**“改变·成长”心理训练工作坊**

**招募中……**

　　懵懂间,你发现自己有了很多生活习惯： 习惯不上课,习惯与电脑和虚拟世界为伴, 习惯在内心理挣扎和批判……你离开了人群，在阳光下却感不到温暖，你迷茫、苦闷、纠结……你在寻找答案，你想摆脱现状，你愿意尝试和一些同样在成长中挣扎着寻求改变的人一起打开并分享自己的郁结，启动改变的马达，踏上建立新习惯新思维新生活的探索之路……

期待你的加入！

　　 报名时间：4月22日16:30前

　 报名方式：（1）可向辅导员报名

（2）电话至学生心理健康教育与咨询中心0871-65916654

（办公时间：8:30-11:30；13:30-16:30）

　　 （3）登陆网站：<http://xlzx.kmust.edu.cn>

培训教师： 刘海燕 谢红彬

第一次会面时间：4月22日19:00 地点：学生事务中心805

工作坊活动时间：4月28日-5月27日，每周一或周二 19:00

地点：学生事务中心805