

به نام خدا
رزومه علمی - پژوهشی - اجرایی



۱- مشخصات فردی:

نام و نام خانوادگی : الهه تبریزی مهر	کد ملی : ۰۰۷۰۷۵۶۸۰۵
نام پدر : علی	محل تولد: تهران
تلفن تماس:	شماره شناسنامه: ۴۶۴۷
نشانی محل سکونت: تهران - لواسان	
تلفن تماس ضروری: ۰۹۱۲۲۵۰۷۵۷۸	پست الکترونیکی: ely_4647@yahoo.com

۲- سوابق تحصیلی :

معدل	کشور / شهر محل تحصیل	نام واحد آموزشی	مدت تحصیل		گرایش	رشته تحصیلی	مقطع تحصیلی
			تا	از			
۱۶/۲۶	ایران / اصفهان	دانشگاه آزاد	۱۳۷۹	۱۳۷۵	عمومی	روانشناسی	لیسانس
۱۷/۳۰	تهران	علوم تحقیقات مرکزی	۱۳۹۲	۱۳۹۰	روانشناسی	مشاوره و راهنمایی	فوق لیسانس
۱۹		دانشگاه آزاد اسلامی		۱۳۹۵	مشاوره	مشاوره	دانشجوی دکترا

۳- وضعیت استخدامی:

نام شرکت: ایران خودرو دیزل تاریخ استخدام: ۱۳۸۰/۱۱/۲۶ وضعیت همکاری: قراردادی
 پست سازمانی: کارشناس ارشد مدیریت توسعه منابع انسانی

۴- سوابق آموزشی و زمینه های تدریس:

ردیف	نام موسسه	وضعیت همکاری	تاریخ شروع	تاریخ پایان	دروس تدریس شده
۱	تدریس در شرکت ایران خودرو دیزل	قراردادی	۱۳۸۸	تا کنون	مهارت های ارتباط موثر و هوش هیجانی / مدیریت استرس/مدیریت تنظیم هیجان /فرزند پروری موفق / تکنیک های موفقیت (NLP) / بهداشت روانی در محیط کار، کار تیمی با رویکرد DISC
۲	مدرس کارگاه های تخصصی رشد و توسعه فردی در خوابگاه دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی نهران	قرارداد ساعتی	۱۳۹۱	تاکنون	شیوه های مطالعه و برنامه ریزی تحصیلی / مدیریت استرس / ارتباط موثر با رویکرد دیسک / آشنایی با معیارهای پیش از ازدواج
۳	برگزاری کارگاه در شرکت نفت پارس	-	۱۳۹۴	-	کار تیمی با رویکرد DISC / تنظیم هیجان / مدیریت استرس / ارتباط مثبت
	برگزاری کارگاه کار تیمی با رویکرد رفتار شناسی DISC در بانک شهر	-	۱۳۹۳		کار تیمی با رویکرد رفتار شناسی DISC
۴	برگزاری کارگاه کار تیمی با رویکرد DISC در شرکت دارو سازی دکتر عبیدی	-	۱۳۹۳ و ۱۳۹۴		کار تیمی با رویکرد رفتار شناسی DISC
۵	سخنرانی در خصوص خانواده متعادل در همایش کودک پایدار من	-	۱۳۹۴		خانواده متعادل
۶	برگزاری دوره در شرکت احیا گستر سپاهان	-	۱۳۹۴		مدیریت استرس
۷	برگزاری کارگاه در خانه سلامت منطقه ۱۹	-	۱۳۹۲		فرزند پروری موفق / ارتباط موثر
۸	برگزاری کارگاه شیوه های برخورد با نوجوان در مدارس آموزش و پرورش ناحیه ۱ اسلامشهر (ویژه اولیا و	-	۱۳۷۸	۱۳۸۰	شیوه های تربیت کودکان و برخورد با نوجوان

				مربیان	
۹	تدریس دروس تخصصی در دبیرستان آل طه ، آموزش و پرورش منطقه ۱ اسلامشهر	-	۱۳۸۸	۱۳۹۰	برنامه ریزی تحصیلی - شغلی ، روانشناسی
۱۰	سخنرانی در همایش ارتباطات اثر بخش در خانواده		خرداد ۹۴		مهارت‌های ارتباط مثبت در زوجین
۱۱	برگزاری آموزشی شناخت و توانمندی فردی در موسسه همایش فردا		مهر ۹۴		شناخت و توانمندی های فردی
۱۲	برگزاری دوره اعتماد به نفس ویژه مدرسان شرکت ایران خودرو دیزل		خرداد ۹۵		اعتماد به نفس ویژه مدرسان
۱۳	تدریس دره های تربیت درمانگر خانواده در خانه تربیت مربی مشهد		آبان ۹۵		تدریس سنجش خانواده ، مداخلات درمانی فرازناشویی ، مدیریت تنظیم هیجان ، درمان شناختی رفتاری
۱۴	شرکت ایران خودرو دیزل		۹۶		مدیریت تنظیم هیجان
۱۵	ایران خودرو دیزل		۹۶		ارتباط موثر با مدل جهانی دیسک
۱۶	پتروشیمی مهر		۹۶		رفتار شناسی با مدل دیسک
۱۷	پتروشیمی غدیر		۹۶		مدیریت استرس و ارتباط موثر با مدل جهانی دیسک
۱۸	مرکز تحقیقات شرکت سایپا		۹۶		کار تیمی با مدل جهانی دیسک
۱۹	شرکت ایران خودرو برای مدرسان		۹۶		شیوه های نوین تدریس
۲۰	شرکت ایران خودرو (پنل مدرسان)		۹۷		هنر شفاف اندیشیدن
۲۱	کارشناسان شرکت ایران خودرو		۹۷		ارتباط موثر با مدل جهانی دیسک
۲۲	شرکت گاز گیلان		۹۷		ارتباط موثر در روابط زوج
۲۳	رفتار شناسی با مدل جهانی دیسک		۹۷		خانه علوم تربیتی مشهد (۳ دوره)
۲۴	پژوهشگاه رویان (هشت دوره طی دو ماه برای کلیه کارکنان)		۹۷		ارتباط موثر
۲۵	شرکت ایران خودرو دیزل		۹۷		زوج درمانی ویژه بانوان
۲۶	شرکت ایران خودرو دیزل		۹۷		رفتار شناسی با مدل دیسک ویژه روسا
۲۷	شهرداری منطقه ۱۸		۹۷		غنی سازی روابط زوج
۲۸	شهرداری منطقه ۱۸		۹۷		مهارت کنترل خشم
۲۹	شرکت ایران خودرو دیزل		۹۷		ارتباط موثر با مدل دیسک ویژه کارشناسان
۳۰	کلینیک ایرانیان		۹۷		بهبود روابط زوج با رویکرد دیسک
۳۱	شرکت گاز پارس جنوبی (عسلویه)		۹۷		آشنایی بیماری های روحی و ارتباط آن با الگوهای رفتاری

مهارت‌های ارتباطی زوج	۹۸	دانشگاه تهران	۳۲
شناخت الگوهای رفتاری با مدل دیسک	۹۸	دانشگاه تهران	۳۳
شناخت الگوهای رفتاری با مدل دیسک	۹۸	شرکت گاز پارس جنوبی	۳۴
مهارت‌های ارتباطی	۹۸	شرکت ایران خودرو دیزل	۳۵
شادمانی درونی	۹۸	شرکت ایران خودرو دیزل	۳۶
شرکت پیشگامان صنعت	۹۸	مدیریت خشم	۳۷
تربیت مدرس دیسک	۹۸	دانشگاه تهران ۴ دوره	۳۸
شادکامی درونی	۹۹	ایران خودرو دیزل ۴ دوره دو ساعته	۳۹
کلیه کارکنان (مقابله با استرس کرونا)	۹۹	ایران خودرو دیزل ۱۲ دوره دو ساعته	۴۰
رفتارشناسی با مدل دیسک	۹۹	شرکت گاز پارس جنوبی	۴۱
ارزیابی شایستگی مدیران	۹۹	شرکت گاز پارس جنوبی	۴۲
شرکت ایساکو	۹۹	هوش هیجانی در خانواده	۴۳
دانشگاه تهران	۹۹	بهبود روابط زوج	۴۴
شرکت ایران خودرو	۱۴۰۰	شادمانی درونی	۴۵
شرکت نفت و خطوط لوله	۱۴۰۰	سواد عاطفی و مدیریت استرس	۴۶
شرکت پتروشیمی پردیس	۱۴۰۰	رفتارشناسی و خودشناسی	۴۷
شرکت بازارگاد	۱۴۰۰	هوش هیجانی	۴۹
شرکت نفت و خطوط لوله	۱۴۰۰	مدیریت خشم	۵۰
شرکت ایران خودرو دیزل	۱۴۰۰	رفتارشناسی با مدل دیسک	۵۱
شرکت گاز تهران	۱۴۰۰	مدیریت استرس	۵۲
شرکت نفت و خطوط لوله رفسنجان	۱۴۰۰	مدیریت ارتباطات	۵۳
استانداری تهران	۱۴۰۰	روانشناسی خانواده	۵۴
استانداری تهران	۱۴۰۰	روابط سالم زوج	۵۵
آموزشگاه آریانا	۱۴۰۰	رفتارشناسی با مدل دیسک (دوره مدیر عامل حرفه ای)	۵۶
پتروشیمی پردیس	۱۴۰۰	ضرورت مشاوره و روانشناسی	۵۷
پتروشیمی پردیس	۱۴۰۰	مشاوره گروهی بهبود روابط زوج	۵۸
شرکت صنایع کوچک	۱۴۰۰	بهداشت جسمی و روانی بانوان	۵۹
پتروشیمی پردیس	۱۴۰۰	توانمند سازی بانوان	۶۰

۵- سوابق پژوهشی :

مقالات ISI:

ردیف	عنوان مقاله	عنوان مجله	تاریخ چاپ
۱	Evaluation of mental health workers of iran khodro. co	Word conference on psychology , counselling & guidance	May 2012

مقالات ارائه شده در همایش‌ها و کنفرانس‌های علمی:

ردیف	عنوان مقاله	زمان برگزاری	نوع ارائه
۱	بررسی تیپهای شخصیتی نوجوانان عادی و ناشنوا پذیرفته شده در همایش بین المللی انجمن روانپزشکی کودک و نوجوان	پاییز ۹۱	پوستر
۲	بررسی سبک دلبستگی دانشجویان خوابگاهی ، پذیرفته شده در ششمین همایش بهداشت روان دانشجویان ، انجمن روانشناسی دانشگاه گیلان	اردیبهشت ۹۱	پوستر
۳	بررسی فرسودگی شغلی بر اساس فرهنگ سازمانی و انگیزش کارکنان شرکت IKD	۱۴۰۰	مقاله

تألیف / ترجمه کتاب :

ردیف	عنوان کتاب	نوع (تألیف / ترجمه)	ناشر / محل نشر	سال انتشار
۱	مهارتهای مشاوره در زندگی روزمره	ترجمه	صداقت	۱۳۹۱

آثار در دست پژوهش و چاپ :

ردیف	عنوان کتاب/ مقاله	نوع (تألیف / ترجمه)	توضیحات
۱	کتاب همسویی و همسری	تالیف	در مرحله چاپ
۲	روانشناسی شخصیت در کار	تالیف	در دست اقدام

۶- سوابق اجرایی (مسئولیت ها):

ردیف	عنوان مسئولیت	سازمان / موسسه	سال(های)
۱	مدیر مهد کودک امید فردا	شرکت ایران خودرو دیزل	۱۳۹۰ تا کنون
۲	کارشناس منابع انسانی و فعالیت در زمینه های روانشناسی صنعتی و سازمانی (پروژه فعلی در دست اقدام راههای مقابله با شایعه در سازمان و بهبود کانالهای ارتباطی)	شرکت ایران خودرو دیزل	ابتدای سال ۱۳۹۴ تا کنون
۳	مسئول پیگیری و بررسی مشکلات شغلی و خانوادگی پرسنل ایران خودرو دیزل در سمت مددکار اجتماعی و مشاوره های فردی	شرکت ایران خودرو دیزل	۱۳۸۷ تا ۱۳۹۰
۴	مسئول اجرای پروژه بهداشت روان کارکنان	ایران خودرو دیزل	۱۳۸۷ تا ۱۳۹۰
۵	مسئول تدوین و اجرای پروژه طرح تکریم ارباب رجوع در واحد رفاه و درمان	ایران خودرو دیزل	۱۳۸۸
۶	مدیر پروژه کانون ارزیابی مدرسان داخلی	ایران خودرو دیزل	۱۳۹۰ تا ۹۱
۷	عضو پروژه نظام برترین های شرکت IKD	ایران خودرو دیزل	۱۳۹۰ تا ۹۱
۸	عضو کمیته نظام ساماندهی محیط کار 5s	ایران خودرو دیزل	۱۳۹۰ تا کنون
۹	عضو اصلی کمیته بانوان	شرکت ایران خودرو دیزل	۱۳۸۷ و ۸۸
۱۰	همکاری با سازمان حمایت از کودکان سرطانی (محک) به مدت ۳ سال	سازمان محک	۱۳۸۷ لغایت ۹۰
۱۱	همکاری در اجرای برنامه های سازمان انتقال خون به مدت ۳ سال	سازمان انتقال خون	۸۷-۹۰
۱۲	فعالیت در واحد آموزش و توسعه شرکت	ایران خودرو دیزل	۹۰-۹۱
۱۳	مشاوره در خوابگاه دانشجویان علوم	دانشگاه علوم بهزیستی و	۱۳۹۱ تا کنون

	توانبخشی	بهبیستی	
۱۳۹۲	وزارت بهداشت و درمان (نمایشگاه قرآنی)	یک ماه همکاری در ماه مبارک رمضان سال جاری با وزارت بهداشت و درمان در زمینه مشاوره خانواده درمانی و تربیت کودک و نوجوان و اجرای آزمونهای روانشناختی	۱۴
۱۳۹۳ تا کنون	مرکز مشاوره طبعه مهر	مشاور مرکز مشاوره ی طبعه مهر زیر نظر دکتر فرشاد بهاری	۱۵
۱۳۸۶ تا ۱۳۸۰	ایران خودرو دیزل	همکاری در بخش تولید قطعات با سمت رابط آموزشی و مسئول پیگیری تولید	۱۶
۷۸ تا ۸۰	آموزش و پرورش منطقه ۱ اسلامشهر	فعالیت در آموزش و پرورش منطقه ۱ اسلامشهر در بخش مشاوره و آموزش اولیاء و مربیان به مدت ۳ سال	۱۷
۱۳۸۰	آموزش و پرورش استثنایی شهرستانهای تهران	فعالیت در طرح عوامل سنجش	۱۸
۱۳۹۶	مشاوره خانواده	مشاور شرکت پتروشیمی مهر در عسلویه به مدت یک سال	۱۹
۹۷-۱۳۹۸	مدیران و روسا	مشاوره فردی شرکت گاز پارس جنوبی	۲۰
۹۸ تا کنون		عضو شورای اسلامی کار ایران خودرو دیزل	۲۱
اسفند ۹۹ تا کنون	خانواده و فردی	مشاور و روانشناسی شرکت پتروشیمی پردیس	۲۲
سال ۹۹	شرکت مس کرمان	ارزیابی انتصاب	۲۳
۱۴۰۰	شرکت ایران خودرو دیزل	ارزیابی استخدام	۲۴
۱۴۰۰	شرکت ایران خودرو دیزل	ارزیابی انتصاب کارکنان	۲۵

۷- توضیحات (افتخارات / جوایز / سایر):

- ۱- تقدیر نامه از مشاور معاون اجرایی معاونت دانشجویی و فرهنگی وزارت بهداشت و درمان آموزش پزشکی، جناب آقای نریمانی، به دلیل همکاری در تحقق اهداف جامعه دانشگاهی و ارائه خدمات مشاوره ای در نمایشگاه قرآنی
- ۲- تقدیرنامه از مسئول اجرایی و نظارت طرح رحمت ، سر کار خانم متنی یکتا ، به دلیل همکاری در طرح عترت بانوان
- ۳- تقدیر نامه از مدیر کل انتقال خون استان تهران ، آقای دکتر مصطفی جمالی به دلیل همکاری به از سال ۸۷ تا ۱۳۹۰
- ۴- تقدیر نامه از رییس کل آموزش ایران خودرو دیزل به دلیل همکاری در تحقق اهداف برنامه های ساماندهی محیط کار (5S) سال ۱۳۹۱

- ۵- تقدیر نامه از رییس کل اداره کل طب کار و رفاه اجتماعی شرکت ایران خودرو دیزل به دلیل انجام خدمات و اصلاحات در مهد کودک
- ۶- تقدیر نامه از مشاور مدیر عامل و مدیر توسعه منابع انسانی ایران خودرو دیزل به دلیل همکاری در نشست های هم اندیشی بهبود عملکرد خدمات توسعه منابع انسانی
- ۷- تقدیر نامه از مدیریت توسعه منابع انسانی شرکت ایران خودرو دیزل به دلیل انتخاب رابط آموزشی برتر و تلاش در گسترش فرهنگ یادگیری
- ۸- تقدیر نامه از رئیس اداره آموزش و پرورش ناحیه ۱ اسلامشهر جناب آقای، طریقی به دلیل طرح همکاری در مشاوران مدارس راهنمایی و سخنرانی در مدارس برای اولیاء و مربیان

۸- عضویت در مجامع و انجمن های علمی :

- ۱- عضو سازمان نظام روانشناسی ایران به شماره عضویت ۱۶۶۴۷
- ۲- عضو انجمن مدیریت منابع انسانی ۸۸ تا ۹۱
- ۳- عضو انجمن روانشناسی ایران سال ۱۳۹۰ تا ۹۱

آشنایی با نرم افزار :

سطح مهارت	نرم افزار	ردیف
خوب - مسلط	Word	۱
خوب - مسلط	Excel	۲
خوب - مسلط	Power point	۳
خوب - مسلط	Internet	۴
خوب - مسلط	photoshop	۵

۹- دوره های آموزشی گذرانده شده :

مدت (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۲۴	رویکرد درمانی شناختی رفتاری	۱
۱۰۰	خانواده درمانی ، مرکز مشاوره دانشگاه تهران	۲
۱۷۰	مدیریت مهد کودک	۳
۲۰	۵ سین صنعتی مقدماتی و پیشرفته	۴
۴۰	windows سیستم عامل	۵
۱۶	مقدماتی Excel	۶
۳۰	Word	۷
۳۰	اتوماسیون اداری	۸
۳۶	T1 زبان انگلیسی	۹
۶۰	DOS مبانی و	۱۰
۸	سمینار آموزشی حفاظت ویژه مسولین دفاتر	۱۱
۱۶	Power Point	۱۲
۴۴	T2 زبان انگلیسی	۱۳
۱۲	غنی سازی روابط زوجین	۱۴
۸	رویکردهای نوین در آموزش و یادگیری سازمانی	۱۵
۴۰	اصول گزارش نویسی	۱۶
۴	NLP تکنیکهای موفقیت	۱۷
۲۴	پیشرفته Excel	۱۸
۸	مهارت تفکر خلاق و نقاد	۱۹
۲۰	مددکاری اجتماعی	۲۰
۸	استرس و مقابله با آن	۲۱
۱۶	مهارت مقابله باخشم	۲۲
۱۲	کایزن، بهبود مستمر	۲۳
۳۰	اولین کنگره نقش زن در سلامت خانواده و جامعه	۲۴
۳۰	مقدماتی NLP	۲۵
۳۰	Basic Survival 3 زبان انگلیسی	۲۶
۵	روش نوین جذب نیرو با رویکرد کانون ارزیابی و نمایش عملی ابزارهای	۲۷

آن		
۴	OHSAS 18001:2007 آشنایی با مبانی	۲۸
۲۴	آموزش طرح رحمت بخش عتبرت	۲۹
۸	استقرار نظام آراستگی	۳۱
۴	انواع آلودگی	۳۲
۱۶	برقراری ارتباط موثر	۳۳
۴	بهداشت حرفه ای در کار با کامپیوتر	۳۴
۴	مدیریت پسماند	۳۵
۱۸	اولین همایش ملی آموزش در ایران	۳۶
۳۰	Bigger 101 زبان انگلیسی	۳۷
۵۰	کارآفرینی و مهارتهای کسب و کار	۳۸
۴	کارکنان متعالی - سازمان متعالی	۳۹
۱۶	کنترل استرس	۴۰
۴	تبیین رویکرد مدرسه مهارت	۴۱
۳۰	مدیریت خود	۴۲
۴	اصول کار تیمی	۴۳
۳۶	تدوین استراتژی آموزش	۴۴
۲۰	ارزیابی و ممیزی ۵سین	۴۵
۲۰	تکنیکهای نوین آموزشی برای مدرسان	۴۶
۴	آموزش سازمانی	۴۷
۱۶	سومین کنگره روانشناسی و مشاوره	۴۸
۱۲	آموزش عملی ارزیابی نظام آراستگی	۴۹
۶۰	(CIW) اصول طراحی وب	۵۰
۸	خلاقیت و نوآوری	۵۱
۳۰	اصول بایگانی و دبیرخانه	۵۲
۴	آتش نشانی	۵۳
۸	روشهای فرزند پروری کودک لجباز	۵۴
۳۲	CBT مقدماتی	۵۵
۳۲	CBT اضطراب کودک	۵۶
۴۰	دوره مربی گری خلاقیت	۵۷
۱۶	فرزند پروری موفق	۵۸
۸ ساعت	مشاوره پیش از ازدواج	۵۹

۱۶ ساعت	مشاوره پیشگیری از طلاق	۶۰
۱۶ ساعت	رویکرد حل مساله	۶۱
۶ ساعت	اصول تربیت کودک	۶۱
۴ ساعت	مدیریت کاهش هزینه	۶۲
۲۴ ساعت	پداگوژی (ویژه مدرسین)	۶۳
۱۶ ساعت	مشاوره پیشگیری از طلاق با رویکرد شناختی و رفتاری	۶۴
۳۰ ساعت	ارتقای کیفیت زندگی	۶۵
۶ ساعت	تبیین نظام آموزشی	۶۶
۱۶	شیوه های نوین تدریس	۶۷
۱۶	رفتار شناسی با مدل دیسک	۶۸
۱۶	درمان مبتنی بر ذهن آگاهی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی	۶۹
۲۴	رواندرمانی کودک و نوجوان	۷۰
۳۲	دوره تربیت مدرس دیسک (دانشگاه تهران)	۷۱
۸ ساعت	مشاوره پیش از ازدواج (سازمان نظام روانشناسی)	۷۲
۶۰ ساعت	سوپر ویژن	۷۳
درمانگری سامان نظام روانشناسی		