

# 破茧成蝶，未来可期——五专学院女生专属知识礼包

在这个充满希望与活力的春季，五专学院邀请心理健康中心毛雨欣老师为全体女生精心准备了一场特别的“破茧成蝶：少女成长能量站”讲座。让我们一同走进这个充满温暖与力量的空间，探索女性成长的心灵之旅。



**@五专女生**  
**查收女生节知识礼包**  
**破茧成蝶 少女成长能量站**

赠送人：毛雨欣

赠送人简介

- 上海师范大学应用心理硕士研究生
- 曾组织多场新生适应和人际关系等主题讲座

看见即疗愈  
愿能帮助你看见那个有力量的自己

赠送时间：3月5日19:00 - 20:30

## 看见的力量——探索内心的旅程

本次讲座的主题是“破茧成蝶：少女成长能量站”，看见即疗愈，愿你能看见那个有力量的自己，毛雨欣老师以其独特的亲和力和扎实的专业素养，为同学们开启了一场关于女性成长的心灵之旅。她用声情并茂的讲解，深入浅出地剖析了女生在成长过程中可能遇到的困惑与挑战，并分享了大量生动鲜活的案例。

讲座现场座无虚席，大家满怀期待地等待着分享开始。毛老师用幽默且富有感染力的语言，唤起了同学们对自身成长的思考，气氛轻松愉快，令人倍感亲切。



### 成长的勇气——聆听榜样的力量

毛老师通过独特的视角，深入剖析了女生在成长过程中常见的心理挑战与困扰。她结合自身经历，分享了自己的亲身经历：“成长的过程就像破茧成蝶，虽然充满挑战，但只要勇敢面对，终会迎来属于自己的高光时刻。”



### 师生互动——看见即疗愈，成长在路上

讲座期间，同学们积极参与互动，提出了自己在成长过程中遇到的问题，并与老师进行深入交流。每一个问题都引发了热烈的讨论，大家畅所欲言，分享彼此的观点与感受，形成了一种良好的共鸣。



## 展望未来

随着讲座的结束，同学们带着满满的收获与思考，期待着未来的发展。在这个过程中，她们不仅了解了成长的重要性，也意识到要勇敢地走出舒适区，去迎接未知的挑战。



这场讲座如同一场及时雨，为五专学院的女生们注入了强大的成长能量。它不仅丰富了同学们的心理健康知识，更让她们在心灵深处种下了积极、乐观、健康的人格品质的种子。相信在未来的日子里，这些种子会在每一个女生的心中生根发芽，帮助她们破茧成蝶，绽放出属于自己的独特光彩。



