

让自己成为幸福主宰

——我校教师参加专业技术人员继续教育培训报道

2018年5月6日，由人社局举办的专业技术人员继续教育培训在我校大会议室如期举行。会议由刘建成校长主持，全体专职教师参加了此次培训。

本次培训主题为《幸福的方法》，由福建省教育学院的赵咏梅副教授主讲。她解答了幸福的疑问、人生的四种汉堡模型，还阐述了教师这一职业面对的社会期待和巨大压力，以及需要解决的心理问题。然后，她讲了分享了：幸福学习法、幸福工作法、经营幸福的亲密关系。本次培训让教师们重新认识幸福的意义，学习到增加幸福感的方法，让大家更有信心投资未来，让自己成为幸福的主宰。

职教处

2018年5月8日

