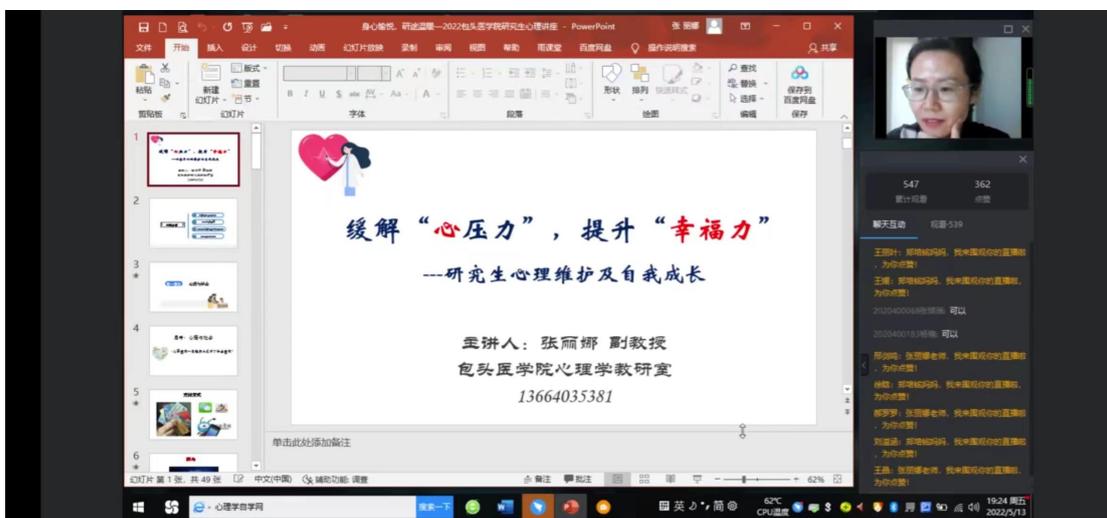


研究生院启动“医路有你，点亮梦想”

学风宣讲系列活动

为认真贯彻习近平总书记关于研究生教育的重要指示批示和全国、全区研究生教育会议精神，弘扬科学精神，培养研究生诚信的科研品行，踏实严谨的学风，在全体研究生中营造良好的学习和科研氛围，5月13日研究生院启动了2022年“医路有你，点亮梦想”研究生学风宣讲系列活动第一期——心理健康教育讲座。

本次讲座邀请我校人文学院心理教研室张丽娜老师做了题为“缓解心压力，提升幸福力——研究生心理维护及自我成长”的心理健康教育讲座，全体研究生和各培养单位研究生班辅导员和班主任通过钉钉线上形式进行了聆听。张老师从专业的角度讲解了心理与社会的关系、心理健康的表现，结合当前研究生的心理状况，深入分析了心理问题产生的根源，指导研究生如何与压力相处，为研究生如何应对学习和实践中出现的心理问题提供了很好的引导和借鉴作用。讲座中研究生与张老师进行了积极的互动。张老师诙谐幽默的语言、通俗易懂的内容、简单有效的缓解压力的方法给研究生疫情期间的学习和生活带来了动力和信心。



通过举办这次讲座，让研究生在了解自身压力来源的基础上学会了缓解压力的方法，为研究生今后建立和谐的师生关系、更好的融入研究生生活提供了指导与帮助。

研究生院

2022年5月14日