

## 教育学院“看见生命、滋养生命”大学生 心理健康月活动顺利开展

为进一步提高大学生的心理素质，促进大学生的身心健康，宣传普及心理健康知识，深入开展心理健康教育。5月22日下午，教育学院在五楼一会议室，面向全校师生，开展了“看见生命、滋养生命”大学生心理健康月专题讲座——“心若向阳、生命绽放”。由重庆市大中小学心理健康教育指导委员会专家、重庆市职业教育学会学前教育专委会首任理事长；重庆市学校心理健康教育研究会理事、重庆青年职业技术学院副教授连伟利担任主讲老师。



连教授以“心理测试性别”小互动展开分享，结合自己的专业知识和工作经验，从健康，心理健康与身体健康的关系，心若向阳、生命绽放等三个方面进行讲授。



连教授的讲座内容充实、语言生动、现场互动积极，让前来参与讲座的师生受益匪浅。本次讲座的顺利开展，对于师生如何识别各种心理问题与心理障碍，关注心理健康，起到了很好的预、知、学、防作用，有助于提升师生的心理素质，培养健康向上的人格品质。面对再大的困难，内心都要对自己说：“不要紧”因为积极乐观的态度是解决和战胜任何困难的第一步！



加强学生心理健康工作，已经上升为一项重要的国家战略。今后，教育学院将努力为学院师生提供更好的培训与学习平台，切实提高师生的心理危机研判与干预能力，促进师生健康向上成长。

撰稿：汪加丹

审核：匡 灿