2020年5月8日，牧院团委，地址：https://mp.weixin.qq.com/s?src=11&timestamp=1593222092&ver=2425&signature=u6HwNtDLTWIu96jpGiJ6aTwXWdKiu95ZuieuKSOV0EKwtuxDL4CEnVX4db3FBiEH0LvzjKqLFKgkaqIShIn2XhwGjooRaYr\*QX7lk5m5KeXSA2AveIOMztjSPzAcHQj&new=1

本次讲座介绍了新冠肺炎疫情对人们心理健康带来的冲击与威胁，尤其是突发重大危机事件下的心理应激反应与特点，以及接纳反应。舒缓压力，调整认知，寻找内外资源，积极应对的有效方法。讲座中例举抗击疫情心理援助中的感人故事，彰显全国上下万众一心，众志成城，凝心聚力，坚定信念，从逆境中崛起，在磨难中成长的必胜信念。