهود نیروهای نظامی بود، دریافت کرد.

وقایع آذر ۱۳۳۲، نمایانگر واکنش دولت کودتا به فعالیت‌های دانشجویی بود و به دنبال آن سرکوب نظام‌مند تمامی اشکال دیگر مخالفت‌ها، روی داد. ۱۶ آذر، توسط کنفدراسیون دانشجویان ایرانی خارج از کشور که مرکز اجتماع و مباحثه مخالفان حکومت پهلوی در خارج از ایران بود، روز دانشجو نامیده شد. دانشجویان پس از آن، هر سال در این روز اعتصاب‌های دانشجویی به راه انداختند و درواقع ۱۶ آذرماه به معیار خوبی برای ارزیابی میزان نفرت از حکومت استبدادی و توانایی و نفوذ مخالفان در بین روشنفکران، تبدیل شد.

پس از پیروزی انقلاب اسلامی نیز سال‌روز این واقعه تاریخی همچنان گرامی داشته می‌شود. ارگان‌ها و نهادهای بسیج و انجمن‌های اسلامی همه ساله در برپایی این واقعه مهم تاریخی، نقش آفرینی می‌کنند و روز دانشجو را گرامی می‌دارند نشریه روان یاری ضمن گرامیداشت این واقعه‌ی بزرگ تاریخی، روز دانشجو را به همه دانشجویان عزیز تبریک می‌گوید./

ایام عزت مستدام



# ۱۶ آذر، نماد بیداری

# دانشجوی ایرانی

**پیام رئیس دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل به مناسبت روز دانشجو**

دکتر کریم نصیریان، رئیس دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل به مناسبت فرارسیدن ۱۶ آذر روز دانشجو با انتشار پیامی این روز را به دانشجویان تبریک گفت.

بسم الله الرحمن الرحيم

شانزدهم آذر روز دانشجو، روز ارج نهادن به مقام پویندگان علم و دانش، در راه فتح قله‌های رفیع پیشرفت علم و فناوری است. این روز، مظهر و جلوه روح همواره بیدار جریان اصیل جنبش دانشجویی است. دانشجویانی که هر سال در این روز با تجدید پیمان با آرمان‌های مقدس خون شهدای دانشجو و با خودباوری و تکیه بر علم و دانش همچنین بهره‌گیری از تجارب اساتدان متعهد و توانمند خود گام‌های مؤثری برای توسعه و پیشرفت علمی ایران اسلامی برمی‌دارند و درخت انقلاب را استوارتر و تنومندتر می‌کنند.

امیدوارم دانشجویان عزیز با اقتدا به اصول تاریخی جنبش اصیل دانشجویی، با روحیه آزادمنشی و قانون‌گرایی، جلوه‌های نوینی از آگاهی و مسئولیت‌پذیری توأم با اخلاق را به نمایش گذاشته و همچون همیشه نماد و الگوی جاویدان این حرکت بزرگ باشند. اینجانب ضمن گرامیداشت یاد و خاطره سه شهید والامقام این روز بزرگ، روز آگاهی، دانایی، صلابت و بیداری را به تمامی طالبان علم و دانشجویان فهیمی که نقش تأثیرگذاری در استقلال کشور و پیشرفت آن دارند، تبریک عرض نموده، موفقیت روزافزون در تمامی عرصه‌های مختلف علم و فناوری را از درگاه خداوند متعال مسئلت دارم. پس مبارک است بر ما که بر آستان شمایان به احترام ایستاده‌ایم و فرخنده بر دانشگاه بزرگ دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل که به برکت نفس و قدم و حضور شما زینت گرفته است./

کریم نصیریان رئیس دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل

#### مراسم بزرگداشت روز دانشجو در دانشگاه ملی مهارت واحد استان اردبیل برگزار شد

مراسم گرامیداشت روز دانشجو، شنبه ۱۷ آذرماه ۱۴۰۳ با حضور دکتر نصیریان رئیس واحد استانی، دکتر مرتضی ابراهیمی (مسئول‌سازمان‌بسیج اساتیداستان)، اساتید، کارکنان و دانشجویان در

دانشگاه ملی مهارت واحد استان اردبیل برگزار شد. در ابتدای مراسم، دکتر کریم نصیریان ریاست دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل، ضمن عرض خیرمقدم، شانزدهم آذر روز فرخنده دانشجو را به جامعه دانشگاهی به ویژه دانشجویان فهیم استان تبریک گفت. دکتر نصیریان، دانشجویان را انقلابی‌ترین قشر جامعه ایران اسلامی دانست و افزود: در فضای حاکم خفقان سیاسی بعد از کودتای ۲۸ مرداد ۱۳۳۲، زمانی که سیاسیون قدرت اعتراض به وضع موجود نداشتند؛ با شکل‌گیری جنبش اعتراضی دانشجویی بر علیه حضور معاون وقت رئیس‌جمهور آمریکا در دانشگاه تهران، مبارزه با

استکبارستیزی و استکبار جهانی طنین‌انداز شد. دکتر مرتضی ابراهیمی رئیس سازمان بسیج اساتید استان اردبیل به عنوان سخنران این مراسم،

با اشاره به اهمیت گرامیداشت روز دانشجو گفت: درک جایگاه و شأن دانشجویان در جامعه آنقدر از اهمیت بسزایی برخوردار است که قشر دانشجویی پل

ارتباطی بین جامعه و محیط علمی به شمار می‌رود. دکتر ابراهیمی، **سهیم خواهی از قدرت را آفت بزرگی برای تشکل‌های دانشجویی**

**دانست** و افزود: قبل از انقلاب، حدود ۹۰ درصد از تشکل‌های دانشجویی فعال؛ مدیریت میدان جنگ را در دوران دفاع مقدس، بر عهده داشته‌اند؛ بنابراین شناخت، بررسی و ارائه راه کار در زمینه رفح معضلات مختلف جامعه، وظیفه مهم و اصلی جامعه دانشجویی است. در پایان از دانشجویان ممتاز علمی، فرهنگی و ورزشی با اهدای لوح و هدایایی تجلیل به عمل آمد./

## ۱۶ آذر ، سه قطره خون و فریاد دانشجو

## در دفاع از ایران عزیز، از مبدا همه تحولات (دانشگاه)!

**نام ماهنامه داخلی: روان یاری**

**زیر نظر: دانشگاه ملی مهارت واحد استان اردبیل**

**صاحب امتیاز: مرکز مشاوره و سک زندگی واحد**

**اردبیل**

**مدیر مسئول: کریم نصیریان**

**سردبیر: سیروس تقی زاده سانب**

**صفحه آرایی: اجبر! گروه مشاوره آموزشکده**

**هیات تحریریه: همکاران این شماره:**

**دکتر سیامک خدائی خیابی؛ سیروس تقی زاده، و**

**دکتر کریم نیکنام**

**آدرس دانشگاه ملی مهارت واحد استان اردبیل:**

**اردبیل-میدان ایثار-ابتدای جاده خلخال**

**کدپستی: ۵۶۱۸۴-۱۳۳۹۶**

**شماره تلفنکس دبیر خانه: ۰۴۳۳۶۶۸۱۹۵**

**Email: info-013@tvu.ac.ir**



امروز چند جستجو انجام دادیم، نخست خواستیم جمله دلیل جنگ‌های تاریخی را جستجو نماییم که به اینجا رسیدیم:

دلایل عده‌ای که معمولاً برای آغاز جنگ‌ها مطرح می‌شود، موضوعاتی مانند اختلافات مذهبی و نژادی، توسعه‌طلبی و استعمارگری، غارت و چپاول، اختلافات سیاسی، منافع اقتصادی و ... است. اما شاید برایتان جالب باشد که بدانید، برخی از جنگ‌های تاریخ، بر سر مسائلی پیش پا افتاده و حتی احمقانه آغاز شده‌اند: جنگ‌هایی که تعدادی از آن‌ها، سرنوشت غم‌انگیزی را برای دو طرف یا یکی از طرفین رقم زده‌است و عموماً، بدون هیچ حاصل و نتیجه‌ای به پایان رسید.

در ادامه به معرفی و شرح تعدادی از این نبردهای عجیب و غریب می‌پردازیم.



**نقش علوم نوین بویژه روانشناسی در توسعه و پیشبرد جهان (مروری بر سایتهای خبری)**

**کاری از دکتر کریم نیکنام-رابط مشاوران استان اردبیل**

اتحادیه اروپا چگونه و با چه اهدافی شکل گرفت؟ اتحادیه اروپا در حالی در فضای پساجنگ جهانی دوم با اهدافی چون همکاری اقتصادی، سیاسی، دفاعی-امنیتی و غیره تشکیل شد که هنوز از اهداف خود فرسنگ‌ها فاصله داشت و تابعی از سیاست‌های آمریکا بود.

خبرگزاری مهر، گروه بین‌الملل: اندیشه تحقق اتحادیه اروپایی از دیرباز در سر سیاستمداران و اندیشمندان

اروپایی بوده است. به عنوان نمونه وینستون چرچیل، نخست وزیر وقت انگلیس، بعد از جنگ جهانی دوم در سال ۱۹۴۶ طی یک سخنرانی تاریخی در زوریخ بر لزوم تشکیل نهادهای فراکشوری و قانونگذاری در اروپا تأکید کرد و گفت: زمان تشکیل یک خانواده گسترده اروپایی فرا رسیده است. ما باید کاری کنیم که مردم اروپا تا آنجا که ممکن است در این چارچوب با آزادی و صلح و امنیت در کنار هم زندگی کنند.

بنابراین می‌توان گفت که ایده تشکیل اتحادیه اروپا به بعد از پایان جنگ جهانی دوم برمی‌گردد؛ جنگی تمام عیار که دست کم ۳۰ کشور را درگیر کرد و به کشته شدن حدود ۵۰ میلیون نفر در جهان منجرشد. تقریباً در سال‌های ۱۹۵۰ الی ۱۹۵۷ میلادی و پس از پایان این جنگ، کشورهای اروپایی به این نتیجه رسیدند که: «همکاری با هم، بهتر از جنگ با هم است».

شاید یکی از مضحک‌ترین جنگ‌های تاریخ جهان، مربوط به اعلام جنگ روستای لیچار در جنوب اسپانیا، به دولت فرانسه باشد. ظاهراً قضیه زمانی آغاز شد که در سال ۱۸۸۳ میلادی، این خبر به مردم روستا رسید که الفونسوی دوازدهم، شاه اسپانیا، هنگام سفر به پاریس، مورد توهین و تحقیر تعدادی از مردم این شهر قرار گرفته است. شورای مردمی این روستای اسپانیایی، به طور رسمی به دولت فرانسه اعلام جنگ داد و از آن به بعد، هر فرانسوی که گذرش به این روستا می‌افتاد، با حمله اهالی روبه‌رو می‌شد. جالب این‌جاست که شورای لیچار، ول کن ماجرا نبود و رسمیت اعلام جنگ به فرانسه را تا سال ۱۹۷۶، یعنی تا ۹۳ سال بعد، حفظ کرد و هنگامی که پاریسی‌ها استقبال شایان توجهی از خوان کارلوس، پادشاه اسپانیا به عمل آوردند، حاضر شد آتش بس با فرانسه را بپذیرد!

سپس خواستیم دلیل و زمینه بزرگترین و پایدارترین اتحادیه جهان را بررسی نماییم:

**در راستای برگزاری «یک هزار نشست هم‌اندیشی بسیج استادی» در دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل چه گذشت؟**

همزمان با مراکز علمی و دانشگاه‌های سراسر کشور، محفل انس و نشست علمی، تخصصی، تبیینی دانشگاهیان بسیجی دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل روز یکشنبه ۴ آذرماه ۱۴۰۳ برگزار شد.

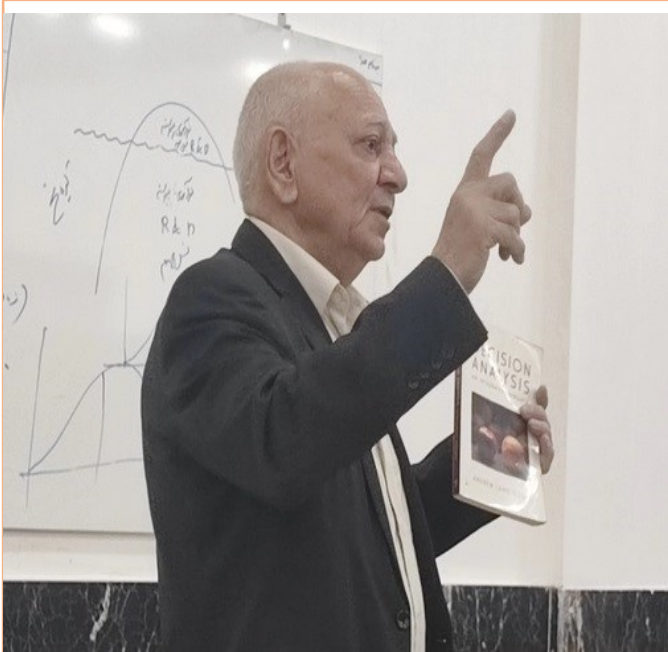
به گزارش روابط عمومی دانشگاه، به مناسبت سالروز گرامیداشت چهل و پنجمین سال تأسیس شجره طیبه بسیج مستضعفین، جلسه یک هزار نشست هم‌اندیشی بسیج استادی با شعار استاد بسیجی؛ جهاد تبیین، خیزش علمی، حامی مقاومت به همت کانون‌های بسیج اساتید و کارکنان دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل و با حضور رؤسا و اساتید بسیجی مراکز تابعه برگزار شد.

در این نشست دکتر کریم نصر بیان رئیس دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل ضمن تبریک هفته بسیج به دانشگاهیان،



**برگزاری کارگاه آموزشی طراحی بوم کسب و کار**

به مناسبت گرامیداشت هفته کارآفرینی، چهارشنبه ۲۳ آبان‌ماه ۱۴۰۳ یک دوره کارگاه آموزشی طراحی بوم کسب و کار با حضور اساتید و دانشجویان در ساختمان شهید سلیمانی دانشگاه ملی مهارت واحد استان اردبیل برگزار شد. در پایان از جناب آقای همایون آقارضانی به عنوان مربی این دوره با اهداء لوح و هدیه، تقدیر به عمل آمد. گفتنی است بوم مدل کسب و کار یک نوع ابزار مدیریتی در قالب نمودار تصویری است که برای جهت دهی به کسب و کارها طراحی می‌شود. این نمودار تصویری دارای بخش‌های مختلفی است که به طور کاملاً شفاف، چرخه تولید محصولات توسط شرکت‌های استارت‌آپی، فروش و کسب درآمد از آن را ترسیم می‌کند. آشنایی دانشجویان و اساتید و هم چنین کارمندان عزیز دانشگاه می‌تواند آنها را در زمینه‌های مختلف کسب و کار رهنمون ساخته در توسعه صنعت و فن آوری راهگشا باشد/



**دانشجویان ممتاز**



**عرفان رستم‌وند**  
کاردانی الکترونیک  
معدل کل ۱۸.۲۹

**علی عاقل زاده**  
کارشناسی حسابداری  
معدل کل ۱۹.۴۸

**علیرضا اخوان بیله درق**  
مهندسی معماری  
معدل کل ۱۶.۹۵

**مهدی شاهی**  
تربیت بدنی  
معدل کل ۱۸.۱۱

**نیما مداح نمرین**  
کارشناسی حسابداری  
معدل کل ۱۸.۶۰

**مهدی عالی زاده ملایوسف**  
کاردانی حرارت مرکزی و ...  
معدل کل ۱۵.۴۹

**پارسا پور عزتی هیر**  
کاردانی عمران  
معدل کل ۱۸.۱۹

**امیر بگائی**  
مهندسی کامپیوتر  
معدل کل ۱۶.۲۱

**امیر حسین نورافکن**  
کاردانی حسابداری  
معدل کل ۱۷.۴۲

**مهدی سوگند**  
کاردانی نرم افزار  
معدل کل ۱۸.۲۰

**ابوالفضل ارشادی**  
نژاد کاردانی مکانیک  
معدل کل ۱۸.۵۷

**وحید ساعد نیا**  
مهندسی تاسیسات  
معدل کل ۱۹.۸۳

**رضا محمدی خلفو**  
مهندسی برق  
معدل کل ۱۷.۶۹

**علی خبیر**  
مهندسی مکانیک خودرو  
معدل کل ۱۶.۷۴

**مهدی عابدی فرد**  
کاردانی معماری  
معدل کل ۱۷.۹۹

**وحید ساعد نیا**  
مهندسی تاسیسات  
معدل کل ۱۹.۸۳

**رضا محمدی خلفو**  
مهندسی برق  
معدل کل ۱۷.۶۹

**علی خبیر**  
مهندسی مکانیک خودرو  
معدل کل ۱۶.۷۴

**مهدی عابدی فرد**  
کاردانی معماری  
معدل کل ۱۷.۹۹

**درخت تو گر بار دانش بگیرد به زیر آوری چرخ نیلو فری را**

**نکات مهم در خصوص مطالعه در ایام امتحان**

یک روش خاص مطالعه که برای همه مناسب باشد، وجود ندارد و هر فرد با توجه به تجربیات و روش خاص خود مطالعه می‌کند. سعی کنید بویژه در ایام امتحانات تغذیه سالم و به اندازه داشته باشید. شما موقعی می‌توانید ذهن تان را به کار بگیرید که جسم سالم و آماده‌ای داشته باشید. خوردن صبحانه‌ی قوی و زیاد، حتماً توصیه می‌شود. بین ساعات مطالعه فاصله بیندازید (یعنی لحظاتی برای استراحت). سعی کنید قبل از اینکه خسته بشوید استراحت کنید. فقط با خواندن ساده و معمولی

**طرح سرآغاز و حضور رئیس امور دانشجویی و گروه مشاوران در جمع دانشجویان خوابگاهی پسران**

در اجرای برنامه طرح سرآغاز ۱۴۰۳ که عمدتاً مربوط به دانشجویان جدیدالورود می‌باشد رئیس امور دانشجویی، مشاور و رابط مشاوران استان و مشاور آموزشکده پسران اردبیل در چندین نوبت از خوابگاه بازدید و دیدار داشتند. در این برنامه که از روز شنبه دوم آذر ماه آغاز شده بود طبق دستورالعمل، به دانشجویان خوابگاهی در مورد خدمات مرکز مشاوره و سبک زندگی، حل تعارض‌های بین فردی، مشکلات اجتماعی احتمالی، سبک زندگی سالم، نظافت و بهداشت محیط زندگی و خوابگاهی و بررسی علائم هیجانی و مشکلات رفتاری اطلاعات روانشناختی ارائه گردید.

