

工作简报

2023 年第 5 期

党委教师工作部 人事处

2023 年 10 月 12 日

云南民族大学召开 2023 年度 “师德教育月”暨“10·10 世界精神卫生日” 系列活动之心理健康专题讲座

2023 年 10 月 10 日下午 14 时，学校在呈贡雨花校区图书馆二楼报告厅召开 2023 年度“师德教育月”暨“10·10 世界精神卫生日”系列活动之心理健康讲座，本次活动由党委宣传部、教师工作部、学生工作部、校团委联合举办。



党委教师工作部副部长解语主持讲座，云南大学心理健康咨询服务中心解亚宁老师为全校师生带来了题为《心理调适与压力

管理——心理学方法在工作和生活中的应用》的心理讲座。2023 年度学校新进教职工和各学院代表在内的 200 余名师生参加了现场讲座，其余师生通过校团委直播平台进行线上参与。



此次应邀授课的解亚宁老师，从教 30 余年，先后在中南大学湘雅医学院、第一军医大学、南方医科大学、云南大学从事医学心理学、心理咨询及心理健康教育工作，目前担任云南大学心理健康咨询服务中心教授，是中国心理学会临床与心理咨询专业委员会委员、注册督导师，教育部高校心理健康教育专家指导委员会委员，国务院政府特殊津贴奖励专家。

讲座中，解老师以风趣幽默的方式、生动详实的内容从心理调适与压力管理、心理学方法在工作和生活中的应用、健康心理与优良师德师风的关系等几个方面出发，引导全校师生关注心理健康，学会压力管理，做好心理调适，促进身心健康，提升人格魅力，筑起师生和谐交流的桥梁。讲座后，解老师进行了互动问答，现场师生就心理健康、如何调解压力等问题与解老师展开探讨。讲座在全校师生中引起了积极反响，不仅让现场参与的师生群体受益匪浅，参与线上直播的师生群体也收获良多。



此次心理健康专题讲座的召开，不仅对全校师生心理健康产生积极影响，为全校师德师风建设提供了有力支持，更为进一步全面提升全校师风、教风和学风做出了积极贡献。

报：校党政领导

发：各学院、各部门
