

关于组织教职工观看心理服务线上课程的通知

各分工会：

为维护教职工心理健康，省教科文卫体工会推出系列线上心理关爱课程，请组织分工会全体成员，自行扫描海报二维码，积极观看。

线上心理关爱课程排期表

类别	主题	时间	授课老师
心理直播课	压力与情绪管理	6月14日 19:30--21:00	常剑
	园丁与木匠—亲子沟通	6月17日 19:30--21:00	孟岩
	积极自我与成就	6月19日 19:30--21:00	邵举乐
	正向沟通的重要性	6月24日 19:30--21:00	张欣
解压微课堂	正念操	随时观看	黄孜孜
	手指操		
	肩颈放松操		

说明：1. 心理直播课通过扫描直播课海报二维码观看。

2. 解压微课堂点击“陕西工会 app”进入“心灵驿站”心理讲堂模块中观看。

直播课海报

陕西省总工会

压力与情绪调节

培训老师：常剑
国家二级心理咨询师
陕西省总工会心理服务团队讲师

培训时间：6月14日 19:30-21:00



扫描二维码观看直播

陕西省总工会

园丁与木匠—亲子沟通

6月17日 19:30-21:00

培训老师：孟岩
国家二级心理咨询师
陕西省总工会心理服务团队讲师



扫描二维码观看直播

陕西省总工会

积极自我与成就

6月19日 19:30--21:00



培训老师：邵举乐
国家二级心理咨询师
陕西省总工会心理服务团队讲师

扫描二维码观看直播

陕西省总工会

心理讲座

正向沟通的重要性

培训老师：张欣
国家二级心理咨询师
陕西省总工会心理服务团队讲师



扫描二维码观看直播

时间：6月24日 19:30-21:00

