



الهام یزدان پناه

مربی مهارت‌های توانمندسازی

«به‌عنوان مربی و مشاور خانواده با تخصص در مدیریت رفتار کودکان از طریق والدین (PMT) با رویکرد والدگری مثبت به مادران کمک می‌کنم تا با اعتماد به نفس، فرزندی شاد و موفق پرورش دهند و به بهترین نسخه از خود تبدیل شوند.»

حیطه تخصصی

مشاوره خانواده (1394- 1404)

- جعبه ابزار والدگری مثبت
- لایف استایل مادرانه و توسعه فردی
- تربیت جنسی
- مهارت‌های ارتباطی

آمار استنباطی (1395- 1401)

- آمار استنباطی پیشرفته کارشناسی ارشد
- پروپوزال، مقاله، SPSS

کامپیوتر (1385- 1393)

- مهارت‌های دیپلم کامپیوتر (ICDL 1,2)
- برنامه نویسی ویژوال بیسیک

هوش مصنوعی (1403-1404)

- جعبه ابزار هوش مصنوعی
- تولید محتوا با هوش مصنوعی

تحصیلات

مقطع کارشناسی

مهندسی تکنولوژی نرم افزار کامپیوتر

1385-1389

مقطع کارشناسی ارشد

مشاوره خانواده

1395-1397

مدارک

کارگاه تخصصی درمان اختلالات برونی سازی شده و مشکلات رفتاری کودک و نوجوان از طریق والدین (PMT)

کارت مربیگری فنی و حرفه ای کامپیوتر

زمینه های تدریس

توانمندسازی مادران

توسعه فردی بانوان

تربیت جنسی کودکان

کامپیوتر

آمار استنباطی پیشرفته

هوش مصنوعی



الهام یزدان پناه

مشاور خانواده و هوش مصنوعی

“به عنوان مربی مهارت‌های توانمندسازی، به مادران کمک میکنم تا با اعتماد به نفس، فرزندان شاد و موفق پرورش دهند و به بهترین نسخه خود تبدیل شوند. همچنین در مسیر برندسازی کسب و کارها، با بهره‌گیری از هوش مصنوعی، آن‌ها را در نمایش حرفه‌ای هویت برندشان همراهی می‌کنم.”

آخرین مدرک تحصیلی

مهندسی نرم افزار کامپیوتر
کارشناسی ارشد

مشاوره خانواده

سابقه کار: بیش از 18 سال

دپارتمان کلینیک

مادر و کودک
کسب و کار

رویکرد درمانی

شناختی رفتاری (MCBT)

والدگری مثبت (PMT)

حیطه تخصصی درمان

- درمان اختلالات برون‌سازی و مشکلات رفتاری کودکان از طریق والدین
- تربیت جنسی کودک
- مهارت‌های ارتباطی
- توسعه فردی
- بهبود سبک زندگی
- برندسازی و توسعه کسب و کار با کمک هوش مصنوعی

سوابق کاری

- مشاور کلینیک صنعتگر
- مدرس هوش مصنوعی در فرهنگسراهای شهرداری مشهد
- مشاور و مدرس توانمندسازی مادران در مدارس ابتدایی مشهد
- مدرس آمار استنباطی پیشرفته دانشگاه آزاد اسلامی
- مربی رسمی فنی و حرفه ای مهارت‌های کامپیوتر

"بسمه تعالی"

(رزومه کاری)

۱. اطلاعات شخصی:

نام و نام خانوادگی: الهام یزدان پناه

متولد: ۱۳۶۳

محل تولد: مشهد

وضعیت تاهل: متاهل

۲. سوابق تحصیلی:

ردیف	مقطع	رشته/گرایش	محل اخذ	سال
۱	کارشناسی	مهندسی تکنولوژی نرم افزار کامپیوتر	موسسه آموزش عالی خیام مشهد	۱۳۸۹
	عنوان پایان نامه	طراحی و پیاده سازی سیستم مدیریت اموال و انبار شرکت فنی و مهندسی تحکیم سازه مجد پارسیان		
۲	کارشناسی ارشد	مشاوره خانواده	دانشگاه آزاد اسلامی قوچان	۱۳۹۷
	عنوان پایان نامه	اثربخشی آموزش مدیریت والدین بر مشکلات برونی سازی شده کودکان و خودکارآمدی والدگری مادران		

۳. مدارک فنی و آموزشی:

ردیف	مدرك	محل اخذ	سال
۱	کارت مربیگری: ICDL, Word, PowerPoint	سازمان فنی و حرفه ای استان خراسان رضوی	۱۳۸۴
۲	دوره مهارت های تدریس (پداگوژی)	مرکز آموزش فنی و حرفه ای استان خراسان رضوی	۱۳۸۴
۳	تکنیسین عمومی شبکه های کامپیوتری	مرکز آموزش فناوری اطلاعات فنی و حرفه ای خراسان رضوی (۳۰۰ ساعت)	۱۳۸۵
۴	گواهینامه آزمونگری	مرکز فنی و حرفه ای مهارت های پیشرفته ارم (۴۰ ساعت)	۱۳۸۹
۵	گواهینامه شایستگی کارآفرینی رویکرد KAB	مرکز فنی و حرفه ای مهارت های پیشرفته ارم (۵۰ ساعت)	۱۳۸۹
۶	کارگاه های آموزشی Eduis, EndNote, Linux, Excel, ...	کمیته تخصصی مرکز مهارت های پیشرفته ارم (عضویت در کمیته تخصصی مرکز ارم)	۱۳۹۰
۷	دوره تخصصی رباتیک	مرکز فنی و حرفه ای مهارت های پیشرفته ارم (۱۳۰ ساعت)	۱۳۹۰
۹	کارگاه تخصصی طرحواره درمانی	موسسه روانشناختی آستان مهر مشهد (دکتر یعقوب شفیعی فرد - ۱۶ ساعت)	۱۳۹۵
۱۰	کارگاه تخصصی روش تحقیق و مقاله نویسی	موسسه روانشناختی آستان مهر مشهد (دکتر مسعود خاکپور - ۸ ساعت)	۱۳۹۶
۱۱	کارگاه تخصصی درمان اختلالات برونی سازی شده و مشکلات رفتاری کودک و نوجوان از طریق والدین (PMT)	موسسه روانشناختی آستان مهر مشهد (دکتر زهره عباسی - ۱۶ ساعت)	۱۳۹۶
۱۲	کارگاه تربیت جنسی کودک و نوجوان با رویکرد اسلامی	موسسه روانشناختی آستان مهر مشهد (دکتر مهدی عباسی - ۱۰ ساعت)	۱۳۹۷
۱۳	تهیه و تدوین پروپوزال	مرکز فنی و حرفه ای مهارت های پیشرفته ارم (۴۰ ساعت)	۱۳۹۸
۱۴	نرم افزار SPSS درجه ۱ و درجه ۲	مرکز فنی و حرفه ای مهارت های پیشرفته ارم (۴۸ ساعت)	۱۳۹۸
۱۵	سخنرانی حرفه ای	مرکز فنی و حرفه ای مهارت های پیشرفته ارم (۱۰۰ ساعت)	۱۳۹۸
۱۶	آموزش پیشرفته نرم افزار SPSS	کالج دانشگاه فردوسی مشهد (۲۱ ساعت)	۱۳۹۸

۴. کارگاه های آموزشی:

ردیف	عنوان دوره	ساعات	سال	مجری دوره
۱	کارگاه موفقیت و NLP	۳۰ ساعت	۱۳۹۴ ۱۳۹۵	استاد مجتبی حورایی (موسسه فرهنگی راه روشن)
۲	همایش اعتماد به نفس	۵ ساعت	۱۳۹۴	استاد مجتبی حورایی (موسسه فرهنگی راه روشن)
۳	سمینار موفقیت و تحلیل رفتار متقابل	۶ ساعت	۱۳۹۵	دکتر احمد حلت و دکتر بابایی زاد (موسسه اندیشه عارف)
۷	کارگاه تربیت جنسی کودک و نوجوان	۴ ساعت	۱۳۹۶	دکتر آزاده عطاری (جهاد دانشگاهی مشهد)
۸	سمینار فن بیان و سخنرانی	۵ ساعت	۱۳۹۷	دکتر بهرام پور و استاد حافظی نژاد
۹	دوره جامع سخنوری و فن بیان تریبون	آنلاین ۵۶ ساعت	۱۴۰۴	۳ ماه (۱۵ استاد برتر سخنرانی کشوری)
۱۰	توسعه بیزنس با هوش مصنوعی	آنلاین	۱۴۰۴	همیارآکادمی (علی حاجی محمدی)
۱۱	دلاریفای (کسب در آمد دلاری با هوش مصنوعی)	آنلاین	۱۴۰۴	امیر یوسفی
۱۲	تولید محتوا (سناریونویسی) و برگزاری کمپین فروش ۱۲۰	آنلاین	۱۴۰۴	دکتر امیرحسین راد حسین تیموری
۱۳	بیزنس وومن بانوان (برندسازی و توسعه کسب و کار)	آنلاین	۱۴۰۴	سوگل افخمی

۵. سوابق کاری و آموزشی:

ردیف	محل	نوع فعالیت	سال	توضیحات
۱	اداره کل سازمان حمل و نقل و پایانه های استان خراسان رضوی	طراحی و پیاده سازی سیستم واحد آموزش کارکنان	۱۳۸۳	زبان برنامه نویسی VisualBasic Access
۲	آموزشگاه کامپیوتر باقرالعلوم	تدریس رایانه کار مقدماتی (مبانی، DOS، ویندوز، اینترنت) و ICDL 1,2	۱۳۸۵	--
۳	آموزشگاه کامپیوتر شرفاء	تدریس الگوریتم و ویژوال بیسیک و رایانه کار پیشرفته (ویندوز، شبکه و برنامه نویسی)	۱۳۸۵ ۱۳۸۸	--
۴	آموزشگاه کامپیوتر صفات	تدریس مهارت های دیپلم کامپیوتر	۱۳۸۶	--
۵	آموزشگاه کامپیوتر نوبل	تدریس مهارت های رایانه کار مقدماتی و پیشرفته و ICDL 1,2	۱۳۸۶	--
۶	شرکت خصوصی بوتان	تدریس Access پیشرفته	۱۳۸۶	آموزش کارکنان شرکت
۷	آموزشگاه کامپیوتر ارم	تدریس ویژوال بیسیک و رایانه کار پیشرفته (ویندوز، شبکه)	۱۳۸۷	--
۸	آموزشگاه کامپیوتر راشا	تدریس دوره های ICDL 1,2	۱۳۸۸	--
۹	شرکت فنی و مهندسی تحکیم سازه مجد پارسیان	طراحی و پیاده سازی سیستم مدیریت اموال و انبار	۱۳۸۹	زبان برنامه نویسی C# بانک اطلاعاتی SQLServer
۱۰	شرکت خدمات مسافرت هوایی و جهانگردی آتی	تدریس ویندوز ۷ و نرم افزارهای کاربردی	۱۳۹۰ ۱۳۹۱	آموزش کارکنان شرکت
۱۱	آموزشگاه کامپیوتر جردن	تدریس ICDL 1,2	۱۳۹۲	آموزش دانشجویان و کارکنان دانشگاه خاوران
۱۲	دبستان دخترانه غیرانتفاعی رضوان دبستان پسرانه دکتر شهرستانی	تدریس دوره های آموزشی رباتیک	۱۳۹۱	از طرف شرکت آموزشی ونداد پویا پارس "پژوهشسرای رباتیک"

			دبستان پسرانه غیرانتفاعی امید ۱	
دوره کاربردی کامپیوتر به معلمان مقطع ابتدایی	۱۳۹۰ ۱۳۹۲	تدریس ICDL 1,2	آموزشگاه کامپیوتر حامد	۱۳
--	۱۳۹۳	تدریس ICDL 1,2	آموزشگاه کامپیوتر مهرسا	۱۴
ارتباط با خود- ارتباط موثر با دیگران - ارتباط با همسر و ارتباط با خدا	۱۳۹۴ ۱۳۹۶	برگزاری کارگاه آموزشی آرامش و تحول معنوی و کارگاه والدگری مثبت	موسسه آموزشی طاها	۱۵
مدیریت رفتار کودکان از طریق والدین (PMT)	۱۳۹۷	برگزاری کارگاه آموزشی والدگری مثبت- توانمندسازی مادران	دبستان غیردولتی حمزه	۱۷
مدیریت رفتار کودکان از طریق والدین (PMT)	۱۳۹۷	برگزاری کارگاه آموزشی والدگری مثبت، تربیت جنسی کودکان	موسسه تفکر نوین پویندگان آریا	۱۸
مدیریت رفتار کودکان از طریق والدین (PMT)	۱۳۹۸	برگزاری کارگاه آموزشی والدگری مثبت- توانمندسازی مادران	دبستان غیردولتی رستگارمقدم	۱۹
ویژه دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد و پیام نور	۱۳۹۵ ۱۳۹۹	تدریس آمار استنباطی پیشرفته	دانشگاه آزاد و موسسات آموزشی	۲۰
ویژه دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد و پیام نور	۱۳۹۸ ۱۴۰۰	مقاله، تحلیل آماری SPSS	دانشگاه آزاد و موسسات آموزشی	۲۱
برندسازی و توسعه کسب کارها به کمک هوش مصنوعی و کارگاه آموزشی توانمندسازی مادران	۱۴۰۴	عضو دپارتمان کسب و کار (مشاور هوش مصنوعی) و دپارتمان مادر و کودک	کلینیک روانشناسی صنعتگر	۲۲
کارگاه جعبه ابزار هوش مصنوعی (اصول و کاربرد ابزارهای هوش مصنوعی و تولید محتوا)	۱۴۰۴	تدریس ابزارهای هوش مصنوعی و تولید محتوا با هوش مصنوعی برای توسعه کسب و کارها	فرهنگسراهای شهرداری مشهد	۲۳

۶. طراحی و تنظیم جزوات و DVD آموزشی:

ردیف	عنوان
۱	آموزش مقدماتی و پیشرفته ویندوز ۷
۲	آموزش ویژوال بیسیک همراه با نمونه تست و سوالات آزمون عملی
۳	نکات تستی مبانی، ویندوز، اینترنت
۴	آموزش ۷ مهارت ICDL 1,2
۵	مجموعه سوالات آزمون عملی فنی و حرفه ای و دستور کار عملی ICDL 1,2
۶	DVD آموزشی بسته جامع ۷ مهارت ICDL (شامل کتابهای ۷ مهارت و مجموعه نمونه سوالات تستی و آزمون عملی فنی و حرفه ای و مجموعه نرم افزارهای کاربردی)
۷	DVD آموزش رباتیک (آموزش، عکس و فیلم) - (مقدماتی، متوسط، پیشرفته) - شرکت رباتیک ونداد پویا پارس
۸	طراحی و تالیف ۳ کتاب مصور آموزش رباتیک (مقدماتی، متوسط، پیشرفته) - شرکت رباتیک ونداد پویا پارس
۹	جزوه جامع آموزشی آمار استنباطی پیشرفته مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد و پیام نور
۱۰	بروشور آموزشی کارگاه آرامش و تحول معنوی
۱۱	بروشورهای آموزشی کارگاه والدگری مثبت
۱۲	دفترچه آموزشی راهنمای تربیت جنسی کودکان برای والدین
۱۳	ژورنال تکنیکهای جعبه ابزار والدگری مثبت، ژورنال لایف استایل مادرانه، پلنر روزانه کودک

۷. آمادگی تدریس در زمینه های:

ردیف	عنوان دوره	مباحث آموزشی
۱	کامپیوتر	مهارت‌های دیپلم کامپیوتر و ICDL 1,2 کارگاه کامپیوتر، مبانی کامپیوتر، ویندوز، اینترنت و Office، مفاهیم شبکه، مبانی برنامه نویسی و ویژوال بیسیک
۲	آمار	آمار استنباطی (مقدماتی و پیشرفته) – مقطع کارشناسی ارشد. آمار توصیفی – مقطع کارشناسی و کاردانی آمار استنباطی کارشناسی رشته روان شناسی و مشاوره
	نرم افزار SPSS	نرم افزار SPSS مقدماتی درجه ۲
	کاربرد کامپیوتر در روان شناسی	مقطع کارشناسی رشته روانشناسی
۳	روش تحقیق تهیه و تدوین پروپوزال و پایان نامه	مبانی روش تحقیق و نحوه نگارش پروپوزال و پایان نامه نویسی
۳	کارگاه مهارت‌های ارتباطی و موفقیت	ارتباط با خود، ارتباط موثر با دیگران، ارتباط با همسر، ارتباط با فرزند، ارتباط با خدا
۴	کارگاه آموزشی مادر توانمند	۲۵ تکنیک کاربردی و عملیاتی مدیریت رفتار کودکان از طریق مادران (افزایش رفتار مطلوب و کاهش رفتار نامطلوب) بهبود سبک زندگی مادران (۵ بعد زندگی: سلامت جسم، ذهن، ارتباطی، تفریح و سرگرمی، توسعه فردی)
۵	کارگاه آموزشی تربیت جنسی کودکان	ضرورت تربیت جنسی کودکان، مراحل رشد جنسی کودکان اطلاعات مناسب هر سن و نحوه ارائه آن پاسخگویی به سوالات و کنجکاوی های جنسی برخورد با رفتارهای جنسی کودکان، پیشگیری از آزار جنسی
۶	کارگاه توانمندسازی بانوان در همسرمداری	تفاوت های زنان و مردان، موانع ارتباطی با همسر انواع زبان عشق، هنر گفتگوی موثر با همسر بررسی خطاهای شناختی و اصلاح آن ها و
۷	کارگاه جعبه ابزار هوش مصنوعی	اصول پرامپت نویسی، یادگیری و مکالمه صوتی با هوش مصنوعی، ابزارهای تبدیل متن به صوت، تبدیل صوت به متن، طراحی و تولید تصویر و ویدیو
۸	کارگاه تولید محتوا با کمک هوش مصنوعی	اصول سناریونویسی، کپشن و هشتک گذاری برای پست اینستاگرام، طراحی پست، استوری و ریلزهای جذاب کاور و ویرایش ویدیو برای ساخت ریلز، پاورپوینت حرفه ای، بنر و پوسترهای تبلیغاتی، کارت ویزیت

