

大连科技学院教师发展中心通知

大科教发通〔2026〕11号

关于开展微课堂第六期学习的通知

校内各单位：

为切实满足青年教师座谈会中教师关于心理健康调适的学习需求，传递学校对教师身心健康的温暖关怀，帮助教师更好地调节情绪、舒缓压力、关照自我。教师发展中心现推出微课堂第六期学习内容，供广大教师自主学习。现将相关事宜通知如下：

一、学习内容

第六期微课堂以“教师心理健康”为主题，围绕情绪管理、压力应对、自我关怀等心理调适内容，精选优质学习资源，助力教师提升心理素养与职业韧性。

序号	课程名称	主讲人
1	教师心理健康漫谈	华东师范大学 张亚 副教授
2	轻松做教师——和教师朋友谈心理 健康调适	南京师范大学 傅宏 教授

二、学习人员

全校教师，自愿参加。学习学时计入个人年度培训学时，每期全部任务点完成后（以学习通后台统计为准）计2学时。

三、学习方式

1. 已经加入微课堂班级的教师，直接点击课程学习通左侧的“章节”栏目，进入“第六期：教师心理健康”学习。未加入微课堂班级的教师，需访问教师发展中心官网，进入菜单栏的“微课堂”栏目，点击“第六期：教师心理健康”内容，扫描学习通二维码加入班级群，等待管理员审核通过后，即可学习课程。

2. 学习平台全天候开放，广大教师可根据个人时间安排自主学习。

四、联系人及联系方式

教师发展中心将陆续推出“微课堂”系列学习资源，丰富教师线上培训内容。广大教师在学习过程中如有意见、建议，或有优秀视频资源分享，均可通过官网“教师服务”栏目反馈提交或联系教师发展中心。

联系人：孙奎妮、张慧霞

电话：86245059

特此通知。

大连科技学院教师发展中心

2026年3月25日