

教育学院举办心理健康教育讲座

（通讯员：王许达、来婧怡）为了帮助大学生树立心理健康意识，优化心理素质，增强心理调适能力和社会生活的适应能力，预防和缓解心理问题，完善大学生的价值观念。教育学院于2023年2月28日晚上六点半在北区8栋A406教室举办了心理健康教育讲座，2022级全体学生参加讲座。本次讲座由林辰老师主讲。

讲座中，林辰老师以“人际沟通是什么”与“沟通策略”为重点，结合实例，为大家讲解了沟通的常见误解、沟通的定义、沟通的模型等。让同学们明确了我们在思想意识、价值观念、行为选择、生活方式等方面出现众多差异、隔阂甚至冲突，并指出有冲突就要有沟通。



审稿人：张辉