

به نام خدا

رزومه

مهرنسا شهابی

استادیار گروه روانشناسی دانشگاه شهید مطهری واحد خواهران، تهران

تحصیلات:

دکترای روانشناسی

دانشگاه فردوسی مشهد (۱۳۹۱ - ۱۳۹۶ آبان)

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

دانشگاه گیلان (۱۳۸۴ - ۱۳۸۶)

کارشناسی روانشناسی بالینی

دانشگاه تهران (۱۳۸۳ - ۱۳۷۹)

نوع دیپلم

دیپلم ریاضی و فیزیک و حائز رتبه ۲۹۰ کنکور سراسری رشته علوم تجربی سال ۱۳۷۹

سوابق فعالیت های حرفه ای و درمانی:

- زوج درمانگر و درمانگر اختلالات اضطرابی و افسردگی
- دارای پروانه تخصصی از سازمان نظام روانشناسی و مشاوره ایران از سال ۱۳۸۹
- مشاور مرکز مشاوره اسلامی سبل السلام از سال ۱۳۹۸

برگزاری کارگاه و سخنرانی های علمی آموزشی:

- برگزاری کارگاههای مهارت های زندگی برای نوجوانان
- برگزاری کارگاههای مهارت های زندگی برای والدین و زنان

شرکت در کارگاهها، دوره ها و کنگره های تخصصی:

- کارگاه MBTI دکتر شیری (۱۳۹۹)

- کارگاه ۱۲۰ ساعت مربیگری مهارتهای زندگی (۱۳۹۷)

- کارگاه مقدمات درمان شناختی- رفتاری (CBT) دکتر حمیدپور

- کارگاه درمان شناختی رفتاری اختلال GAD دکتر حمیدپور
- کارگاه درمان کمالگرایی و نشخوار فکری دکتر حمیدپور
- شرکت در دوره اول واقعیت درمانی دکتر صاحبی
- شرکت در دوره دوم واقعیت درمانی دکتر صاحبی
- شرکت در کارگاه ACT دکتر حمیدپور (۱۳۹۱)
- شرکت در کارگاه طرحواره درمانی دکتر حمیدپور (۱۳۹۲)
- گذراندن ۱۲۰ ساعت دوره تخصصی درمانی سوپرویزن (CBT) زیر نظر خانم دکتر سپهری (۱۳۹۳-۱۳۹۴)
- گذراندن ۶ ساعت کارگاه خانواده درمانی دکتر اصغر نژاد (۱۳۹۶)
- شرکت در دوره مربیگری مهارت‌های زندگی دکتر منوچهری (۱۳۹۷) (معادل ۶۰ ساعت)
- شرکت در پنجمین کنگره انجمن روانشناسی (۱۳۹۱)
- کارگاه مقدماتی SPSS دکتر لواسانی در دانشگاه تهران (۱۳۸۲)

کتابهای منتشر شده:

- ✓ شهابی، مهرنسا؛ خرم آبادی، سمیرا. کمک به زوجین درگیر در خیانت زناشویی. (در دست ترجمه)
- ✓ حسنی، جعفر؛ شهابی، مهرنسا. درمان نظم جویی هیجان. در دست تألیف.

مقالات منتشر شده:

- پیش بینی دشواری در نظم جویی هیجان بر مبنای کارکردهای تحولی خانواده (مجله تحقیقات علوم رفتاری، دوره ۱۵، شماره ۱ (۱۳۹۵))
- نقش سیستم‌های بازداری / فعال‌سازی رفتار و راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان در استفاده مفرط از تلفن همراه در نوجوانان (فصلنامه پیشرفت های نوین در علوم رفتاری، دوره ۳، شماره ۱۸، ۱۳۹۷)
- بررسی اثربخشی آموزش تفکر انتقادی بر عزت نفس و مهارت های حل مسأله دانش آموزان دختر مقطع متوسطه (فصلنامه روان شناسی تربیتی، دوره ۴، شماره ۱۲ (۱۳۸۷))
- نگرش مذهبی و اضطراب: نقش میانجی دشواری در نظم جویی هیجانی. (فصلنامه پژوهش نامه روان شناسی اسلامی، دوره ۴، شماره ۴ (۱۳۹۶ شهریور))
- نقش نگرش مذهبی در تحمل پریشانی روان‌شناختی و دشواری در نظم‌جویی هیجان دانشجویان دانشگاه تهران. (مجله پژوهش در دین و سلامت، دوره ۳، شماره ۴ (۱۳۹۶))

➤ Brief Persian Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale ( The DERS-

16): Factor Structure, Reliability and Validity. (in press)



علائق پژوهشی و درمانی

✓ اختلالات خلقی و اضطرابی

✓ روانشناسی اسلامی

✓ هیجان و نظم جویی هیجانی

✓ فراتحلیل

✓ درمان شناختی - رفتاری

✓ زوج درمانی

✓ خانواده درمانی