

ملازومات			تسهیلگر	تا ساعت	مدت	موضوع
			سمیه		10	سلام و خوشامد دریافت حس حال
			ملیکا		35	دریافت از تمرینها
			ملیکا بعد گروه سمیه		10	گروه سه نفره/هر کس ۲.۵ تا ۳ دقیقه در میان گذاشتن از اونچه نوجوانتون در باره شما میگو در آینده
		ویدئو انطباق اجتماعی	سمیه		10	تا بحال از خیلی جنبه ها گفتیم، حالا در مورد اثر دیگران ویدئو انطباق اجتماعی دریافت و حس و حال
			سمیه		10	در برابر فشار چی ممکنه محافظت کنه در تجربه خودتون چی بوده /با نوجوان چی چت باکسی دو کفه ترازو / عوامل ریسکی و عوامل محافظتی میشود تاب آوری
		کلپ والد هلیکوپتری	ملیکا		10	والد هلی کوپتری ویدئو در میون گذاشتن چت باکسی تمایز مراقبت و گیرینگ با والد مراقب والد مراقب فضای انتخاب نمیدهد. بگذار نوجوان اشتباه کند! پرسالین
				تا 11	20	تنفس
		دستبرگ زمین حاصلخیز	ملیکا		15	دستبرگ زمین حاصلخیز /مرور پرنیان برو تو آخرین موقعیتی که تجربه کردی
		دستبرگ چشم انداز در حال تغییر	ملیکا			دستبرگ تغییر چشم انداز کجاها ریز ومویی تغییر میبینی کجاها تغییر هنوز رخ نداده چکار میکنی براش
		ویدئو عصر یخبندان	ملیکا			کلپ عصر یخبندان
		دستبرگ همه والدین به کمک...	سمیه			کمک و حمایت گرفتن تور حمایتی بساز تنوع راههای حمایتی
		کلپ شیشه زندگی دستبرگ درخت زندگی دستبرگ شیشه زندگی	ملیکا			شیشه زندگی/درخت زندگی
			ملیکا			اسکن ذهن آگاهانه بدن شنیدن از چند نفر پرسالین+ بعنوان هدیه کانال همراهان کامل کردن... قدردانی