

目 录

（一）2020 年《“六面体”心理健康教育工作模式》（《河南省教育厅关于公布全省高校辅导员工作精品项目名单的通知》红头文件）	2
（二）2022 年《心理健康教育》课程入选省级课程思政示范项目（《河南省教育厅办公室关于公布 2022 年河南省职业教育和继续教育课程思政示范项目名单的通知》红头文件）	6
（三）2024 年《心理健康教育》课程校级精品在线课程建设立项文件（《河南质量工程职业学院关于公布 2023 年度院级教学工程项目立项建设名单的通知》红头文件）	10
（四）2025 年《心理健康教育》课程校级精品在线课程建设结项文件（《河南质量工程职业学院关于公布 2023 年院级教学工程项目通过结项名单的通知》）红头文件	13
（五）2024 年《高职心理健康》课程校级精品在线课程建设立项文件（《三门峡职业技术学院关于公布 2023 年职业教育和继续教育精品在线开放课程立项建设名单的通知》红头文件）	16
（六）2026 年《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新》河南质量工程职业学院 2026 年校级职业教育教学成果奖（荣誉证书）	21

中共河南省委高校工作委员会 河南省教育厅文件

豫高发〔2020〕90号

中共河南省委高校工委 河南省教育厅 关于公布 2020 年全省高校辅导员工作 精品项目名单的通知

各高等学校：

根据《中共河南省委高校工委办公室 河南省教育厅办公室关于开展 2020 年高校辅导员工作精品项目培育建设遴选工作的通知》（教办思政〔2020〕128号）精神，省委高校工委、省教育厅组织开展了全省高校辅导员工作精品项目评审工作。经过学校推荐、专家评审、综合评议、结果公示等环节，共有 30 个项目入选 2020 年度高校辅导员工作精品项目建设计划。现将名单予以公布（见附件）。

希望各高校深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的十九大精神,持续贯彻落实全国全省高校思想政治工作会议、全国全省教育大会和学校思想政治理论课教师座谈会精神,聚焦落实立德树人根本任务,加快构建新时代高校思想政治工作体系,全面提升高校思想政治工作质量。要以加强辅导员工作精品项目建设为重要抓手,引导辅导员加强工作经验总结、积极开展科学研究、努力促进成果转化,推动辅导员工作规范化和科学化发展。

附件: 2020 年高校辅导员工作精品项目名单

中共河南省委高校工委 河南省教育厅
2020 年 8 月 17 日

附件

2020年高校辅导员工作精品项目名单

序号	学校	项目名称	项目类别	主持人
1	郑州大学	双线成长引领工程	日常	任 怡
2	河南大学	《情绪调整与素质提升》	课程	张亚歌
3	河南农业大学	“X先生”网络思政教育工作室	日常	黄 笑
4	河南师范大学	“五位一体”学生成长预警教育工程	日常	王丹云
5	河南科技大学	“科大小郭”网络思政工作室	日常	郭守伟
6	河南理工大学	“知·情·意·行”爱国主义教育	日常	孙 彦
7	河南工业大学	红诗会育人项目	日常	曹启娥
8	河南财经政法大学	“1234”班级文化建设项目	日常	张利杰
9	华北水利水电大学	学工队伍暑期家访项目	日常	靖金亮
10	河南中医药大学	“杏林志愿者服务团”实践育人工程	日常	程丽娟
11	郑州轻工业大学	“思政e堂课”模块化主题班会育人模式	日常	孟 牒
12	信阳师范学院	“小舞台·大梦想”主题班日活动	日常	张莹莹
13	新乡医学院	“丝路·思路”学生文化交流平台	日常	吕玉娟
14	郑州航空工业管理学院	青春领航计划	日常	倪大钊
15	南阳师范学院	“知行合一”新媒体工作室	日常	王 彬
16	洛阳师范学院	七色育人工程	日常	张晓添
17	周口师范学院	“三四三”大学生价值塑造模式	日常	苗 敏
18	许昌学院	学霸联盟促学业提升项目	日常	朱晓婷
19	河南城建学院	云上“树洞”	日常	张小牧
20	洛阳理工学院	“微矩阵”党支部组织育人新模式	日常	张晨骏

序号	学校	项目名称	项目类别	主持人
21	河南工学院	“1+N”网络育人模式	日常	王佩
22	南阳理工学院	“青年马克思主义读书会”筑梦领航工程	日常	董博
23	黄河科技学院	“画出心灵，画出健康”疗愈工作坊	日常	杨玲
24	商丘工学院	公益反哺资助育人工程	日常	常艳艳
25	安阳学院	一元钱城市生活体验实践育人项目	日常	张梦洋
26	黄河水利职业技术学院	“水哥说事儿”微视频	日常	管欣
27	河南工业职业技术学院	军工实践创新工作室	日常	涂豫
28	河南质量工程职业学院	“六面体”心理健康教育工作模式	日常	郝梅
29	漯河职业技术学院	“梦想·起航”国防教育育人模式	日常	董建伟
30	南阳医学高等专科学校	“1231”浸润式爱国主义教育作法	日常	夏灵果

中共河南省委高校工作委员会办公室 主动公开 2020年8月17日印发



河南省教育厅办公室文件

教办职成〔2022〕195号

河南省教育厅办公室 关于公布 2022 年河南省职业教育和继续教育 课程思政示范项目名单的通知

各省辖市、济源示范区、省直管县（市）教育局，各高等学校，各省属中等职业学校：

按照《河南省教育厅办公室关于开展 2022 年职业教育和继续教育课程思政示范项目建设工作的通知》（教职成〔2022〕92 号）要求，经各单位推荐申报、资格审查、专家评审、结果公示等，确定 2022 年职业教育和继续教育课程思政示范课程 263 门、课程思政教学研究示范中心 20 个（见附件），入选示范课程相应授课教师、团队为河南省职业教育和继续教育课程思政教学名师和教学团队。

各校要高度重视课程思政建设，加强政策、经费、人员保障，要充分发挥教师队伍“主力军”、课程建设“主阵地”、课堂教学

“主渠道”作用，推动形成各类课程与思政课程同向同行、专业教育和思政教育有机融合的课程思政育人大格局，全面提高人才培养质量。

各校要深入开展课程思政建设，强化示范引领。历年入选示范项目以学校为单位，于2022年12月底前提交本校课程思政建设情况报告并发送电子稿至 liudongyang@haedu.gov.cn，报告内容应包含但不限于学校课程思政建设情况、各示范项目工作进展情况等。我厅将持续跟踪项目进展，并将各校项目建设情况作为后续相关工作开展的重要依据。

联系人：刘东洋、王真真

电 话：0371—69691878

邮 箱：liudongyang@haedu.gov.cn

附件：1. 2022年河南省职业教育和继续教育课程思政示范课程名单

2. 2022年河南省职业教育和继续教育课程思政教学研究示范中心名单



河南省教育厅办公室

主动公开

2022年6月21日印发



附件 1


2022 年河南省职业教育和继续教育课程思政示范课程名单

序号	申报单位	课程名称	课程负责人	团队成员	类别
1	河南省工业学校	机械基础	杨崇英	牛家骅、梅春子、周自斌、孙华克、刘 艳	职业教育
2	洛阳铁路信息工程学校	城市轨道交通概论	张 波	于庆斌、程 磊、李 杰、张玉锋、张春琳、陈志坚、桑彦彪	职业教育
3	河南信息工程学校	语文	李佩玲	滕桂英、张瑞瑞、马浩琼、程丽娜、郭艳伟、贾海朝、李 倩	职业教育
4	河南信息工程学校	电子线路 CAD	史娟芬	胡 祎、常 钊、郭 蕊、马 琳、郭子川、褚华川、易 森	职业教育
5	河南省民政学校	声乐	翟燕敏	王钰钊、张 静、常志华、王伟伟、刘佳琪、李洪敏、贾赞钊	职业教育
6	河南省经济技术中等职业学校	美育	王兰香	吴芷青、黄玮玮、万雪琪、张 帆、朱 雪、夏红喜、杨秋丽	职业教育
7	河南省经济技术中等职业学校	网络文案岗位实训	吴芷菁	王兰香、谢尊英、万雪琪、周志彬、田 婧、詹曼成、江 帅	职业教育
8	河南省水利水电学校	建筑工程测量	董张博	郑明贵、王显亮、李 珏、谢广宇	职业教育
9	河南省水利水电学校	建筑施工技术	潘兴华	李长安、赵军杰、张 萌、李 智、韩 影、陈 晨、杨 冬	职业教育
10	河南省经济管理学校	会计电算化	王晓蕾	王 芳、张 茜、陈 新、李 蕾	职业教育
11	河南省洛阳经济学校	包装设计	张春宜	姜雅男、侯永华、于 岚、黄玉洁、张嘉宝、盛娇睿、王晨飞	职业教育

序号	申报单位	课程名称	课程负责人	团队成员	类别
111	焦作师范高等专科学校	学前儿童科学教育	黄俊	韩静静、曹锦丽、张平利、马梦晓、张燕子、赵鑫、姜冬玲	职业教育
112	河南质量工程职业学院	食品营养与卫生	李红艳	王婷婷、王振丽、马燕燕、孟庆、王霞、张虽栓、席会平	职业教育
113	河南质量工程职业学院	心理课程教育	郝梅	杨艳华、王光武、汪冰、刘翳菲、杨艳玲、李雪亮、王伟鹏	职业教育
114	郑州信息科技职业学院	Unity3D 基础	邹丽霞	赵恒、尹立航、张欣宇、焦方方、邹香玲、陈丽、贾博文	职业教育
115	郑州信息科技职业学院	单片机技术及应用	曲豪	马志广、蔡自杰、刘一博、宋艳、王玉庆、王娜娜、李闯	职业教育
116	郑州信息科技职业学院	电气与 PLC 控制技术	张雷	廉洁、宋艳、李润娟、闫胜男、王康康、王亚楠、崔芳萌	职业教育
117	漯河医学高等专科学校	生物化学	朱宝安	宗自卫、马永超、程红娜、张军要、梁树才、陈娇、杨睿	职业教育
118	漯河医学高等专科学校	药理学	任丽平	刘春杰、孙明振、王瑞芳、苏艳、刘金宝、王雁梅、王丽莉	职业教育
119	南阳医学高等专科学校	病原生物与免疫学	赵柯蔚	蔚晓晖、王涵、王革新、张驰、岳浚、薛士鹏、刘品	职业教育
120	南阳医学高等专科学校	生物化学	尚喜雨	申冬冬、刘庆春、全碧波、刘松、张冬、李怀晶、陈思佳	职业教育
121	南阳医学高等专科学校	药理学	马瑜红	阮耀、王中晓、胡清茹、曲震理、张红霞、赵韡、李玲	职业教育
122	南阳医学高等专科学校	组织学与胚胎学	王卿	刘荣志、时炳钦、蔡伟波、张文娟、齐书妍、黄燕燕、张景瑞	职业教育

河南质量工程职业学院教务处文件

豫质院教〔2024〕2号



河南质量工程职业学院 关于公布2023年度院级教学工程项目 立项建设名单的通知

按照《河南质量工程职业学院关于开展2023年度院级教学工程项目申报与评审工作的通知》文件安排，教务处认真组织开展了2023年度校级教学工程的评选工作，经过部门推荐、资格审查、评审委员会评选、公示等环节，确定学院2023年度院级教学工程项目立项项目(见附件)，已立项的项目按照学院《教学工程项目管理办法》文件执行。现就项目建设有关事项通知如下：

河南质量工程职业学院
2024年 月 22日

—1—

附件：

河南质量工程职业学院2023年度院级教学工程项目立项项目

序号	项目类别	项目名称	负责人	团队成员	单位
1	专业综合改革试点	建设工程管理	夏占国	徐国力, 张淼、陈菲、姜风、张亚利、邵晓华、孙林波、冯振东、黄鹏斐	建筑工程学院
		大数据与会计	常向面	宋艳丽, 陈珂, 冯彩丽、赵月、王伟、李华、张学军、齐夏辉	经济管理学院
		移动应用开发	影春山	王宛平, 邱红压、丁新辉、孙林波、李亚辉、乌中岳、冀勉、张舒雅、邢文助、赵培乐、谷坤源	信息工程学院
		计算机网络技术	刘东旭	马亚琦、侯丽蒙、醉戈丽、杨省伟、赵璃华、陈焕英、魏波、张璟、李军豪、潘俊旭、王景乐、杨宏帆、武晓雅、陈巧静、刘元、邢民峰、武守明	计算机技术学院
2	校级名师粹繁	名师	张虽栓		食品与化工学院
		名师	杨瑞芳		建筑工程学院
		名师	三森		经济管理学院
		骨干教师	田辉		食品与化工学院
		骨干教师	陈菲		建筑工程学院
		骨干教师	常向丽		经济管理学院
		骨干教师	张舒雅		信息工程学院
		骨干教师	刘东旭		计算机技术学院
		骨干教师	高见		公共管理学院
		骨干教师	苗亚娜		基础部
3	精品在线开放课程	食品微生物检验技术	姚会敏	田辉、翟赛亚, 李向果, 杨伟杰、闫译华、徐明磊、孙亚楠、王霞、李书华	食品与化工学院
		液气压传动技术	沈羽	周永情, 马永杰、王西建、柴晓宇, 吕陶梅, 冯红军、李娜姆, 宋亚飞、品东伟、秦镇坤、周玉亮	机电工程学院
		建筑施工技术	邹记华	夏占国, 李建沛, 李朝辉, 申春梅、聂华、杨冬、周焯	建筑工程学院
		Python编程	靳红霞	魏波, 陈焕英、刘最、郭莞伸, 王景乐、杨宏帆。曲赛赛。刘晓旗	计算机技术学院

		幼儿活动设计与指导	刘扬	桑晓开、张雯霁、郝彦博，乔子珂、李帅英、郝增辉。王适逗、杨光艳	人文艺术学院
		中华优秀传统文化	徐书奇	刘林娟，张米娜，于灵芝，苗亚娜、顾海丽、王慧芳、高春辉，谢风英、朱世琦、刘玉凤、杨军、孙淑红，李涵，杨占河、何桂英。尹联、姚敏敏、王向辉	基础部
		心理健康教育	郝梅	杨艳华、王光武、刘翳菲常经营，杨艳玲、李燕燕、孙甜甜、张丽丽	大学生心理健康原教育中心
		《质量通识》(1)	伍宝华	孙点红、李向果，马勇，郭杰、刘瑞琼、孟书燕、刘彦钊，徐挺、李亮、马静婕	质量科学研究中心
4	立体化教材	工业控制网络及组态技术	靳雷	付丽丽，李宏伟。陈晓武、袁桂玲。郭豪亮，位大亮、陆晓强、杨林鹏、王西建，张晓变，蒋晓燕，秦援坤	机电工程学院
		礼仪与文化	张杏丽	何晓娜、李燕燕、刘玉凤、杨歆歆。颠乘足、胡梦楠、刘林娟、张兰云	五年制大专部
5	教师教学创新团队	数控技术	王西建	沈羽、张翼、吕东伟、柴晓宇，宋亚飞、张传亮。周永情、吕陶梅、李宏伟、陆晓强、冯红军、靳雷，王傲胜、付丽丽、位大亮、刘小华。杨林鹏、牛增伟。秦镇坤	机电工程学院
		建筑装饰工程技术	李建沛	刘义晴、张悦宁，李园园，王阳、李艺彤，夏占国。段芳苹、崔艳艳、申春梅、李朝辉、杨瑞芳、姜佩，郜记华、兰伟彬，崔恩杰。闫磨、王明月、郝珍娜。王致祥、李旭	建筑工程学院
		计算机应用技术	陈焕莱	魏波、沈羽、斯红霞，马亚琦、周永情。武晓雅、王景乐、刘东旭、孙蓓蓓。潘俊旭、杨宏帆，顾海丽、张米娜、何复华、席会平，赵璐华、冯慧华，区赛赛、于盼盼	计算机技术学院
		婴幼儿托育服务与健康管理	汪红旗	王彬、桑晓升、尹联、刘扬，乌二红，易晓敏。郝增辉、杨娜、郝彦博。乔子珂、李帅英、韩延歌、李丽红、童丹开，奇向妃、张芳、程爱萍、主坦筵、杨光艳	人文艺术学院

河南质量工程职业学院教务处文件

豫质院教〔2025〕17号

河南质量工程职业学院 关于公布2023年院级教学工程项目 通过结项名单的通知

各单位，各部门：

根据学院教学工程项目相关管理规定，学校组织专家，对2023年立项的三十八项院级教学工程项目进行鉴定。

专家组通过听取汇报，对三十八个项目结项材料现场审议，一致认为三十八个项目在建设期内，完成了研究目标和任务，鉴定结果为通过，通过结项名单详见附件。

河南质量工程职业学院教务处

2025年11月12日

附件：

河南质量工程职业学院 2023 年院级教学工程项目通过结项名单

序号	项目类别	项目名称	负责人	团队成员	单位
1	专业综合改革试点	建设工程管理	夏占国	徐国力、张 淼、陈 菲、姜 佩、张亚利、邵晓华、孙林波、冯振东、黄鹏斐	建筑工程学院
		大数据与会计	常向丽	宋艳丽、陈 珂、冯彩丽、赵 月、王 伟、李 华、张学军、齐夏辉	经济管理学院
		移动应用开发	彭春山	王宛平、邱红丽、丁新辉、孙林坡、李亚辉、马中岳、冀 勉、张舒雅、邢文助、赵培乐、谷坤源	信息工程学院
		计算机网络技术	刘东旭	马亚琦、侯丽莹、薛戈丽、杨省伟、赵璐华、陈焕英、魏 波、张 璟、李军豪、潘俊旭、王景乐、杨宏帆、武晓雅、陈巧静、刘 元、邢民峰、武守明	计算机技术学院
2	校级和校级骨干教师	名师	张虽栓		食品与化工学院
		名师	杨瑞芳		建筑工程学院
		名师	王森		经济管理学院
		骨干教师	田辉		食品与化工学院
		骨干教师	陈菲		建筑工程学院
		骨干教师	常向丽		经济管理学院
		骨干教师	张舒雅		信息工程学院
		骨干教师	刘东旭		计算机技术学院
		骨干教师	高见		公共管理学院
骨干教师	苗亚娜		基础部		
3	精品线开放课程	食品微生物检验技术	姚会敏	田 辉、翟赛亚、李向果、杨伟杰、闫泽华、徐明磊、孙亚楠、王霞、李书华	食品与化工学院
		液气压传动技术	沈羽	周永情、马永杰、王西建、柴晓宇、吕陶梅、冯红军、李姗姗、宋亚飞、吕东伟、秦镇坤、周玉亮	机电工程学院
		建筑施工技术	郜记华	夏占国、李建沛、李朝辉、申春梅、聂 华、杨 冬、周 焯	建筑工程学院
		Python 编程	靳红霞	魏 波、陈焕英、刘 敏、郭荒伸、王景乐、杨宏帆、曲赛赛、刘晓旗	计算机技术学院

		幼儿活动设计与指导	刘扬	桑晓丹、张雯雯、郝彦博、 乔子珂、李帅英、郝增辉、 王逗逗、杨光艳	人文艺术学院
		中华优秀传统文化	徐书奇	刘林娟、张米娜、于灵芝、 苗亚娜、顾海丽、王慧芳、 高春辉、谢凤英、朱世琦、 刘玉凤、杨军、孙淑红、 李涵、杨占河、何桂英、 尹朕、姚敏敏、王向辉	基础部
		心理健康教育	郝梅	杨艳华、王光武、刘翳菲、 常经营、杨艳玲、李燕燕、 孙甜甜、张丽丽	大学生心理健康 教育中心
		《质量通识》(I)	伍宝华	孙淑红、李向果、马勇、 郭杰、刘瑞琼、孟书燕、 刘彦钊、徐挺、李亮、 马静婕	质量科学研究中心
4	立体化教材	工业控制网络及组态技术	靳雷	付丽丽、李宏伟、陈晓武、 袁桂玲、郭豪亮、位大亮、 陆晓强、杨林鹏、王西建、 张晓变、蒋晓燕、秦振坤	机电工程学院
		礼仪与文化	张杏丽	何晓娜、李燕燕、刘玉凤、 杨歆歆、颜秉星、胡梦楠、 刘林娟、张兰云	五年制大专部
5	教师 教学 创新 团队	数控技术	王西建	沈羽、张龔、吕东伟、 柴晓宇、宋亚飞、张传亮、 周永情、吕陶梅、李宏伟、 陆晓强、冯红军、靳雷、 王傲胜、付丽丽、位大亮、 刘小华、杨林鹏、牛增伟、 秦镇坤	机电工程学院
		建筑装饰工程技术	李建沛	刘义晴、张悦宁、李园园、 王阳、李艺彤、夏占国、 段芳草、崔艳艳、申春梅、 李朝辉、杨瑞芳、姜佩、 郜记华、兰伟彬、崔恩杰、 闫彦、王明月、郝珍娜、 王致祥、李旭	建筑工程学院
		计算机应用技术	陈焕英	魏波、沈羽、靳红霞、 马亚琦、周永情、武晓雅、 王景乐、刘东旭、孙蓓蓓、 潘俊旭、杨宏帆、顾海丽、 张米娜、何俊华、席会平、 赵璐华、冯慧华、区赛赛、 于盼盼	计算机技术学院
		婴幼儿托育服务与健康管理	汪红旗	王彬、桑晓丹、尹朕、 刘扬、马二红、易晓敏、 郝增辉、杨娜、郝彦博、 乔子珂、李帅英、韩延歌、 李丽红、董丹丹、李向妃、 张芳、程爱萍、王逗逗、 杨光艳	人文艺术学院

三门峡职业技术学院文件

三职院字〔2024〕22号

三门峡职业技术学院

关于公布2023年职业教育和继续教育精品在线 开放课程立项建设名单的通知

各院部、各部门：

根据《三门峡职业技术学院关于开展职业教育和继续教育精品在线开放课程建设工作的通知》（三职院字〔2021〕76号）《三门峡职业技术学院关于做好2023年职业教育和继续教育精品在线开放课程申报工作通知》（三职院教学〔2024〕4号）等文件要求，学院组织开展了我院2023年职业教育和继续教育精品在线开放课程建设项目的申报和遴选工作，根据专家评审，现对立项项目予以公布，并将相关事项通知如下：

一、立项情况

经个人申报、院部推荐、教务处初审及专家评议，遴选出我院 2023 年职业教育和继续教育精品在线开放课程立项项目共计 16 项，具体立项建设名单见附件。

二、项目管理

(一) 项目建设周期

我院 2023 年职业教育和继续教育精品在线开放课程建设周期为 1 年，其中课程资源制作须在 2024 年 8 月底前完成，确保 2024 年 9 月上线运行。

(二) 项目建设要求

请各项目负责人按照以下要求加快项目实施进度，保证课程及时上线，并根据计划完成项目建设。

1. 基本要求

课程建设团队要严格对照《职业教育精品在线开放课程建设标准》和《继续教育精品在线开放课程建设标准》，加强课程的教学设计、完善教学内容、丰富教学资源、创新教学模式及跟踪教育评价等内容建设，并持续对课程内容进行更新完善，平稳运行的同时不断提升教学质量。课程内容要导向正确，弘扬社会主义核心价值观，遵循职业教育教学规律，体现现代职业教育思想，应反映学科最新发展成果和教改教研成果，具有较高的科学性水平，无危害国家安全、涉密及其他不适宜网络公开传播的内容，无侵犯他人知识产权内容。

2. 课程设计要求

应遵循“以生为本”的理念，根据学生发展需要和网络学习习惯，对现有课程进行重新设计，注重过程评价，依托课程平台建立学习资源及学习活动。主要包括课程学习目标及内容设计、

学习资源的设计、在线学习活动的设计、混合学习实施方案设计及学习评价方案设计等。

3. 资源建设及推广应用要求

按照学院一平三端的课程上线要求，建设完整的高质量课程资源。课程资源完成上线后，要在校内、外校、社会学习等多渠道加强推广，加强线上应用的跟进指导，确保应用的范围和质量。

三、经费安排

(一) 资助标准

批准立项的校级精品在线开放课程建设项目，学院给予专项资金1万元支持，并分期拨付。课程立项后拨付建设资金30%，中期验收通过后拨付建设资金50%，完成并验收通过后，剩余20%建设资金用于课程后续的运行维护。专项建设经费由教务处统一管理，专款专用。

(二) 经费管理

请各项目负责人按学院财务管理规定合理使用项目经费。教务处将根据项目实施进度，组织项目建设情况检查与结项验收。

附件：三门峡职业技术学院2023年职业教育和继续教育精品
在线开放课程立项建设名单



附 件

三门峡职业技术学院 2023 年职业教育和继续教育精品在线开放课程立项建设名单

序号	推荐类别	院 部	课程名称	课程负责人	成 员
1	职业教育	马克思主义学院	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	向军贤	雷 霞、齐潇晓、赵东雪、陈 嵩、焦 璐、邱丁楠、潘晓毅、段楠楠
2	职业教育	马克思主义学院	劳动教育	雷 霞	秦艳娜、曹晓展、董娟娟、石 莎、茹梓君、潘晓毅、闫 涛
3	职业教育	马克思主义学院	高职生心理健康	郅利聪	张 函、卫洁琼、陈国娜、聂玉凤、平延勋、刘雯雯、郝 梅、陈 晴、王 燕
4	职业教育	智能制造学院	自动化生产线安装与调试	刘志强	尤向阳、郭志冬、杨 惠、霍海波、周亚克
5	职业教育	智能制造学院	C#应用程序设计与实践	刘新源	范江波、张 庆、张颖颖、刘 琳
6	职业教育	建筑工程学院	建筑计算机制图	宋 莎	李玉洁、岳 星、陈迎娜
7	职业教育	建筑工程学院	商业空间室内设计	岳 星	李玉洁、王怡琼、宋 莎
8	职业教育	建筑工程学院	室内效果图后期处理	乔 芳	孟红霞、刘 菁、张超丽、何 静
9	职业教育	建筑工程学院	设计构成	刘 菁	乔 芳、张超丽、陈迎娜、钟雯婷、彭 帅
10	职业教育	建筑工程学院	住宅空间室内设计	李琳婉	林 琳、闫 丽、张超丽、杨 苗

11	职业教育	建筑工程学院	建筑室内效果图设计与制作	林琳	李琳婉、闫丽、王亚楠、王琴、尚海云
12	职业教育	汽车学院	新能源汽车整车控制技术	董伟	金银平、郜富晓、熊保胜、闫海涛、杨政威、胡晓宇
13	职业教育	汽车学院	数控机床与应用	曹国英	王莉静、赵丽娟、张春娜、王凤娟
14	职业教育	师范学院	学前儿童卫生与保健	赵莉玉	聂玉凤、赵育辉、张艺丝、孙国慧
15	职业教育	师范学院	学前儿童科学教育	张艺丝	伍艳妮、赵育辉、赵莉玉、孙国慧
16	职业教育	医护学院	中药学	尤琪	高静、高雯、李倩

荣誉证书

HONORARY CREDENTIAL

河南质量工程职业学院 2026 年校级职业教育教学成果奖

获奖成果：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践

获奖者：郝梅、杨艳华、王光武、刘翳菲、汪冰、王伟鹏、张丽丽、邴利聪、
卫浩琼、付进华、杨柳清

获奖等级：特等奖

证书编号：2026-04-02

河南质量工程职业学院
二〇二六年四月

目 录

（一）2025 年平顶山市社会科学规划办公室《高职院校心理健康教育课程应用体验式教学模式研究》结项、奖励证书·····	2
（二）2025 年三门峡市教育科学规划领导小组办公室《基于学生心理安全的心理健康教学一体化研究》结项证书·····	3

平顶山市重点调研课题

结项证书

经专家组鉴定，评审委员会批准，右列
24年度平顶山市重点调研课题验收合格，
准予结项，特发此证。

平顶山市重点调研课题评审委员会

2025 年 3 月 6 日

课题名称： 高职院校心理健康教育课程应用
体验式教学模式研究

主持人： 刘翳菲

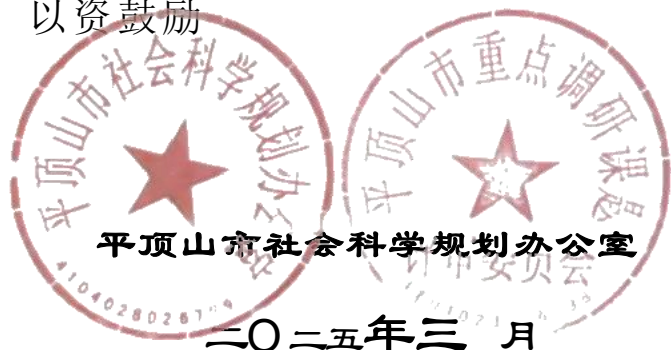
课题参加者： 王光武王婷婷

证书编号： 251020

平顶山市优秀社科调研课题

奖励证书

经平顶山市优秀社科调研课题专家评审组评定，右列课题成果被评为二〇二四年度平顶山市优秀社科调研课题。特发此证，以资鼓励



课题名称：
高职院校心理健康教育课程应用体验式
教学模式研究

成果形式： 调研课题

奖励等级： 一等奖

课题完成者：
刘翳菲 王光武王婷婷

证书编号： 251020



荣誉证书

课题类别：安全类

课题名称：基于学生心理安全的心理健康教学一体化研究

课题主持人：苏小彦

课题实施单位：三门峡市第五中学

课题组成员：鄧利聰 朱桂丽 宋九一 罗琳 董昌文

签定结果：准予结项

证书号：2024smxaq-034 文件号：三教研函〔2025〕17号

三门峡市教育科学规划领导小组办公室

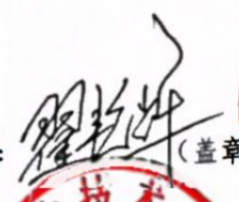
二〇二五年七月

目 录

（一）三门峡职业技术学院推广应用及效果证明·····	2
（二）漯河职业技术学院推广应用及效果证明·····	3
（三）济源职业技术学院推广应用及效果证明·····	4
（四）河南农业职业技术学院推广应用及效果证明·····	5
（五）平顶山工业职业技术学院推广应用及效果证明·····	6
（六）平顶山职业技术学院推广应用及效果证明·····	7
（七）周口职业技术学院推广应用及效果证明·····	8
（八）汝州技术学院推广应用及效果证明·····	9
（九）南阳工艺美术职业学院·····	10
（十）平顶山文化艺术职业学院·····	11




附件 6

教学成果校外推广应用及效果证明

成果名称：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践		
成果应用单位：三门峡职业技术学院		
面向对象及受益人数	<input checked="" type="checkbox"/> 教师	19 人
	<input checked="" type="checkbox"/> 学生	10000 人
	<input type="checkbox"/> 其他	
成果应用效果（应用后所取得的成效、应用前后对比等）		
<p>2024 年 3 月以来，我校与河南质量工程职业学院联合开展教学改革，将《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践》应用于本校心理健康教育课程教学。应用前，课程教学形式比较单一、实践环节不系统，新时代高职学生特点不突出，教学成效与学生心理素养培育效果不明显。应用该模式后，我校结合高职生群体特征，构建“一中心、双融合、三环节、四模块、五达标”立体化教学体系，优化教学内容，增加实践课时，强化课内体验与课后行为训练，有效激活课程教学活力，实践证明，该模式推动了我校心理教师教学理念更新，显著提升教学质量；学生心理品质得到优化，心理危机风险有效降低，应用效果良好，具有较高的推广应用价值。</p>		
二级单位负责人签字：		(盖章)
		
	2024 年 4 月 7 日	

附件6

教学成果校外推广应用及效果证明



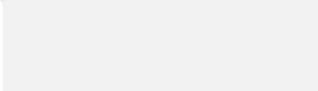
成果名称：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新		
成果应用单位：漯河职业技术学院		
面向对象及受益人数	<input type="checkbox"/> 教师	33人
	<input checked="" type="checkbox"/> 学生	8000人
	<input type="checkbox"/> 其他	2
成果应用效果(应用后所取得的成效、应用前后对比等)		
<p>自2024年3月起，我校与河南质量工程职业学院联合开展教学改革项目研究，将《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新》成果应用于大学生心理健康教育课程。</p> <p>应用前，我校心理健康教育课程存在体系单一、实践不足、针对性不强等问题，教学效果与学生心理素养提升有限。引入该模式后，立足高职生特点，构建“一中心、双融合、三环节、四模块、五达标”立体化教学体系，优化教学内容，提升实践课时比重，强化课内体验与课后行为训练，显著增强课程实效性与吸引力。</p> <p>经实践应用，教师教学理念有效更新，教学质量明显提升；学生心理品质持续改善，心理危机发生率显著下降，整体应用成效突出，具备良好推广价值。</p>		
二级单位负责人签字：  (盖章) 		
		
月 7 日		

附件 6

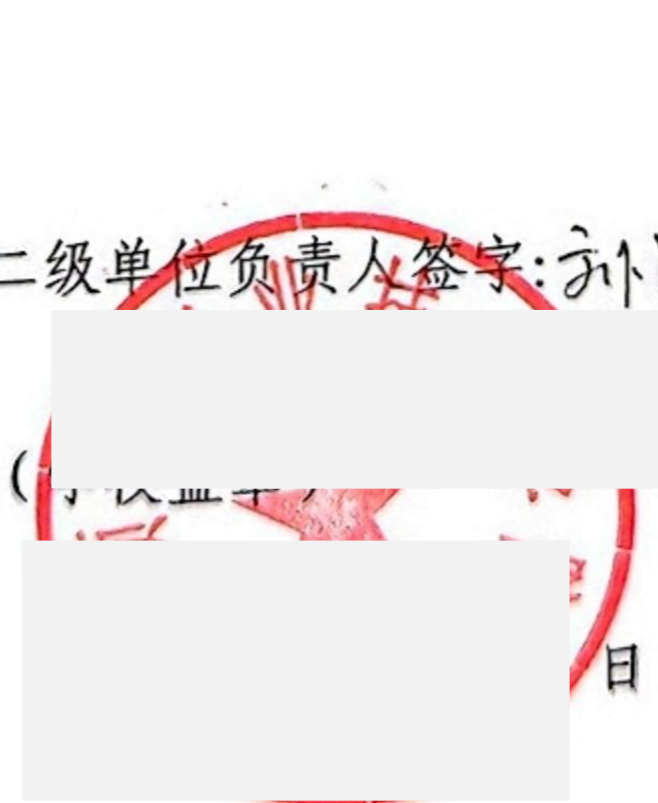
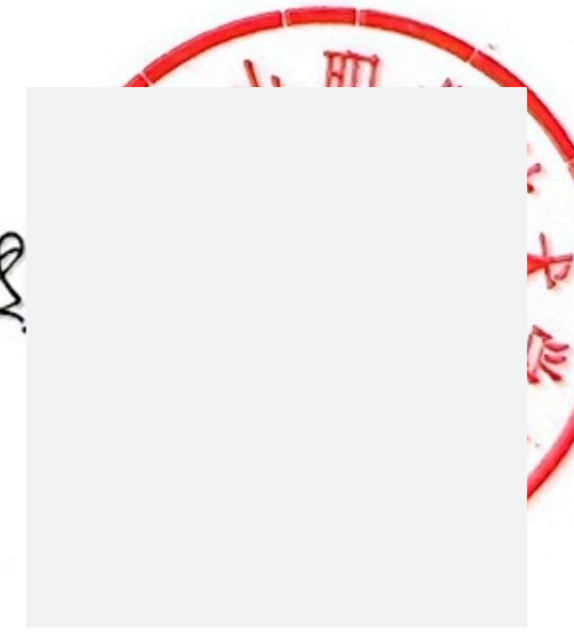
教学成果校外推广应用及效果证明

成果名称：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践		
成果应用单位：济源职业技术学院		
面向对象及受益人数	<input checked="" type="checkbox"/> 教师	23 人
	<input checked="" type="checkbox"/> 学生	3200 人
	<input checked="" type="checkbox"/> 其他	8 人
成果应用效果（应用后所取得的成效、应用前后对比等）		
<p>自 2024 年 7 月起，我校将《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践》应用于大学生心理健康教育课程。应用前，我校心理健康教育课程形式较为单一，实践内容偏少，难以充分贴合高职学生的学习特点和心理发展需求。应用该模式后，我校整合优化教学内容，增加团体训练实践课程占比，构建了“一中心、双融合、三环节、四模块、五达标”立体化教学体系，尤其注重课堂互动体验和课后行为训练，增强了课程趣味性和针对性。</p> <p>实践证明，该模式有效更新了教师的教学理念，提升了课程教学效果；学生课堂参与度和学习效果显著提升，自我调适技巧、情绪管理和人际交往能力明显增强。同时，学生心理困惑求助意识提升，有效降低了校园心理危机事件发生率，应用效果好，深受师生认可。</p>		
二级单位负责人签字：_____ (盖章) 外		
_____ (学校盖章)		
2026 年 4 月 6 日		

教学成果校外推广应用及效果证明


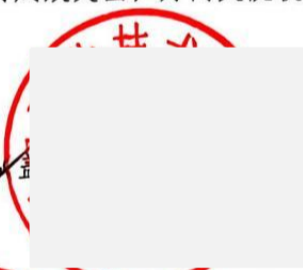

成果名称：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新		
成果应用单位：平顶山工业职业技术学院		
面向对象及受益人数	<input checked="" type="checkbox"/> 教师	11人
	<input checked="" type="checkbox"/> 学生	4200人
	<input type="checkbox"/> 其他	
成果应用效果（应用后所取得的成效、应用前后对比等）		
<p>自2025年7月起，我校将《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新》成果融入教学实践。此前，课程教学模式相对固化，与学生培养特点结合不够紧密，育人实效有待提升。引入该模式后，我校立足办学特色与学生成长规律，构建“一中心、双融合、三环节、四模块、五达标”的立体化教学体系，优化课程内容设计，强化实践教学环节，注重沉浸式体验与行为养成，显著提升了课程的针对性与实效性。实践表明，该模式有效革新了教师教学理念，全面提升了课程育人质量；切实涵养了学生心理品格，降低了心理危机发生概率，为高职院校心理健康教育改革提供了有益借鉴。</p>		
二级学院负责人签字： 		
 教务处处（盖章）		
 （学校盖章）		

教学成果校外推广应用及效果证明

成果名称：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践		
成果应用单位：平顶山职业技术学院		
面向对象及受益人数	<input checked="" type="checkbox"/> 教师	16人
	<input checked="" type="checkbox"/> 学生	4500人
	<input type="checkbox"/> 其他	
<p>成果应用效果（应用后所取得的成效、应用前后对比等）</p> <p>自 2025 年 7 月起，我校将《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践》融入心理健康教育课程教学实践。应用前，课程教学模式较为固化，与学生培养特点融合不足，育人实效未能充分彰显。引入该模式后，我校立足办学特色与学生成长规律，构建“一中心、双融合、三环节、四模块、五达标”的立体化教学体系，优化课程内容设计，强化实践教学环节，注重沉浸式体验与行为养成，让心理健康教育课程更具针对性与实效性。实践表明，该模式革新了教师教学理念，全面提升了课程育人质量；有效涵养了学生心理品格，降低了心理危机发生概率，应用成效斐然，为高职院校心理健康教育改革提供了有益借鉴。</p>		
<p>二级单位负责人签字：孙小转</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>（平顶山职业技术学院）</p> <p>日</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div>		

附件 6

教学成果校外推广应用及效果证明

成果名称：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践		
成果应用单位：周口职业技术学院		
面向对象及受益人数	<input checked="" type="checkbox"/> 教师	15 人
	<input checked="" type="checkbox"/> 学生	4000 人
	<input type="checkbox"/> 其他	
成果应用效果（应用后所取得的成效、应用前后对比等）		
<p>自 2025 年 3 月起，我校引入河南质量工程职业学院《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新》成果，全面融入大学生心理健康教育课程，推进教学改革。</p> <p>应用前，我校该课程存在教学体系单一、实践环节薄弱、内容针对性不足等问题，教学成效有限，难以有效提升学生心理素养。引入“12345”融合式教学模式后，我校立足高职学生身心发展规律与专业特色，重构“一中心、双融合、三环节、四模块、五达标”立体化教学体系，优化内容结构，增加实践课时，强化课内体验训练与课后实践衔接，提升课程育人实效。</p> <p>经过实践，教师教学理念与教学能力显著提升，学生积极心理品质、心理调适及适应能力明显改善，校园心理危机发生率下降，应用成效突出，为同类院校课程改革提供了可借鉴经验，具备良好推广价值。</p>		
二级单位负责人签字：		
	(学校盖章)	




附件 6

教学成果校外推广应用及效果证明

成果名称：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践		
成果应用单位：汝州职业技术学院		
面向对象及受益人数	<input checked="" type="checkbox"/> 教师	10 人
	<input checked="" type="checkbox"/> 学生	3000 人
	<input type="checkbox"/> 其他	
成果应用效果（应用后所取得的成效、应用前后对比等）		
<p>自 2025 年 3 月起，我校引入河南质量工程职业学院《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新》成果，全面融入大学生心理健康教育课程，推进教学改革。</p> <p>应用前，我校该课程存在教学体系单一、实践环节薄弱、内容针对性不足等问题，教学成效有限，难以有效提升学生心理素养。引入“12345”融合式教学模式后，我校立足高职学生身心发展规律与专业特色，重构“一中心、双融合、三环节、四模块、五达标”立体化教学体系，优化内容结构，增加实践课时，强化课内体验训练与课后实践衔接，提升课程育人实效。</p> <p>经过实践，教师教学理念与教学能力显著提升，学生积极心理品质、心理调适及适应能力明显改善，校园心理危机发生率下降，应用成效突出，为同类院校课程改革提供了可借鉴经验，具备良好推广价值。</p>		
二级单位负责人签字： 李海翔 ()		

附件 6

教学成果校外推广应用及效果证明

成果名称：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践		
成果应用单位：南阳工艺美术职业学院		
面向对象及受益人数	<input checked="" type="checkbox"/> 教师	11 人
	<input checked="" type="checkbox"/> 学生	3000 人
	<input type="checkbox"/> 其他	
成果应用效果（应用后所取得的成效、应用前后对比等）		
<p>自 2025 年 3 月起，我校正式引入并应用河南质量工程职业学院《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新》优秀教学成果，将其全面融入大学生心理健康教育课程教学全过程，推动课程教学改革走深走实。</p> <p>在成果应用之前，我校心理健康教育课程长期存在教学体系较为单一、实践教学环节薄弱、内容设计针对性不强等突出问题，教学效果不够突出，对学生心理素养的提升作用有限。</p> <p>引入“12345”融合式教学模式后，我校紧密立足高职学生身心发展规律与专业培养特色，重构“一中心、双融合、三环节、四模块、五达标”立体化教学体系，优化课程内容结构，大幅提升实践教学课时占比，强化课内情境体验、团体训练与课后行为养成、心理实践的有机衔接，有效增强了课程的吸引力、感染力与实际育人成效。</p> <p>经过一段时期的实践运行，我校心理健康教育教师教学理念持续更新，教学设计与实施能力显著提升，教学质量稳步提高；学生积极心理品质不断增强，情绪调节、人际沟通与适应能力明显改善，校园心理危机发生率显著降低，育人成效突出，为同类院校开展课程改革提供了可借鉴的实践经验。</p>		
二级单位负责人签字：  ()		
(学校盖章) 		
2026 年 		

教学成果校外推广应用及效果证明

成果名称：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新

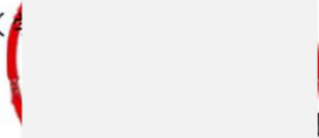
成果应用单位：平顶山文化艺术职业学院

面向对象及受益人数	<input checked="" type="checkbox"/> 教师	6人
	<input checked="" type="checkbox"/> 学生	1600人
	<input type="checkbox"/> 其他	

成果应用效果（应用后所取得的成效、应用前后对比等）

自2025年1月起，我校将《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新》应用于文化艺术类专业学生心理健康教育课程教学。应用前，课程与艺术专业特点结合不紧密，实践形式单一，难以满足学生心理发展与专业成长需求。引入该模式后，结合文化艺术类学生特质，构建“一中心、双融合、三环节、四模块、五达标”立体化教学体系，优化教学内容，提升实践课时占比，强化课内体验与课后行为训练，贴合艺术生心理与专业发展需求。该模式有效更新了我校心理健康教师教学理念，显著提升教学实效；学生心理品质持续改善，心理危机应用成效显著，为艺术类高职心理健康教育提供了实践参考。

二级单位负责人签字： 

 日

目 录

（一）SCI 论文《INTEGRATION OF ECOLOGICAL CULTURE INTO COLLEGE STUDENTS' MENTAL HEALTH TEACHING》	2
（二）论文《经历家庭创伤焦虑抑郁大学生整合式心理咨询 1 例》	7
（三）论文《课程思政在高校心理健康教育课程教学中的实现途径》	13
（四）中文核心《微型植物在办公空间的心理舒缓与美学作用分析》	19
（五）中文核心《肉苁蓉苯乙醇苷抗小鼠抑郁作用及机制研究》	25
（六）论文《基于大数据的大学生心理危机预警与干预机制研究》	32

检索证明

经检索《Science Citation Index Expanded》(SCI-EXPANDED)数据库、《Journal Citation Reports》(JCR)数据库和《中国科学院文献情报中心期刊分区表升级版》，以下 1 篇文献的收录简要信息、期刊的影响因子及分区如下：

标题：INTEGRATION OF ECOLOGICAL CULTURE INTO COLLEGE STUDENTS' MENTAL HEALTH TEACHING

作者：Hao, M (Hao Mei);Li, ZY (Li Zhongyu)

来源出版物：JOURNAL OF ENVIRONMENTAL PROTECTION AND ECOLOGY 卷:22 期:2 页:839-846 出版时间:2021

Web of Science 核心合集中的“被引频次”：0 次

期刊《[JOURNAL OF ENVIRONMENTAL PROTECTION AND ECOLOGY](#)》2021 年影响因子为 **0.507**。

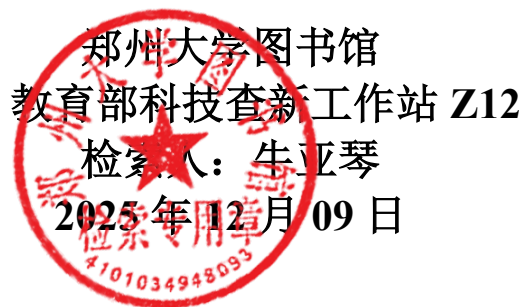
经检索《中国科学院文献情报中心期刊分区表升级版》，2021 年分区如下：

刊名	Journal of Environmental Protection and Ecology		
年份	2021		
ISSN	1311-5065		
Review	否		
Open Access	否		
Web of Science	SCIE		
	学科	分区	Top 期刊
小类	ENVIRONMENTAL SCIENCES 环境科学	4	
大类	环境科学与生态学	4	否

特此证明
(详细内容见附件)



扫描二维码查看报告



注：因 JCR 数据更新滞后，新出版论文的期刊影响因子以最新版 JCR 数据为参考。

第 1 条, 共 1 条

标题: INTEGRATION OF ECOLOGICAL CULTURE INTO COLLEGE STUDENTS' MENTAL HEALTH TEACHING

作者: Hao, M (Hao Mei); Li, ZY (Li Zhongyu)

来源出版物: JOURNAL OF ENVIRONMENTAL PROTECTION AND ECOLOGY 卷: 22 期: 2 页: 839-846 出版年: 2021

Web of Science 核心合集中的 "被引频次": 0

被引频次合计: 0

使用次数 (最近 180 天): 1

使用次数 (2013 年至今): 13

引用的参考文献数: 10

摘要: Cultural ecology is both a world outlook and a methodology. In fact, the whole process of higher education is the process of students' psychological adjustment to the new social environment and cultural atmosphere in order to achieve new harmony. This paper discusses and analyses the problems of College Students' mental health education from the perspective of cultural ecology. In this paper, the SCL-90 scale and UPL model are used to analyse and expound students' cultural psychology and the relationship between cultural ecology and mental health education. This paper constructs the ecological model of mental health education in colleges and universities and forms the ecological system of mental health education. This study shows that the factors that affect students' psychological development come from society, family and school. Taking group as a micro support system to improve students' mental environment and enriching campus culture can create a good ecological environment for students' psychological development. This has a certain guiding significance for the teaching research of ecological culture in college students' mental health.

入藏号: WOS:000664081000039

语言: English

文献类型: Article

作者关键词: cultural ecology; higher education; cultural atmosphere and psychological development

KeyWords Plus: VULNERABILITY ASSESSMENT; IDENTIFICATION

地址: [Hao Mei] Henan Qual Polytech, Pingdingshan City 467000, Henan, Peoples R China; [Li Zhongyu] Henan Univ, Kaifeng City 475000, Henan, Peoples R China

通讯作者地址: [Hao Mei] (corresponding author), Henan Qual Polytech, Pingdingshan City 467000, Henan, Peoples R China

电子邮件地址: Haomei126@126.com

出版商: SCIBULCOM LTD

出版商地址: PO BOX 249, 1113 SOFIA, BULGARIA

Web of Science Index: 《Science Citation Index Expanded》 (SCI-EXPANDED)

Web of Science 类别: Environmental Sciences

研究方向: Environmental Sciences & Ecology

IDS 号: SV8PY

ISSN: 1311-5065

来源出版物页码计数: 8

ESI 高被引论文: N

ESI 热点论文: N

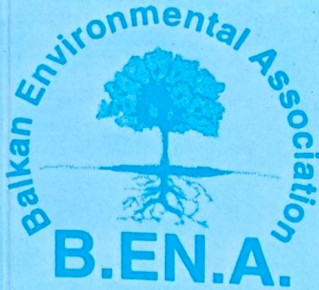
输出日期: 2025 年 12 月 09 日



Vol. 22

No 2

2021



JOURNAL of
**ENVIRONMENTAL PROTECTION
AND ECOLOGY**

Official Journal of the Balkan Environmental Association

Editorial Board

Honorary and Founding Editor
Vosniakos F., Greece

Editor-in Chief
Ivanov S. K., Bulgaria

Deputy Editor-in-Chief
Kalitchin Zh., Bulgaria

Associate Editor
Nikolaou K., Greece

Co-Editors
Albanis T., Greece
Brceski I., Serbia
Comejo J., Spain
Ehlinger T., USA
Haiduc I., Romania
Kotzias D., European Commission
Kunhke K., Germany
Malollari I., Albania
Mesic M., Croatia
Papathanasiou E., Greece
Piccolo A., Italy
Zanbak C., Turkey
Zucchetti M., Italy

Editorial Management
Boneva M., Bulgaria
Golubeanu, M., Romania

International Editorial Board
Aggelopoulos S., Greece
Andreopoulou Z., Greece
Bektashi A., Albania
Constantin C., Romania
Dimitrovski D., North Macedonia
Fenice M., Italy
Georgescu L., Romania
Haugan P., Norway
Ionel I., Romania
Ivanova D., Bulgaria
Kochubovski M., North Macedonia
Kokkinakis A., Greece
Konstantinidis D., Greece
Mentzelou P., Greece
Papaliagas T., Greece
Pavlouidi, A., Greece
Pelovsky Y., Bulgaria
Popa M., Romania
Raykov V., Bulgaria
Sarigiannis D., Greece
Sidorenko A., Moldova
Stepanov V. N., Ukraine
Triantafyllou A., Greece
Tzionas P., Greece
Varsamidis K., Greece
Vaseashta A., USA
Vasilikiotis G., Greece
Vespremeanu E., Romania
Vukcevic M., Montenegro
Yildizci A., Turkey
Zaharia T., Romania

**Scientific
Bulgarian
Communications**

Journal of Environmental Protection and Ecology

CONTENTS

Vol. 22, No 2 (2021)

Water pollution

HUIRONG CHEN, JIANZHONG YANG, JINLIANG WANG. Sustainable Utilisation of Water Resources in Guangxi and Its Decoupling from Economic Development in the Past Decade..... 445

Agricultural pollution

G. JURAK, J. BOSNIR, A. RACZ, D. BRKIC, I. PRSKALO, D. KIS, S. OZIMEC, S. KALAMBURA. Bioindicator Detection of Pesticide Residues in the Environment Using Honey Bees 458

Risk assessment

N. NIKOLOV, E. KARASLAVOVA, B. YANEVA. Oral Preneoplasia and Neoplasia – Clinical Risk Profile..... 467

N. NIKOLOV, E. KARASLAVOVA, B. YANEVA. Oral Preneoplasia and Neoplasia – Risk Components from the Anamnesis..... 479

XIANG JUN-LI. Empirical Study of the Strategic Cooperative Relationship's Impact on Risk Sharing – from the Survey of Enterprises in Coastal Cities of China..... 492

Ecology

BIE ZHIMING. Application of Ecological and Green Concept in Urban and Rural Planning and Design... 503

JIA LIU, GAORUI LIN, XIAOHUI YU. Evaluation of Spatial form of Historic Towns in Mountainous Areas: a Case Study of Qinba Mountainous Area in China..... 512

Marine ecology

TAO SHEN, JIANLU HUANG, XIAO RONG CUI. Experimental Research on the Impact Diffusion Characteristics of Sea Smoke Particles in the Open Sea 523

Biology

A. GEORGIEVA, L. YAKIMOV, K. KALCHEV, E. TSVETANOVA, N. CHIPEV, A. ALEX-ANDROVA. Variations of Glutathione Level and Glutathione Related Enzymes Activities in *Mytilus galloprovincialis* Lam. from the Bulgarian Black Sea Coastal Region..... 532

QIUFANG WU, LINGMIN HE, LIJIANG HOU, XINQIANG GAO, FAN WANG, JINGSHUN WANG. Screening of the Rock-grown *Aspergillus niger* XF-1 Strain and Its Ecological Restoration in Abandoned Mines 542

YONGXIA LI, XIAOLIN YANG, KENTIAN ZHAO, RUI XIANG. Community Succession Trend in Ecological Restoration Process of *Sophora moorcroftiana* Shrub in Semi-Arid Valley of Plateau 554

Solid waste management

PRAVIN R. KSHIRSAGAR, HARIPRASATH MANOHARAN, ALI ALGAHTANI, VINEET TIRTH, SAIFUL ISLAM. Operational Collection Strategy for Monitoring Smart Waste Management System Using Shortest Path Algorithm..... 566

ZHAO FEL. On Institutional Pressures and Abundant Resources' Relevance with Innovative Design of Environment-friendly Mining Products..... 578

Clean technologies

CUIXIA WEI, ZHICHAO WANG, KUNRU MA, PIN WU, RUIJIAO YU, QI HAO, CUIGU WU. Heating Application and Environmental Benefit of Solar-assisted Ground-source Heat Pump with Seasonal Energy Storage..... 588

M. SENTHIL KUMAR, A. S. KRISHNAN, R. VIJAYANANDH. Computational, Experimental and Surface Characterisation of Glass Fibre Reinforced Plastic Composite for Wind Turbine Blade Application..... 602

Environmental protection and sustainable development

ZHENHUA BAO, WENBAO WANG. Research on General Contractor Selection for Environmental Protection Engineering Projects Based on Entropy-VIKOR..... 617

LI HADIA. Characteristics of Regional Water Resources Circulation Based on Sustainable Development and Landscape Design of Sponge City 627

MINGYAN BI, LEI SUN, BO HAN. Evaluation on Tourism Economy-Ecological Environment Compound System under Sustainable Development Goal and Its Interactive Efficiency..... 635

CHUNXIAO ZHU, HONGLEI LU. Analysis of Design of Ecotourism Interpretation Services Impacting over Environmental Experience and Customer Satisfaction 647

JIANGXIN HE, YIXIN WANG. Study on Shaanxi's Leading Role in the Metropolitan Area on Ecological Protection and High-quality Development of the Yellow River "Ji" Bay 656

Environmental management

CHENG MAYAO, ZHANG HUAN, HUANG HONGFA. Seepage Model of Rock and Soil in Low Permeability Environment 665

YIN SONG. Study into Impacts of Visualisation Interface Design on Water Consuming Emotions and Environmental Behaviours..... 673

ISSN 1311-5065

see b.c.

JUAN ZHANG, XIAOMING MIAO, JIE YAN, XIAOHUA XIN. Hydro-graphic Characters of Water-front Town in the Yellow River Basin and Model Innovation of Community-based Elderly Care Service Based on Multiple Sharing Analysis and Sustainable Development.....	681
S. P. STEFANIDIS, C. A. CHATZICHRISTAKI, P. S. STEFANIDIS. An ArcGIS Toolbox for Estimation and Mapping Soil Erosion	689
GUO-PENG QIU, YU-FENG XIN, WANG LIN, MING-CHYUAN LIN. Effect of Environmental Involvement-based Green Agriculture Product Design and Packaging on Customer Behaviour	697
XIAOBO LIAN, GUOPENG QIU, ZHIHONG CHEN, TAO WANG, JIALI YUAN, ZIJING ZHANG. Effect of Green Products Advertising Design Demand on Environment Awareness and Consumers' Purchase Intention – Case on Dehua Ceramic Tea Sets.....	706
XIAOYUAN GENG, ZIHAN ZHAO. Influence of Resource Allocation Scale of Multi-tier Capital Market on Green Technology Innovation Ability under Environmental Regulations	714
XUJUN ZHAI, HUITING WANG, CHENHUAN KOU, GUIFANG MA, HONG LIN. Influence of Environmental Regulation on Cooperative Game in Green Food Industrial Supply Chain	724
S. AJAY, P. SOMASUNDARAM. Experimental Analysis on Combustion, Performance and Emission Characteristics of an Internal Combustion Engine Using Bio-alcohols	735
FEN WANG, HAITAO XU. Decoupling Elasticity of Carbon Emissions and Economic Growth of Transportation Industry in Zhejiang Province and Its Influencing Factors	750
S. VIJAYAKUMAR, S. NITHIYANANDAM, M. VAIRAVEL. Absolute Eco-friendly Sustainable Fuel Production from Waste Cooking Oil Bull Bone Catalyst and Optimisation of Emission Fuel Contents Operating Parameters.....	760
N. PRASANNA, P. SOMASUNDARAM. Utilisation of Vapour Compression Refrigeration System in a Solar Still – an Experimental Study on Summer Days	769
XIAOPING ZHOU, XIAOBO LIAN, ZHIHONG CHEN, HUITING GUO. Analysis of Green Supplier Management Impacting over Green Innovative Design and Environmental Performance in Cultural and Creative Industry.....	781
<i>Computer application</i>	
JIM MATHEW PHILIP, A. N. JAYANTHI. MANET-based Efficient Communication in Environmental Monitoring Using Improved Satin Bowerbird Single Routing in Zone Routing Protocol	790
P. GAJALAKSHMI, T. SREE SHARMILA. Hand Sign Recognition by Visible and Thermal Images Using Modified Quality Local Thresholding Technique	801
<i>Environmental education and training</i>	
WEILI HE, GUOZHONG YI, QING MENG. Coach Leadership Style on Ecological Physical Education-based on Self-determination Theory	813
LEI DING. Environmental Art Education Binding with Natural Experiences – Impacts on Students' Environment Awareness.....	822
SI QINGLUO, CHENG XIAOHUA, DU SHAOHUI, LIU JIANG, DONG XINJUN, YI FENG, XU ZHENGONG. Influencing Factors and Promoting Methods of Teenagers' Outdoor Environmental Sports Participation from the Perspective of Ecosystem Theory.....	829
HAO MEI, LI ZHONGYU. Integration of Ecological Culture into College Students' Mental Health Teaching.....	839
<i>Public health – environmental medicine</i>	
V. ALEKSANDROVA. Effect of Swimming on Health and Physical Activity in Children with Visual Disabilities	847
SHUNQIU LI, WEILI HE, QIANG LIU. Participants Motivation and Health Promotion in Ecology Physical Education.....	858
YU-ZHOU LUO, LIN-HAO YU, YUE-MING XIAO, SHAN-LIN WANG, YUAN-YUAN TONG. Environmental Transformational Leadership and Environmental Organisational Citizenship Behaviour – the Impact of Relatedness	866
HONG YA-NAN. Environment of Children's Music Therapy from the Perspective of Ecology.....	874
<i>Environmental economics</i>	
ZHOU YONGXIN. Regional Economic Transformation and Green Development from the Perspective of Ecological Environment Protection.....	883
WANG XIN, WANG YAN. Study of Key Factors Influencing Low Carbon Urban Environmental Planning Strategy	893
CHENGYANG LI. Evaluation of Ecological Environment of Forest Parks Based on Tourist Satisfaction and Service Improvement Measures: a Case Study of 10 Forest Parks in Beijing.....	901
LI LIN-YUE, WANG CHEN-JIAN. Empirical Research on Coastal Economy Technical Barriers to Trade (TBTs) and Income Inequality	912
WANG WEI, ZHAO GUI-YAN. China's Agricultural Ecological Environment Based on DEA Tobit Model Protection Input and Output Efficiency Analysis	920
Errata.....	930




经历家庭创伤焦虑抑郁大学生整合式心理咨询1例

杨柳清 付进华

漯河职业技术学院大学生心理健康教育中心

摘要： 本案例以1名伴有焦虑抑郁症状、既往有广泛性焦虑障碍共病抑郁症诊断史的大学生为咨询对象，旨在探讨家庭创伤对个体情绪与认知模式的负面影响及有效干预手段。咨询师以认知行为疗法为主要框架，整合应用放松训练与积极心理干预技术以缓解来访者焦虑、抑郁情绪，重构负性自动思维，挖掘潜在优势资源，强化积极情绪体验。咨询过程包含8次线下咨询及2个月线上跟踪。来访者社会功能基本恢复，6个月随访症状未反复。本案例初步验证了该咨询框架对经历复杂性家庭创伤个体的干预可行性。

关键词： 整合式心理咨询；家庭创伤；焦虑症状；抑郁症状；认知行为重构；

DOI: 10.19521/j.cnki.1673-1662.2025.06.015 

专辑：社会科学 II 辑

专题：教育理论与教育管理；高等教育

分类号：G448;G645.5

在线公开时间：2025-12-16 17:34 (知网平台在线公开时间, 不代表文献的发表时间)

· 案例报告 ·

经历家庭创伤焦虑抑郁大学生整合式心理咨询1例

杨柳清 付进华

漯河职业技术学院大学生心理健康教育中心, 河南漯河 462000

【摘要】 本案例以1名伴有焦虑抑郁症状、既往有广泛性焦虑障碍共病抑郁症诊断史的大学生为咨询对象,旨在探讨家庭创伤对个体情绪与认知模式的负面影响及有效干预手段。咨询师以认知行为疗法为主要框架,整合应用放松训练与积极心理干预技术以缓解来访者焦虑、抑郁情绪,重构负性自动思维,挖掘潜在优势资源,强化积极情绪体验。咨询过程包含8次线下咨询及2个月线上跟踪。来访者社会功能基本恢复,6个月随访症状未反复。本案例初步验证了该咨询框架对经历复杂性家庭创伤个体的干预可行性。

【关键词】 整合式心理咨询; 家庭创伤; 焦虑症状; 抑郁症状; 认知行为重构

DOI: 10.19521/j.cnki.1673-1662.2025.06.015

Application of integrated psychological counseling on cognitive behavioral restructuring for college student:a case study following family trauma

Yang Liuqing, Fu Jinhua

Luohe Vocational Technical College, Mental Health Education Center for College Students, Luohe, Henan 462000, China

【Abstract】 To explore the negative impact of familial trauma on emotional and cognitive patterns and to identify effective intervention strategies, this case study investigated a college student presenting significant symptoms of anxiety and depression, with a prior diagnosis of comorbid depression and generalized anxiety disorder. Using a cognitive behavioral therapy framework, the counselor integrated relaxation training and positive psychological interventions to alleviate anxiety and depression, restructure negative automatic thoughts, identify strengths and resources, and enhance positive emotional experiences. The intervention consisted of 8 in-person individual sessions followed by 2 months of online follow-up. The student's social functioning significantly improved, with no recurrence of symptoms during the 6-month follow-up period. This case preliminarily supports the feasibility of the integrated counseling framework for individuals with complex family trauma experiences.

【Key words】 Integrated psychotherapy; Family-induced trauma; Anxiety symptoms; Depressive symptoms; Cognitive restructuring;

DOI:10.19521/j.cnki.1673-1662.2025.06.015

整合式心理治疗强调以系统观为指导,不固守于某一特定理论流派,而是根据来访者的具体问题,灵活选取最适宜的技术与方法,以有效应对其当前困扰^[1]。本案例基于来访者实际情况,在以认知行为疗法(CBT)为主要框架的基础上,分阶段整合运用了放松训练与积极心理干预等策略,共开展8次咨询。干预效果显著,为高职院校同类学生群体的心理干预提供了参考。

1 基本情况

1.1 人口学资料

来访者,男性,19岁,咨询时为高职院校大一新生,来自省会城市,体态中等偏胖。既往精神科诊断为广泛性焦虑障碍共病抑郁症,并患有青光眼伴持

续性高眼压,无重大躯体疾病及家族精神病史。来访者与家人均无宗教信仰。家庭结构:亲生父母均为律师,原生家庭经济基础良好但因生父赌博负债、家庭暴力导致母亲选择离婚;之后母亲与继父再婚组建家庭,继父国企工作,收入稳定且家庭经济状况优渥。本案例的发表已获得来访者同意。

1.2 主要问题

来访者因军训期间适应性障碍由辅导员转介至心理咨询。具体表现为以下心理行为特征:情绪维度呈现对集体活动的厌恶倾向,辅导员多次与之交谈无果,仍对军训存在强烈抵触情绪,拒绝参加军训,并伴有焦虑及恐慌反应;人际维度表现出社交回避特质,来访者与室友基本无交集,对教师或军训教官

的权威指令呈现抗拒姿态；认知层面存有非理性信念，表现为对国家教育现状及自身过往经历的消极评价及极端化思维，应激反应方面呈现高敏感性特质，常因上课签到、须及时提交课程作业等日常压力事件致使焦虑发作，并伴随间歇性失眠。据来访者陈述，半年前在国外医疗机构确诊广泛性焦虑障碍共病抑郁症，确诊后一直遵医嘱服药，近期因被要求参加军训事件导致焦虑抑郁症状加重。

1.3 成长经历

来访者成长于复杂重组家庭，其母为律师并经历2段婚姻。首段婚姻育有与来访者同母异父的兄长（年来访者7岁，现已成家），兄长5岁时母亲与首任丈夫因感情不和离婚，次段婚姻与同为律师的配偶育有来访者。据来访者陈述，其生父长期赌博并欠债数十万（均由母亲偿还），且伴有家庭暴力史，致使母亲在来访者12岁时选择再次离异，后与第一任丈夫复婚，之后来访者生父便处于失联状态。重组家庭中，来访者与继父关系紧张，继父对来访者持续表现出敌对行为：包括刻意干扰日常活动，如强行更换来访者正在看的电视频道、言语刻薄、贬低其兴趣爱好等，而兄嫂则对来访者态度较为友好，但由于已成家，因此能给予来访者的关心和支持非常有限，只有逢年过节时会给来访者带些礼物。来访者的母亲长期处于两难困境，因担心来访者与继父矛盾激化，便安排来访者高中毕业后独自赴海外留学。留学期间，来访者得到了国外师生的友好对待，但因文化、生活适应困难及焦虑抑郁症状发作，留学仅不到1年便中断学业回国。后通过单招考试入读一所高职院校学习计算机专业。日常以研究汽车构造及收藏模型为主要兴趣爱好。无校园霸凌经历。

1.4 他人陈述

据辅导员反映，来访者在日常生活中存在个人卫生管理欠佳、人际沟通不畅及集体融入度较低等情况；心理咨询师初次见面对其印象为仪容整洁度（发型凌乱、衣冠不整）与家庭经济状况不符，但在咨询过程中礼貌且拘谨，语言表达逻辑清晰有条理。该行为模式呈现出外显自我管理能力与内在认知功能发展水平的不一致性的特征。

2 心理测量结果及症状评估

来访者在开学初参加入学新生心理测评，心理评估工具采用大学生心理健康筛查量表，该量表信效度良好。来访者测试结果总分为211分。测评报告显示来访者是一级心理问题，存在自杀意向或已出现

幻觉、妄想等精神病性症状，提示个体可能存在严重的心理危机，建议心理咨询中心密切关注，应尽快约谈并对其进行个体心理咨询。

经初步约谈，来访者主客观一致、内在精神活动协调一致、人格无明显变化，主观上焦虑抑郁情绪均由现实因素引发，可排除精神病性问题；内心冲突与现实处境相符，属常形冲突，可排除神经症性问题；来访者主导症状是焦虑和抑郁情绪，不良情绪已泛化，但情绪反应尚在可控范围内，有接受帮助和改变现状的意愿。虽然来访者报告既往有广泛性焦虑障碍共病抑郁症的医学诊断，但基于测试结果和约谈评估，初步判断为严重心理问题，伴焦虑抑郁症状，属心理咨询范畴。来访者在初谈时虽然表示无自杀意图及自残或自杀行为，但在进行心理咨询时仍须保持高度警惕，如咨询无效或症状加重，须及时转介。

3 原因分析

3.1 外部环境因素

来访者的心理问题源于多重外部压力：①原生家庭因父母婚姻质量不佳（生父赌博、家暴）而导致破裂，有相关研究指出，父母婚姻质量对孩子的人际关系、情绪和问题行为等存在消极影响^[2]。生父的不管不顾加之继父的持续敌对和贬低打压，导致来访者长期缺乏安全感和归属感。②来访者留学回国后对比国内外的教育环境产生较大的落差感，引发其心理失衡，加之文化再适应困难，导致来访者对高职院校的军训及宿舍生活环境尤为抗拒，进一步固化其“我无法融入集体生活”的消极思维。③社会支持系统薄弱（兄长联系较少、无亲密好友）、现实学业压力（高职学历与未来想要出国发展的落差）共同构成其适应性障碍和情绪问题的现实诱因。

3.2 内在心理因素

来访者成长于高冲突离异重组家庭，长期暴露于情感忽视环境，导致安全感和归属感缺失，离异重组家庭子女的特征在来访者身上表现得较为明显，性格特征呈现内向高敏特质，伴随社交回避倾向及过度独立防御模式；认知行为层面形成负性认知图式，表现为对生活事件持有非理性的信念（灾难化解读与僵化归因风格）；情绪反应呈抑郁与焦虑情绪泛化，其自我评价系统存在严重偏差，陷入“焦虑-失败-自我否定-抑郁”的恶性循环。

4 咨询方案

4.1 咨询目标

短期目标：缓解抑郁焦虑情绪、改善社会功能、

适应学校生活。长期目标：矫正负性认知偏差、培养积极心态、提升自我效能。

4.2 咨询方法与技术

4.2.1 认知行为疗法

认知行为疗法以Ellis的合理情绪疗法和Beck的认知理论为基础，认为人们所产生的生理反应、情感反应和行为反应不是由事件本身决定，而是被他们对事件的知觉所影响的^[3]。认知行为治疗需要在行动中识别不合理认知，在行动中改变核心信念。本案例通过与非理性信念进行辩论、检查证据、认知解离来修正来访者面对师生冲突、国内外教育差异、家庭问题时产生的负性自动思维，并同步布置家庭作业激活行为，促进来访者在行为中体会和重构合理认知。

4.2.2 放松训练

放松训练基于身心交互理论，通过渐进式肌肉放松、腹式呼吸等系统训练，调节自主神经功能紊乱。本案例中来访者在谈及家庭创伤经历情绪激动不能言语时可通过该技术以降低交感神经兴奋度，改善焦虑相关的生理唤醒，平复心情，增强自我调节能力。

4.2.3 积极心理干预

积极心理学基于科学原则与方法，旨在系统探讨人类的积极心理品质，并致力于促进个体的健康、幸福与和谐发展^[4]。Seligman等^[5]基于积极心理学理论开发出了“三件好事”（TGT）积极打卡练习心理干预新模式，该干预策略要求个体连续数日记载每天所经历的3件积极事件，并深入回味那些充满幸福的瞬间，以此激发快乐、满足及幸福感等正面情绪。目前已有研究表明，21 d的TGT练习可以有效地提升高职生的生活满意度、生活幸福感，降低消极情绪^[6]。本案例通过引导来访者进行TGT及运动打卡练习激发来访者积极情绪，并结合“优势、劣势、机会、威胁”（SWOT）分析技术挖掘优势资源，赋能问题解决。

5 咨询过程

整个咨询分为4个阶段。1~3阶段为线下面对面咨询，每周1次，每次1 h。阶段1（第1~2次咨询）：建立咨访关系、收集基本信息、制定咨询目标及计划；阶段2（第3~6次咨询）：纠正非理性信念、辨析绝对化思维、处理家庭创伤；阶段3（第7~8次咨询）：挖掘优势资源，提升自我效能；阶段4：线上跟踪打卡练习，持续时间2个月。

5.1 第一阶段：关系建立（第1~2次）

目标：建立咨访关系，了解来访者基本信息，缓解焦虑情绪，明确咨询目标。方法：会谈法、放松训练。

过程：①心理咨询师向来访者介绍保密原则及保密例外原则。②来访者签订心理咨询知情同意书。③心理咨询师通过尊重、热情、真诚、共情、理解、无条件积极关注等技术与来访者建立良好的咨访关系。④在初始访谈阶段，咨询师首先运用引导式提问与积极倾听技术系统收集来访者的基本资料。⑤在来访者谈论到父亲赌博负债、父母争吵、父亲殴打母亲、母亲决定要离开这个家时感到非常焦虑、情绪激动、无法继续交流时，心理咨询师向来访者递上纸巾以擦拭泪水，并引导来访者采用呼吸放松法，即通过稳定的、缓慢的深吸气和深呼气方法，以达到平复情绪的目的。⑥与来访者共同确定具有可操作性的阶段性咨询目标及实施方案。

作业布置：建议来访者进行外在自我形象管理，注意仪容仪表；当焦虑情绪出现时，尝试运用呼吸训练进行自主情绪调节；同步实施认知行为记录练习，对每天的生活事件、情绪体验及导致产生这种情绪体验的认知评价进行系统记录，形成连续7 d的观察日志。本方案旨在通过行为激活、情绪调节及认知监控3个维度提升自我觉察与情绪管理能力。

5.2 第二阶段：认知重构（第3~6次）

目标：纠正非理性信念、辨析绝对化思维、处理家庭创伤。方法：ABC合理情绪疗法、检查证据、认知解离技术。

过程：①发现来访者的努力和变化，如衣着更加干净利落，面部表情放松，主动向老师微笑问好，咨询师对来访者的变化给予正向反馈以强化其自我价值感。②检查上一阶段布置的作业，从中发现来访者的非理性信念，针对来访者将“辅导员多次找到自己要求参加军训”解读为“强行施压、刻意刁难”的自动化思维，系统运用ABC合理情绪疗法帮助来访者识别并挑战其非理性信念：与来访者一起明确诱发事件（A）为导师谈话，产生的情绪反应（C）为焦虑、烦躁，询问来访者为什么会产生这种情绪和反应，找出导致来访者的非理性信念（B）为辅导员有意针对为难，继而辩驳来访者的这种非理性信念，如通过苏格拉底式提问“你认为辅导员‘刻意针对你’的具体表现是什么？他是否也要求其他同学参加军训？”“假设辅导员确实是在为难你，你觉得他可能的动机是什么？是否带有个人恩怨？”“如果暂时放下这种‘刻意针对’的信念，尝试以‘中立观察者’视角看待他的行为，你觉得他要求你参加军训的目的是什么？”最终，来访者重建理性认知为“辅导员多次

找到自己谈话是担心自己错失结交同伴、突破自我的机会、辅导员希望自己在大学里能够顺利融入集体，有一个好的开始”，最后来访者表示愿意尝试参加军训，如有身体不适立即向辅导员汇报，有效缓解了来访者与辅导员的紧张关系。③针对来访者认为“国内外教育差异”的思维，咨询师通过具体对比国内外教育制度差异（如课堂模式、实训资源），解构其非黑即白的二分化思维；随后布置行为实验任务，要求来访者每日记录在学校的积极体验（如学习了新设备的使用、得到了老师的表扬），挑战其“选择性忽视国内优势”的注意偏差，进一步挖掘国内高职教育与其兴趣目标（如计算机、汽车制造）的匹配点，将留学经历转化为能够辩证看待国内外差异的优势资源。注意价值引领，避免观点对抗（承认国内教育相较于国外确实有需要改进的地方，但不能否定国内教育的全部），最终帮助其从“批判性对立”转向“辩证整合”，建立“差异存在≠优劣对立”的合理认知模式。④针对家庭创伤议题，咨询师首先和来访者一同绘制生命线，协助来访者将原生家庭创伤定位至特定发展阶段（12岁父母离异），明确该阶段未完成的心理任务（安全依恋建立）；继而运用认知解离技术，如语言重构，把“我无法摆脱家庭创伤”重构成“我意识到，我的大脑正在告诉我‘我无法摆脱家庭创伤’”通过将思维描述为大脑产生的信息而非客观事实，帮助个体与负面信念保持心理距离，增强来访者识别自动化思维的能力，并通过隐喻对话（如“你是否愿意将童年的雨伞留给过去的自己，而此刻为自己撑起新的保护伞？”）促进情感记忆与当下认知进行分离。以减少创伤相关思维的情绪唤醒度。在此基础上，结合成年初期发展任务，通过心理教育强调18~25岁个体的核心发展目标——建立自我同一性与决策自主权，系统解构来访者“家庭决定命运”的僵化认知。⑤在处理来访者与继父的冲突问题时，咨询师进行例外询问如“继父有对你比较友好的时候吗？”来引导来访者回想继父给自己拿过快递、做了自己喜欢吃的菜等一度被忽略的积极片段、间接资源挖掘如“你有想过你出国留学的费用可能有一半是来自继父的经济支持吗？”“你哥哥对你态度友好是否也有继父的功劳呢？”通过家庭互动链条，间接揭示继父可能存在的包容或默许态度，以挑战对继父完全敌对的自动化思维。

作业布置：要求来访者连续记录在学校的积极体验（如某教师耐心解答问题、实训设备符合预期）对比其原有认知（如“国内教育水平低下”）与记录

事实的匹配度；记录负性思维闯入的频率。

5.3 第三阶段：资源激活（第7~8次）

目标：挖掘优势资源、提高问题解决能力。方法：SWOT分析技术、行为激活技术。

过程：①咨询师进一步引导其通过SWOT分析技术，从优势（外语水平较高、计算机专业技能强）、劣势（情绪调节能力较弱、有社交回避倾向）、机会（学科竞赛平台）及威胁（高焦虑易感性、家庭关系紧张）4个维度帮助来访者全面审视自身资源与挑战，打破“问题中心化”思维，制定现实问题解决路线图，逐步将咨询焦点从模糊的心理困扰如家庭创伤反刍转向具体的行动如技能提升、学业规划等。此项干预历时2次会谈，最终使来访者的家庭创伤相关闯入性思维频率从每周5次降至2次（通过思维记录表监测）。②结合优势取向干预，挖掘来访者计算机的优势技能，鼓励其通过参与计算机竞赛促进社会联结、自我效能感及成就感的培养，形成认知行为良性循环系统。③在线下咨询即将结束时通过开放式提问（如“你观察到自己在咨询中有哪些值得肯定的突破”）引导来访者建立自我觉察，增强其心理干预的主体性。④结合行为激活技术，与来访者共同制定每日运动打卡计划，通过规律性身体活动促进身心平衡，形成积极行为强化回路。整个流程注重培育来访者的自我效能感与内生动力系统。

作业布置：每日记录并提交TGT练习，结合积极心理干预技术提升积极情绪感知能力；同时要求其根据个体耐受程度，每日进行20~30 min中等强度有氧运动以促进身心整合。本方案设计遵循积极行为激活与身心交互作用原理，要求来访者通过标准化记录表格持续记录执行情况。

5.4 第四阶段：效果巩固（线上跟踪）

目标：跟踪随访

过程：①来访者每日记录并分享3件积极事件，如“Java老师说每次作业都很棒；帮助同学录了英语口语作业；哥哥送了我一直想要的国际象棋”，咨询师以“点赞”的形式给予积极反馈以强化其资源取向。②系统引导来访者对认知、情绪及躯体反应的觉知训练，建立认知-情感-行为整合模式。

6 咨询效果评估

6.1 来访者自我评估

接受咨询前，我每天都非常焦虑，不喜欢周围的一切，也抗拒参加各种集体活动。但是通过这段时间的咨询，我慢慢明白，我已经长大了，不再是过去

那个弱小无助的受害者了，过去的痛苦就让它留在过去，以后该为自己而活了。而且实际上，生活似乎也没我想象中的那么糟糕，我还有爱我的妈妈，关心我的哥哥，继父也在默默给予我一定程度的支持，学校的老师也很认可我，也有志同道合的可以一起打省赛的队友，现在觉得自己也挺幸福的。我应该为自己的未来负责，去过自己想要的生活。现在我已经停药3个月了，我发现即使不用药物，自己也能平静地面对压力。最近我制订了学习计划，准备考取专业证书，这种感觉就像重新握住了人生的方向盘，我知道自己想要什么，也相信自己能做到。

6.2 心理咨询师评估

经过近1年系统的心理咨询及跟踪回访，来访者的抑郁自评量表得分为51分（无显著抑郁症状），焦虑自评量表得分为47分（无显著焦虑症状）。来访者情绪稳定性提升，社会功能方面实现突破性进展：从初期存在社交回避倾向，逐步发展为主动参与省级学科竞赛（获团体二等奖）等集体活动，并在团队协作中建立良好的人际支持系统。危机干预维度，自杀意念完全消退。在来访者毕业前夕得知其以优秀的成绩获得海外高校录取资格。来访者的核心转变体现在问题解决能力的提升——从非理性认知（抱怨家庭、校园环境）转化为积极应对策略，定期与咨询师进行阶段性成长复盘。

7 总结与反思

7.1 结构化行为记录在追踪随访中的多重效能

本案例将自我追踪技术整合于认知行为干预框架，有效缓解抑郁、焦虑等情绪障碍。打卡训练（运动打卡、“三件好事”打卡）在本咨询案例中具有多重干预效能：①通过日常化情绪-认知-行为轨迹追踪，促进来访者对自身心理状态变化的觉察与赋义；②借助积极事件定向记录，可激活正向情绪体验，降低焦虑抑郁症状水平；③持续的行为记录能够确保咨询持续性和稳定性，有助于巩固咨询效果。

7.2 价值中立原则在心理咨询中的辩证实践

本案例通过2次咨询逐步修正来访者的认知偏差，其自我接纳水平与社会功能改善，从而能够更客观、全面地看待自身、他人和世界（包括国内外教育差异等问题）。因此，心理咨询实践中需辩证应用价值中立原则，注重协助来访者发展平衡、辩证的思维模式。咨询师可在尊重来访者主体性的前提下，通过以下方式实现价值引导：①运用开放式提问与讨论技术，协助来访者澄清自身价值观的内在矛盾；②识

别非适应性认知（如“必须完美”的绝对化思维），结合认知重构技术调整价值偏差；③培养批判性思维能力，促进来访者自主完善价值体系。

7.3 整合式技术的阶段化应用与适配逻辑

在整合式心理咨询实践中，需遵循阶段性适配原则与来访者中心导向，根据来访者的心理状态动态调整技术策略。本案例在以认知行为疗法为核心框架的基础上，阶段化整合应用了放松训练、积极心理干预策略（激活资源）等协同技术，发现在来访者情绪激越时，应优先采用放松训练或共情性倾听稳定情绪，避免过早挑战其认知引发阻抗；待咨访关系稳固后，逐步通过认知重构技术（如苏格拉底式提问）温和修正非理性信念（如“家庭决定命运”），并趁认知松动之机，辅以SWOT分析，通过系统评估优势、劣势、机会与威胁，推动其从“创伤叙事”转向“资源取向”，但需注意该技术对来访者自我反思能力的要求较高，避免机械套用，最后引入“三件好事”和运动锻炼打卡练习以强化积极情绪体验。实践中，咨询技术的选择需以个案特点为逻辑主线，动态评估来访者认知准备度与情绪状态，例如本案例优先处理学校适应问题以降低防御性，再逐步介入家庭创伤议题，最终实现从情绪平复、认知重构到行为赋能的递进式干预。

利益冲突 所有作者均声明不存在利益冲突

作者贡献声明 杨柳清：文章撰写、论文修改、经费支持；付进华：行政、技术或材料支持、指导、支持性贡献

参考文献

- [1] 孙路遥, 和瑾, 刘晓敏. 1例家庭矛盾大学生整合式心理咨询案例报告 [J]. 心理月刊, 2025, 20 (2): 193-196. DOI: 10.19738/j.cnki.psy.2025.02.057.
- [2] 刘卓凡. 初中生人际敏感性的代际传递: 父母婚姻质量与父母教养方式的链式中介作用 [D]. 石河子: 石河子大学, 2023.
- [3] Beck JS, Beck AT. Cognitive behavior therapy: basics and beyond (2nd ed.). [J]. J Autism Develop Dis, 2011, 17 (1): 81-93. DOI: 10.1007/BF01487261.
- [4] 华翎森. 积极心理学视角下民办高校本科生心理健康教育模式创新研究 [J]. 公关世界, 2025 (20): 14-16.
- [5] Seligman MEP, Steen TA, Park N, et al. Positive psychology progress: empirical validation of interventions [J]. Am Psychol, 2005, 60 (5): 410-421. DOI: 10.1037/0003-066X.60.5.410.
- [6] 程临静, 余思慧, 杨寅. 积极心理学视角下高职生心理健康教育的实践创新: “三件好事”打卡活动 [J]. 现代职业教育, 2023 (35): 161-164.


(收稿日期: 2025-04-10)

(本文编辑: 陈永丽)

课程思政在高校心理健康教育课程教学中的实现途径

杨艳华

河南质量工程职业学院

 在线阅读

 下载

66



摘要： 高校学生心理素质是高校人才培养的重要组成部分，是建立健康人格和健康思想政治素质的基础。心理素质不足、心理问题潜伏期长、容易受到不良情绪影响等都会导致高校学生心理压力较大，严重影响其身心健康发展和正常社会生活。而大学生思想政治教育是高校心理健康教育课的重要组成部分之一，又是实施“立德树人”工程具有重要作用的教学课程。只有合理利用好思政元素，发挥好思政育人功能，才能使思想政治教育的“立德树人”渗透到学生成长的全过程和各方面。因此，着重探讨课程思政在高校心理健康教育课程教学中的实现途径。

关键词： 课程思政; 心理健康教育; 课程教学; 途径

在线出版日期： 2023-05-12 (万方平台首次上网日期，不代表文献的发表时间)

页数： 3 (162-164)

当代教育实践 与教学研究

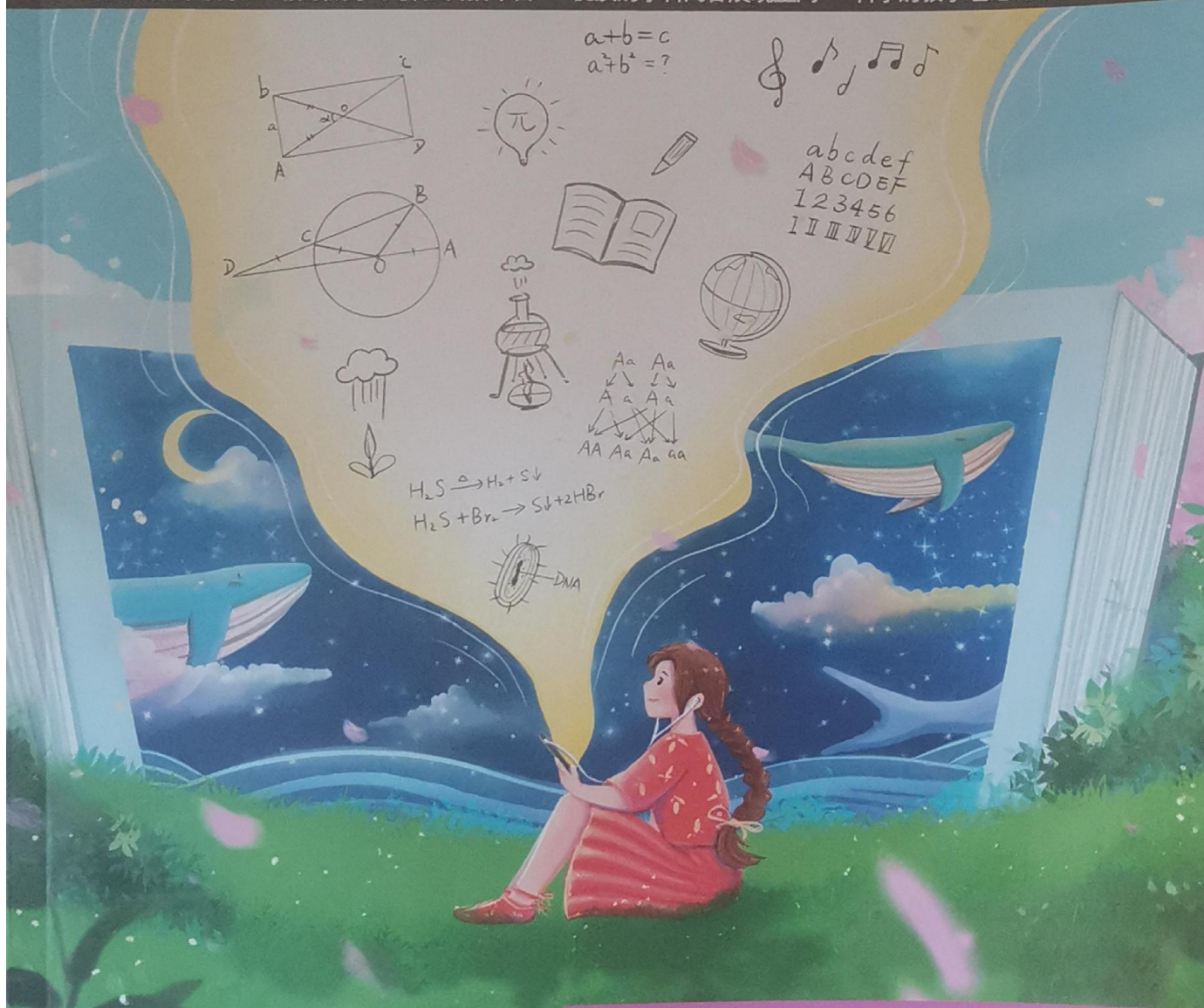
ISSN 2095-6711
CN 13-9000/G



2023. 04上

Contemporary Education Research and Teaching Practice

万方数据库收录 · 前沿的学术价值传播平台 · 优质的学科内容展现空间 · 科学的教学理论评估体系



“互联网+”背景下高职计算机类
精品在线课程建设与课程改革

主管：河北出版传媒集团

主办：方圆电子音像出版社

Contents 汲取教益 传承师道

BL-4201 生物机能实验系统在家兔呼吸运动调节实验教学中的应用

.....孙丽 李敏 丁彩云 丁凤枝 刘鑫 王海华 110

“以学生为中心”的教学理念在《环境化学》教学中的探索.....吴志能 吕宏虹 113

思政教学探索

高校形势与政策课程教学模式构建

——基于核心特征模型.....高英丽 116

医学院校推动中华优秀传统文化创造性转化、创新性发展研究.....苗培鑫 120

专业认证背景下“环境工程原理”课程思政教学改革实践.....侯雪艳 牛凤兴 李雪礼 123

“矿物加工工艺学”课程中思政元素的挖掘与实践.....赵云良 钱玉鹏 张凌燕 邱杨率 126

薄膜物理与技术课程的“课程思政”教学改革探索与实施

.....王乐莹 曾涛 徐序 李鹏章 赵文燕 赵林 田传进 常启兵 129

“新农科”背景下课程思政融入分子生物学课程教学全过程的探索与实践

.....郭玲 付书林 陈洪波 易丹 邱银生 132

“课程思政”视角下高职院校“审计实务”课程建设研究与实践

.....宋娇 陈慧 周丽 135

高校思想政治工作创新的探索.....黄煊 138

重大突发事件中思想政治理论课网络舆情引导策略研究.....田淑慧 141

医学院校大学语文教学中的德育渗透.....林小瑜 144

高中思想政治活动型学科课程性质探析.....袁勇 147

课程思政与信息化教学的结合

——以研究生“工程概率分析”课程为例.....贾明明 150

课程思政视角下的高等数学教学研究.....雷茜 153

“课程思政”理念下的《寄生虫学检验技术》教学改革与实践

——以中国抗疟史为例.....吴菲菲 156

中华优秀传统文化融入课程思政教学的探索与实践

——以《中医基础理论》为例.....熊鑫 麻晓慧 高占华 赵印涛 159

✓ 课程思政在高校心理健康教育课程教学中的实现途径.....杨艳华 162

工程综合训练课程思政交叉融入的探索与实践.....阳复建 贾登峰 朱治法 165

环境设计专业景观设计课程思政教学改革与实践研究.....霍菲菲 高一帆 168

《环境生物学》课程思政教学模式探索与实践.....罗玲玲 贺婧 杨帆 171

指尖互动时代下“学习强国”平台对大学生党员思政教育作用的研究.....王若璇 174

课程思政在高校心理健康教育课程教学中的实现途径

河南质量工程职业学院 杨艳华

摘要: 高校学生心理素质是高校人才培养的重要组成部分,是建立健康人格和健康思想政治素质的基础。心理素质不足、心理问题潜伏期长、容易受到不良情绪影响等都会导致高校学生心理压力较大,严重影响其身心健康发展和正常社会生活。而大学生思想政治教育是高校心理健康教育课的重要组成部分之一,又是实施“立德树人”工程具有重要作用的课程。只有合理利用好思政元素,发挥好思政育人功能,才能使思想政治教育的“立德树人”渗透到学生成长的全过程和各方面。因此,着重探讨课程思政在高校心理健康教育课程教学中的实现途径。

关键词: 课程思政 心理健康教育 课程教学 途径

文章编号: 2095-6711-09-2023-07-0053

引言

心理健康教育课程中思政元素的融入与挖掘需要教师根据学生对心理辅导的需求情况,科学设计心理健康教育教学目标。基于以上分析,高校心理健康教育课程教学目标应包括两个维度:一是通过传授知识使大学生学会正视和面对自己的身心状况、解决困难、健康成长,促进大学生自主健康发展、自立自强。二是通过实践活动、案例分析、职业体验等培养大学生积极乐观、自立自强的人格,提高他们解决困难和问题的能力、解决人际关系中的问题及处理各种冲突及问题处理能力。

一、课程思政与心理健康教育课程的关系

从培养目标上来说,大学生心理健康教育课程旨在指导大学生认识自我、对自我进行正确评估,从而在人际交往、看待事物等方面具有较强的社会适应性,从而提高大学生的心理健康水平。而实施思政教育,则是为了引导学生形成积极健康的思想和态度,遵守社会伦理,树立正确的政治取向。在教育效果方面,对大学生进行心理健康教育,可以使他们在生活中始终保持积极乐观的心态,使他们能够保持身心的健康。而在思政教学中,通过对大学生进行正确的思想道德教育,能使他们树立起自己的人生理想,增强自己的信念和战胜困难,二者之间存在着相互促进的作用。就思想政治教育的内容而言,思想政治教育与健康教育的内容差别很大,前者存在于思想意识中,可以通过多种形式的教育活动进行传播,其内涵包括道德规范、政治思想等方面的内容。而心理健康教育课程则包含了包括心理、哲学、政治等在内的生命教育和爱国教育,并强调了社会研究的理论成果。两者的教学内容都是独立的,但是很多的内容是互相联系的,可以互相补充。

在教学方式上,思政教育的组织方式多种多样,比如通过日常的宣传、学院的育人活动来传达正确的思想价值,整体上是“潜移默化”的方式进行的。心理健康教育倾向于显性教育,通过课程教学、心理咨询等方式对大学生进行心理辅导,加强心理教育和心理引导,从而达到相辅相成的效果。

二、从课程体系视角分析思政教学在大学生心理健康教育课中的作用

心理健康教育课程是大学的公共必修课,是专业人才培养质量的基础,是专业课程思政实施的重要载体体系。心理健康教育既包括心理基础理论教育和心理方法与技能训练等专门内容,也包括相关领域知识和技能介绍等知识传授。在大学生思想政治教育中,课程思政的主要目标是帮助学生提高认识、分析问题、解决问题的能力 and 形成正确的人生观、价值观,并提高心理素质。在高校心理健康教学教学中开展思政课程具有重要性、必要性和持续性,通过科学合理设置心理辅导课程内容,将思政元素渗透到教学内容与方法的设计上去,增强课程自身育人功能和效果,开展心理健康教育课与专业课程的有机融合与协同育人,充分发挥各自优势推动思政在高校教育落到实处。

三、课程思政在高校心理健康教育课程教学中的实现途径

1. 构建知识体系框架,实现课程思政育人目标

大学思想政治理论课要突出中国特色社会主义和中国梦这一主线,并将其融入其中,与心理健康教育课程相融合、相促进,将立德树人成效体现在课堂教学中,将理论知识渗透到思想政治教育和专业教育中去。心理健康教育课教学体系以学生为中心,将学生的学习态度和学习方法作为整个大学生思想政治教育的中心环节,在核心课程中引入思政元素,可以实现大学生心理素质能力提升。因此,在高校心理健康教育课程中引入思政元素是实现大学生心理素质能力提升的重要手段,只有从整体上把握并实现各个环节之间的有机融合和协同育人,才能使大学生实现从认知发展、情绪发展到意志发展等不同阶段的完整心理素质培养。

具体来看,高校思想政治理论课应构建形成完整知识体系框架,其中包括学生认知发展阶段、情绪发展阶段以及意志发展阶段,帮助学生树立正确看待现实、自我评价意识和正确的人生观;在理论学习中应采用案例分析、小组讨论、实践操作等多种形式加强专业课学习成果的应用与拓展;在专业学习过程中还应将思政元素渗透到思政教育活动中。

2. 强化心理健康教学, 发挥学校主阵地作用

随着高等教育的发展, 心理健康教育的重要性越来越凸显。学校作为大学生心理健康教育工作的主阵地, 要切实发挥“立德树人”的主阵地作用, 以学生为中心, 切实提高思想政治工作质量和水平。在思政教育理论与实践研究过程中, 教师必须积极参与、融入学生的学习生活之中, 注重学科专业之间、不同高校之间的交流和互动、合作和协同; 充分发挥思政教育理论与实践研究方面的优势, 以学生为中心, 从多角度、多层面深入探讨思政教学的特点和规律, 把思政育人融入学生成长成才与教育质量提升过程, 并将学生成长成才与学校教育服务深度融合。通过开展大学生思想政治教育课的思政学习研讨, 帮助学生在研讨过程中形成一种思政意识并将之贯穿于整个思政理论研究和实践活动之中, 让学生切实感受到思政育人的意义和价值所在, 最终在课堂上形成一定的思政素养和学风。

3. 丰富教学内容, 实现思想政治教育融合

通过合理设置心理健康课的核心课程和其他专业课程内容, 再通过与思想时政的有机融合, 引导学生提高认识、分析问题、解决问题的能力。一是可以拓展知识范围, 将课堂上讲到的关于理论方面和实践方面的知识纳入教学内容。二是在教学方式上, 将课堂讲授及相关视频内容作为主要手段, 将思政元素融入到课堂教学内容中去。三是将思政元素融入到教学方法和教学手段中去, 使其在教师授课过程中有效地融入课程内容里。四是通过将思政元素融入到教学内容中去, 丰富教学内容, 通过情景化教学、任务型教学等方式使其有效地融入学生的学习生活。

4. 拓展思政教育渠道, 提高专业知识的渗透力与思政内涵

大学生心理健康教育是高校思想政治课程的重要组成部分, 也是专业课程思政实施的重要载体, 开展思想政治工作有其内在规律和现实意义。在高校高等教育中, 学生成长规律与心理发展要求是一致的, 学生的心理发展需求被称为“成长规律”。我国现阶段大学生心理健康教育相比从前有了很大提升并呈现出一系列新特征, 如基于大数据分析的心理服务网络、远程面对面的线上交流方式、信息时代“互联网+”应用等。由于时代的发展, 高校思想政治工作要求“理论教学与实践相结合, 课内与课外相衔接, 课堂教学与课外活动相联系”, 高校需积极拓展心理健康课程教学渠道, 提高专业知识渗透力, 与此同时在实际开展心理健康教育工作中教师也要注意合理选择课程材料内容, 通过多样化的思政教育渠道提升思政教育效果。

5. 利用专业理论和课程目标有机结合

高校心理健康教育课程是大学生必须接受的思想教育课程之一, 也是高校思想政治教育的重要内容之一。随着信息社会的不断发展和新时代青年成长成才需求的不断提高, 高校学生的思想政治教育呈现出了多元化特点。教学中要注重思想政治教育的渗透性和多样性, 对学生进行思想教育也要围绕着自身的专业理论体系和思想政治教育目标相结合, 并体现出创新性与时代性。在教学中将心理健康教育课程目标融入思政课程教学过程中, 教学方法既要遵循专业理

论体系和思想政治教育目标的内在联系, 又要将教学内容有机融入到思想政治教育目标之内; 同时将思政教学活动融入到课堂教学活动中开展学习活动和教学活动, 提高学习效率, 促进思政教学质量的提升。

6. 通过主题演讲、竞赛等活动深化学生对思政课程的理解

以解决实际问题为目的的课堂教学能够有效地推动学生认识社会、理解现实、服务社会, 从而让学生对教学内容更好地理解。但是这一课堂教学模式对学生的思政教育有较高需求, 而思政课程又不能完全满足此类需求。为提高思政课程学习效果, 让思政课程在高校课程体系中更好地发挥作用, 需要充分发挥思政课程在课堂教学中的主导作用和功能。例如, 将“大学生健康素养教育”这一内容引入思政课程后, 可以在“中国梦与健康”主题演讲比赛中设计“我为健康中国贡献力量”等一系列主题, 供学生选择题目进行创作, 开展主题讨论以及演讲比赛等形式让学生参与进来, 获得学习经验积累, 提升了线上思政素养和道德品质内涵。此外, 思政课程还可以利用其他比赛和活动载体拓展思政教育资源, 以提高学生对思政课程资源的掌握程度和思政教学效果。

7. 建立辅助性系统, 借助新媒体推进思想政治教育与心理健康教育相结合

构建科学、客观、标准的辅助体系, 是思政教育与大学生心理健康教育相结合的一条重要途径, 高校要统筹规划建设与思政教育相结合的心理健康教育, 为思政教育注入强大的力量, 促进二者的良性互动, 防止二者之间的脱节而影响教育的成效。学校相关部门要通过开展相关活动, 宣传思想政治和心理知识, 在心理健康教育中积极开展思政教学, 形成良好教学环境。首先, 可以聘请心理专业人员进行思政教学, 建立健全思政教师的心理知识体系, 定期组织心理健康讲座, 开设相关的课程, 使学生在思政教学中始终保持良好的心理健康。其次, 通过公众号、微博等新媒体平台, 组织大学生思想政治教育、大学生心理健康教育等方面的知识竞赛。通过网络媒介的普及, 使大学生能够随时了解和掌握思想政治、心理健康教育知识, 促进思想政治和心理健康的正常发展; 同时, 学校也要定期组织各系、班、宿舍等部门对大学生的心理健康状况进行调查, 以减少其心理问题的发生。除此之外, 还可以借助新媒体, 将思政思想融入高校心理健康教育课程教学。思政课程的价值取向应围绕立德树人这个根本任务开展, 既要从根本上提高学生的思想觉悟, 也要从根本上加强学生的纪律意识、责任意识和爱国意识。思政课程教师应充分利用网络和新媒体技术, 结合习近平新时代中国特色社会主义思想、习近平新时代中国特色社会主义思想以及党的十九大精神等内容, 讲授思政课程内容, 并利用新媒体手段宣传先进事迹、传递正能量。例如利用微信公众号开展线上主题讲座, 或是传播相关思政知识, 增强学生对思政课程的知晓度和信任度。

8. 思政课程始终坚持以时代为导向

高校心理健康教育工作者的整体素质是影响其心理健康教育成效的重要因素。因此作为一名心理健康教育工作者,

必须树立与时代同步的思想和发展观念,及时更新自己的教育思想和方法,以达到“传道授业解惑”的目的,并要对学生的观念进行潜移默化的熏陶,引导他们一起成长。在把心理健康教育与思想政治教育相结合的过程中,教师既要不断地学习、更新自己的思想,又要不断地提升自己的政治素质,从而使自己的思想更加具有说服力和感染力。同时,还要注意时事,把自己的价值与国家的发展紧密联系起来,以指导学生的成长,从而使他们能够自觉地肩负起社会主义事业的继承者和建设者的责任。最后,由于每位同学的个性的不同,其在课堂上的心理开放性也会有所不同。因此,教师要充分认识当代大学生的心理发展特点和规律,针对学生的不同特点,采用适当的方法,克服他们的抵触心理,使他们在接受理论知识的过程中获得正面的内心体验。教师还要不断地积累教学经验,提高临场应变的能力,并能在课堂上针对学生的情感反应进行适当的调整,以防止话题触及到某些学生的心理敏感部位,从而对其造成心理上的损害。

9. 重视学生个性差异,关注学生群体的需求状态,实现精准育人

在思政课教学过程中,教师要充分考虑大学生个体差异,尊重其个性特点,重视其学习方法、学习动机等综合因素。而心理健康教育课也是动态的过程,在不同阶段会有不同的任务和要求,教师要善于利用课堂资源因材施教,以适应不同学生的心理特征和学习需要,让每个学生都能收获到自己想要的结果。教师需要善于挖掘学生个性发展中的闪光点,并为其提供最适合学习方式与生活方式的辅导引导,为他们创设良好发展环境。此外在思政课程学习过程中,要善于挖掘学生潜能,培养其创新意识、创新能力与创新思维。与此同时,当今社会中大学生面临着就业、升学、恋爱、婚姻等问题,在这个过程中,由于学生受到不良环境的影响从而出现心理问题的概率也在不断增加。为此,我们要加强对大学生心理问题现状的关注及分析,对他们遇到的各类心理困扰进行针对性解决,实现精准育人。学生要明确自身的需求以及对自身发展道路的认识,并且根据自身情况采取正确的行动,并在不断提高自身素质、提高生活质量的同时,积极融入社会生活。因此在大学的思政和心理教育课程教学过程中,教师要注重理论联系实际工作。在进行思政课教学中,我们要引导学生在实际学习中强化理论知识学习与理解,运用理论知识进行理论与实际工作相结合,并将思政课理论知识与现实社会工作相结合。例如,在讲授“当今中国的发展成就如何”时,教师可以结合当前社会现状从宏观层面分析当下中国取得的巨大成就,让学生深刻认识到中国的发展成就离不开全体人民不懈努力,让学生对中国改革开放40年来取得的成就有更深层面的理解与认识;再如,在讲授“西方国家面临着怎样的危机与挑战”时,教师可以从西方国家当前面临的问题入手,探讨如何去应对美国提出西方霸权挑战。思政课教学离不开社会发展理论知识与解决实际问题相结合的方法,从而达到推动思政课改革与发展的目的,让学生能够更加深刻地认识到解决问题所需要解决的具体方法和措施。

10. 提升教师思政意识和专业水平

教师是学生知识、了解思想政治教育知识的引导者,也是学生提高思想政治素养的关键环节。但目前我国教师数量众多,专业水平参差不齐,思想政治教育工作存在薄弱环节。为提高高校心理健康教育以及思政知识的影响力,提升学生兴趣和积极性,需要加强教师思政意识培养,加强专业知识学习,提高思政能力。首先,要加强自身思政意识培养。高校心理健康教育课程具有较强的专业性与理论性,课程设置内容与思政课堂存在紧密联系,要强化思政教育意识,提升思政教学能力。其次要加强学生学习兴趣与思政意识培养。同时要引导学生自主学习、自主探究,将思政教学与专业课程相结合,通过课堂教学引导和启发学生积极思考和探索思政知识问题。最后,教师要加强专业知识吸收运用能力,提高专业素养。心理健康教育课程教师要积极向学生宣传思政教育知识,让学生了解思政知识及思想政治教育内涵。

四、总结

新时期是科技创新、技术创新和政治理念革新的大时代,同时也是中国高校心理健康教育课程发生重大变革的时期。在新时代背景下,做好高校政治思想理论教学工作已经成为中国高等学校的一个重大使命,而心理健康教育课程就是贯彻这一理念的主要平台。高校心理健康教育课程具有育人功能、促进学生心理素质提高、提升师生心理认知等特点。近年来心理健康教育课程教学中不断地引入思政元素和课程思政的理念,在很大程度上激发了学生的学习兴趣 and 积极性,也有利于学生身心全面健康发展。

参考文献:

- [1]张平,田宝伟,王建坤.课程思政在高校心理健康教育课程教学中的实现途径[J].北京教育(德育),2021
- [2]米兰.课程思政在高校心理健康教育课程教学中的实现途径[J].湖北开放职业学院学报,2022
- [3]高德毅,宗爱东.课程思政:有效发挥课堂育人主渠道作用的必然选择[J].思想理论教育导刊,2017
- [4]王学俭,石岩.新时代课程思政的内涵、特点、难点及应对策略[J].新疆师范大学学报(哲学社会科学版),2020

(本文系河南质量工程职业学院2021年度校级心理健康教育课程思政教学工程项目)

作者简介:杨艳华(1984—),女,汉族,河南平顶山人,本科,硕士学位,讲师,研究方向:心理健康教育

研究报告
Research Report

微型植物在办公空间的心理舒缓与美学作用分析

王光武*

河南质量工程职业学院, 平顶山, 467000

* 通信作者, guangwuwang@126.com

摘要 在快节奏的城市生活中, 人们对居住环境的要求越来越高, 绿色植物也悄悄“升级”了它们的角色。它们不再只是角落里用来净化空气的小摆设, 而是渐渐成为室内设计里不可忽视的存在。植物不仅让空间更有生气, 还能调节人的心情, 营造出不同的氛围。本研究从植物自身的特点出发, 结合生态作用、空间搭配和文化象征等方面, 梳理了它们在室内设计中的应用方式。研究指出, 绿色植物把环保理念和审美设计连接在一起; 通过具体案例和实验数据, 也分析了不同植物类型和摆放方式对室内风格的影响。最后, 本研究对未来植物在技术融合、艺术表达以及多样场景中的应用趋势进行了简要展望, 提出了一些有针对性的想法和预测。

关键词 一微型植物; 办公空间; 心理舒缓; 美学体验; 绿色干预

An Analysis of the Psychological Relief and Aesthetic Functions of Micro Plants in Office Spaces

Wang Guangwu*

Henan Quality Institute, Pingdingshan, 467000

* Corresponding author, guangwuwang@126.com

DOI: 10.13271/j.mpb.023.000000

Abstract In the fast-paced urban life, people have higher and higher requirements for living environment, and green plants have quietly "upgraded" their roles. They are no longer just small decorations in the corner to purify the air, but have gradually become an indispensable presence in interior design. Plants not only make the space more lively, but also adjust people's mood and create a different atmosphere. Starting from the characteristics of plants themselves, this study sorted out their application methods in interior design in combination with ecological effects, spatial matching and cultural symbols. The study pointed out that green plants connect environmental protection concepts and aesthetic design; through specific cases and experimental data, it also analyzed the impact of different plant types and placement methods on interior style. Finally, this study briefly looks forward to the future application trends of plants in technology integration, artistic expression and diverse scenarios, and puts forward some targeted ideas and predictions.

Keywords Micro plants; Office space; Psychological relief; Aesthetic experience; Green intervention

在现代社会节奏不断加快的背景下, 办公室已经成为人们生活中待得最久的地方之一。这里不仅仅是工作的场所, 更直接关系到人们的身体健康和心理状态。随着电脑、智能设备的普及, 越来越多的人每天长时间盯着屏幕、坐着不动, 加上办公环境千篇一律、人与人交流变少, 导致不少上班族出现了焦

虑、抑郁、情绪不稳定等心理问题(姚新涛等, 2014)。世界卫生组织的数据显示, 办公室人群中情绪障碍的比例还在逐年升高, 特别是在高压、快节奏的职场环境中, 这种情况更为严重(Awada et al., 2023)。因此, 如何营造一个能让人放松、情绪更稳定的办公空间, 就成了设计中的新课题。特别是那些不用吃药、

基金项目: 本研究由河南省高等教育教学改革研究与实践项目(2024SJGLX0730)资助

引用格式: 王光武, 2025, 微型植物在办公空间的心理舒缓与美学作用分析, 分子植物育种, 23(24): 0000-0000.

不花大钱，又环保的方式，更加受到关注。

在各种方案中，小型植物的应用越来越多。相比起大型绿植或复杂的绿墙系统，这些小巧的植物更适合放在办公桌、窗台或者隔断上，不仅节省空间，而且养护也不难。更妙的是，研究发现它们还能吸收空气中的二氧化碳、释放氧气，调节湿度，改善了一些室内环境的问题(Parhizkar et al., 2023)。视觉上看，它们的造型、颜色、叶子的纹理也各有特色，能给单调的办公场景带来一抹活力和美感。更深层次地讲，植物鲜活的气息和自然感，会在不经意间影响人的情绪，让人感觉更安稳、更愉快。

过去设计师交流办公空间设计，往往只关注灯光、通风、布局这些物理层面的东西，但忽略了空间跟人心理、跟自然之间是有互动的(Herbig et al., 2016)。这几年环境心理学和生态设计领域慢慢发现，植物在缓解压力、提升幸福感方面的作用较大，只是这些研究多聚焦在花园疗法、大型绿化或者康复类空间。至于办公场景中如何借助这些“小绿植”去进行心理干预，目前的研究还不多。另外，像植物的色彩、形状、搭配方式这些美学因素，如何影响人的感官感受、情绪判断甚至文化联想，还没有形成完整的理论体系(Jiao et al., 2025)。所以，深入挖掘小型植物在心理层面和审美层面的综合效用，有助于丰富绿色办公的理论框架，同时也能为设计师提供更实用的思路。

本研究希望从心理学、生物学和美学的多个角度，系统分析小型植物在办公室中的作用机制；结合真实的办公场景，整理出一些实用的设计建议和干预方法；希望通过这样的工作，能让微小但有效的绿色干预，真正走进职场空间，帮助打造更贴近人心、更生态、更富有情感温度的办公环境。

1 微型植物的心理舒缓效应及其生物学基础

1.1 植物介入情绪调节的理论基础(ART/SRT 模型)

植物缓解情绪，不得不提两个环境心理学中的经典理论—注意力恢复理论(ART)和压力恢复理论(SRT)。这两个理论可以说是绿植走进办公桌的“理论后台”。

简单来说，注意力恢复理论的意思是：人一整天紧绷着工作，精神容易疲劳，而自然环境，比如看见绿植这种“无害又不费劲”的刺激，能让大脑短暂放空，不需要刻意思考，就能慢慢恢复精力(孙志远, 2024)。而压力恢复理论则更强调身体的反应，它告诉我们：看到植物、水景这些自然元素，身体在几秒

钟内就会悄悄放松，比如心跳放缓，肌肉松弛，情绪也更稳定。

微型植物刚好符合这两个理论的核心：小巧、安静、看着舒服，不打扰人，也不会让人产生额外负担。研究也验证了这一点：在荷兰做的一项实验里，办公室里摆了微型植物的员工比没摆的那组，明显在“觉得环境好”、“感觉身体更舒服”这些指标上表现更好(de Vries et al., 2023)。

1.2 微型植物对压力生理指标的影响：心率、皮质醇、脑电反应

人们常说“看到绿植好像放松了”，但这不仅是主观感受，其实身体也有实际的变化可以检测。第一个能看出来的是心率。日本兵库县的一项实验发现，让人注视桌上的微型植物3分钟后，心率明显下降，心率变异性(HRV)变高一—这是身体从紧张状态过渡到放松状态的表现(Toyoda et al., 2020)。

第二个是皮质醇，这是身体压力反应时分泌的一种激素。有实验发现，哪怕只是闻一下带香味的植物，比如迷迭香或者“清凉草”(Vicks plant)，短短五分钟后，参与者的唾液中皮质醇就降低了10%，心率也下降了，说明身体真的在“降压”(Cui et al., 2025)。

第三个是大脑的脑电波变化。研究显示，人在有植物陪伴下工作时，大脑里的 α 波增强、 β 波减少—这意味着大脑处于一种更放松、更冷静的状态。也就是说，哪怕只是一盆小植物，也能悄悄地影响你的大脑状态(Hassan et al., 2020)。

1.3 次生代谢物(如萜类, 香叶醇)对神经系统的调节作用机制

很多微型植物不止是好看，它们还会释放香气，这些香味背后是一些叫“次生代谢物”的小分子，比如萜类、香叶醇、芳樟醇等。这些物质不但闻起来好，还对大脑有影响。

比如香叶醇和芳樟醇，它们能通过嗅觉系统刺激大脑情绪中枢(比如杏仁核)，帮助身体调节压力反应系统(HPA轴)。甚至它们还能穿过血脑屏障，直接影响大脑里的GABA系统(主要负责“刹车”)，让人更容易安静、焦虑感降低，睡得也更好。

研究还发现，这些香味分子在通风良好、植物摆放适当的空间里，浓度是完全安全的。并且，这些分子浓度越高，人的心率和紧张感越低。Cui等(2025)的研究就指出，空气中这些分子浓度和心率呈负相关，参与者的愤怒和疲劳感都降低了30%以上。

1.4 植物在促进心理韧性与注意力恢复中的潜能

微型植物不只是在短时间内让人放松，它们还在潜移默化地帮助人们“续航”。长期面对压力，很多人会出现注意力涣散、情绪不稳、甚至“精疲力尽”的状态。而绿植就像个隐形的缓冲区，让人在高强度工作间歇中有一个喘口气的出口。有研究指出，把绿植引入开放式办公区后，员工自评注意力、情绪平衡感都有提升，尤其在完成复杂任务后更容易恢复。

而在团队层面，植物还意外地改善了人际关系。有实验发现，在办公室放了微型植物的共享桌区域，员工之间非正式交流变多，摩擦变少，冲突事件减少了近 25%。说明绿植还能在无声中“调节气氛”，让工作场景更友好(de Vries et al., 2023)。

2 微型植物的生物特性与办公环境适应机制

2.1 微型植物的生理结构与生态适应优势

微型植物，简单说就是长得小、长得慢、不怎么挑环境的植物。它们的身体结构通常比较紧凑，根系不会扩得太大，整体新陈代谢也比较“节能”。这种设计让它们即使在空间有限、养分不多的地方，也能活得不错。尤其是像 *Clusia* 这种 CAM 植物(采用景天酸代谢机制的)，本身就适应干旱的气候。它们的叶子厚，外皮有角质层保护，加上特殊的光合作用方式，即使在年降雨不到 1 200 mm 的地方也能顺利生长。

虽然这些植物的光合作用不算强，但它们的呼吸作用也比较慢，不容易出现能量亏空。在办公室这种光线一般、空气不怎么流通的地方，反而更能发挥它们的优势。再加上它们长得小巧，也不会显得拥挤，视觉上还挺舒服的，所以常被用来做室内绿植。

2.2 常见办公环境因子(光照, 温湿度, 空气质量)下的植物适应机制

办公室里的光照往往不够，有时候还不均匀；空调让温湿度经常变化；空气里还有可能含有像甲醛、苯之类的有害物。面对这些问题，微型植物却能适应得不错，依靠的就是它们自带的“调节技能”。像常春藤和绿萝这类植物，在只有 100~300 lx 的弱光条件下，依旧能保持 70%左右的光合作用效率，说明它们对光线的适应能力很强(Suryo et al., 2024)。

温湿度方面，空调让环境偏干燥，但一些植物会自动调节，比如关闭叶子的气孔减少水分流失，或者在体内合成一些像可溶性糖、脯氨酸之类的物质，帮助细胞保持水分稳定。所以即使空气干，它们的叶子

也不会立刻发软发黄，看起来依旧精神。

2.3 CAM 类植物与常绿微型植物在办公空间中的表现

在一堆微型植物中，带有 CAM 机制的那一类表现尤其出色。像虎尾兰、芦荟、仙人掌，它们白天关着气孔，晚上才打开，这样可以避免白天热的时候水分蒸发太快。研究发现，虎尾兰在连续 48 h 不浇水的情况下，只流失了大约 10%的水分；而像绿萝这种普通植物，水分损失超过 25%，明显不能适应干燥环境。这些 CAM 植物还有一个优点——结实又稳定。它们的叶子通常厚实，有储水组织，即使摆在桌面或柜子上也不容易东倒西歪，很适合放在办公桌、会议室等地方。

除了 CAM 植物，常绿类微型植物像豆瓣绿、常春藤、小天使吊兰等也很受欢迎。它们的颜色稳定、叶子柔和，不会给空间增加压迫感。再加上对光的要求不高，不容易因为光照变化而黄叶枯萎，平时照顾起来也轻松，很适合工作忙的人养。

2.4 植物净化空气的机制：气孔调节与 VOCs 代谢通路

不少人喜欢在办公室放些绿植，是因为它们能“净化空气”。研究也证实，某些微型植物对吸收和分解空气中的有害物质确实有效，尤其是那些叫做挥发性有机化合物(VOCs)的污染物。简单来说，这些植物先通过叶子的气孔吸进空气，把 VOCs 溶到细胞液里，然后靠植物体内的酶把这些有害分子改造成比较无害的形式，比如通过酯化、羟基化、糖苷化等方式“变废为宝”。另外，它们的根部和土壤中的一些细菌、放线菌也能帮忙分解这类污染物。甚至有些微生物还能把这些 VOCs 当作粮食，从中获取能量，这种“植物+微生物”组合让净化效果更好。

有实验布置了吊兰和常春藤，结果显示，在 4 h 内室内甲醛浓度下降了 32%，二甲苯下降了 27%。虽然单个植物净化量不大，但如果在多个角落都放一些绿植，整体空气质量确实能提升不少(Chuang et al., 2023)。

3 微型植物的美学特征与多感官体验价值

3.1 色彩、形态、质地视觉放松中的作用

人类的视觉是获取外部信息的主要途径，而微型植物的自然色彩和柔和形态恰好能为办公空间带

来放松感。研究表明,绿色植物能够提高大脑 琢波活动,增加前额叶皮层的放松程度,并帮助提高注意力集中(Elsadek and Liu, 2021)。一项研究发现,财务从业者观赏蓝紫色绣球花 3 min 后,琢波活性显著上升,心率变异性提高,情绪得到改善,这证明了特定色彩的植物具有放松作用。

微型植物的色彩通常为浅绿、深绿、绿白交替,或带有红紫色。叶片形态变化丰富,如心形、椭圆、针形等,这些非对称的自然形态符合人眼的审美偏好,能够快速带来愉悦感。

植物的叶片其实也会影响人们对整个空间的感受。研究发现,叶子表面有点绒毛感或像打了蜡一样的植物,放在颜色比较鲜艳的背景前,会更容易让人觉得“舒服”。这种质地和颜色的搭配能提升整体的感官体验(Inaba, 2017),对办公环境里的绿植选择,也提供了一些实用的建议。

3.2 嗅觉与触觉感官通道的协同影响(如芳香植物与柔叶植物)

嗅觉和触觉也会影响人们对微型植物的整体感受,进而起到放松心情作用。像薰衣草、薄荷和柠檬香蜂草这类芳香植物,会自然释放一些气味分子,这些物质通过嗅觉传到大脑,有助于调节情绪,让人更安静、更放松。有研究指出,薰衣草和茉莉的香气能明显降低焦虑水平,还能增强大脑 琢波,有助于进入放松状态。

相比人工香薰,植物的气味更自然,味道不会一下子很浓,也会随着光照和浇水情况而有所变化,比较温和,不容易让人觉得腻或者头晕。还有些微型植物,比如马蹄莲、豆瓣绿和碰碰香,叶子摸起来软软的,带点水分,富有弹性。人在烦躁或思绪太乱的时候,摸一摸这种叶子,能让注意力转移一下,有点像“重启感官”的效果。有研究提到,接触这种柔软叶片能激活跟情绪有关的区域,让人感到微微放松(Chylinski et al., 2015)。

3.3 微型植物在办公空间中的文化象征与情绪表达

植物不仅仅是装饰品,它们背后还藏着很多文化含义,这些象征有时候能打动人心、引发共鸣(陈艳, 2025)。比如,竹子常常代表“坚韧”和“正直”,放在办公室里,也许能提醒人们坚持原则;多肉植物则让人联想到“积蓄力量”,适合放在需要思考和沉淀的空间里。还有些植物的生长姿态本身就能影响情绪,比如向日葵象征着积极向上,让人感到有力量;

而绿萝长得缓慢、姿态柔和,会营造出一种安静慢节奏的氛围,有助于稳定心情,让人更能专注。

通过选择具有积极文化象征的植物,并结合使用者的心理特征和工作内容,可以创造一个更有归属感的工作环境,提升情感温度。

3.4 植物作为“空间语言”的审美延伸

在空间设计中,植物不仅仅是“装饰品”,更是一种可解读的“空间语言”。微型植物通过色彩的变化、形态的组合和生长的动态,构成了空间中的“绿意语言”,在无声中参与空间的构建与审美的升华(郭春梅, 2015)。

在设计里,植物不只是摆设,它其实在“说话”。微型植物通过颜色、形状和生长方式,悄悄影响空间的感觉。在开放办公区里,比如一排一样的植物,就能引导视线,让空间有节奏感;而不同植物混搭摆放,又能让空间显得更有层次,不那么单调。像红宝石橡皮树这样颜色鲜明的植物,特别容易吸引目光,成了天然的视觉重点。

植物还可帮助划定“心理边界”。在桌面或窗台上摆放微型植物,既能美化空间,又能为使用者提供私密感,减少社交压力,创造更安全的心理环境。

4 应用案例分析:微型植物的真实干预实践

4.1 案例一:中国北京窑“绿之屋”办公空间绿植改造项目

“绿之屋”是中国建筑设计研究院绿色建筑设计研究院(GADRI)在 2022 年完成的一个绿色办公空间改造工程,位于北京市西城区。这个项目的主打理念是“低碳环保贯穿建筑的整个生命周期”。简单说,就是不推倒重建的前提下,通过保留原有结构,把整个办公空间改造成更节能、环保、让人待着舒服的场所。

这次改造中,设计团队特别引入了很多微型绿植,比如常春藤、肾蕨、豆瓣绿和迷你虎尾兰等。这些植物被巧妙地安插在办公桌上、窗边、墙角、甚至天花板上,和家具融为一体。布置方式是点状分布为主,局部也有重点摆放,既保证了视觉上的绿意,也没有打乱办公室的走动路线。

值得一提的是,办公室里还专门设了一个“共享植物角”和一条“呼吸绿径”,让大家在紧张工作之余,有个可以发发呆、换换气的地方。据项目方统计,改造完成后第一年,节能效果提升了约 35.43%,碳排

放每年减少了 16.4t。研究表明, 这个空间“比以前舒服多了, 不像传统办公室那样压抑”。小植物不仅好看, 还能调节空气湿度、吸附一些有害物质, 更重要的是让人心理上感到放松和安全。

4.2 案例二: 荷兰九家企业的多点实地研究

2023 年, 荷兰瓦赫宁根大学(Wageningen University & Research)做了一项有趣的研究, 他们选了九家来自金融、物流、文化和政府等不同行业的公司, 实地考察微型绿植对员工心理状态的影响。

具体做法是: 在一些办公室里, 每 10 m² 摆上 2~3 盆绿萝、吊兰、豆瓣绿等小植物, 位置多是办公桌、窗台、会议室等。而对照组办公室则保持原样, 没有植物。研究团队设计了问卷, 了解员工对工作环境的满意度、压力感、空间归属感以及眼干、注意力涣散等健康问题。同时, 他们还收集了室内的温湿度和空气质量等数据。

结果很明显: 有植物的办公室里, 员工对环境的满意度提升了 17%, 眼睛干涩等不适感下降了近 30%。幸福感和专注力也提升不少, 特别是在冬天, 植物在缓解干燥方面的作用尤其明显。这个研究不仅说明了绿植的普适性, 还给未来办公环境的设计提供了科学依据, 比如建议引入“心理恢复绿植指标”。

4.3 案例三: 日本京都窑办公桌微型植物压力干预实验

日本兵库县立大学的园艺治疗团队曾在 2019 至 2020 年间, 专门研究过微型植物对职场压力的干预作用。他们在京都一家大型电力公司做了为期四周的实验, 由 Toyoda 等学者主导, 并发表在《Hort-Technology》期刊上, 后来被 ScienceDaily 报道过。

实验找来了 63 位上班族, 在他们日常工作中加入一个简单的动作: 当感觉疲惫或焦虑时, 盯着办公桌上的一盆小植物看 3 min。植物的选择包括迷你仙人掌、小型薰衣草和袖珍虎尾兰等。实验前后分别测量了参与者的心率、焦虑评分(用 STAI 问卷), 并记录他们的主观感受。

实验发现, 短短 3 min 的注视后, 参与者的心率平均下降了 4.2 次/min, 超过 70% 的人焦虑评分显著下降。更有趣的是, 这个过程不需要任何语言引导, 植物本身就能起到让人“自动”放松的效果。研究团队提出了一个新概念: “微绿冥想”(micro green meditation), 意思是借助一株小植物, 帮助人迅速调整心理状态, 回归平静。

5 结论与未来展望

5.1 微型植物在心理缓解与空间美学中的多维价值总结

现在很多人工作节奏很快, 压力也大, 办公室不再只是一个“干活的地方”, 更希望它能让人心情舒服、精神放松。微型植物正是在这种需求下越来越受欢迎的。它们小巧灵活, 不占地儿, 生命力强, 还能适应各种环境, 比起纯装饰, 它们的“功能性”已经越来越明显。

从一些研究和实际应用来看, 微型植物对心理状态确实有积极影响, 比如能让人放松、降低心率、调节压力激素水平, 有助于恢复好心情。而在空间设计上, 它们也不只是“摆好看”的, 而是真正能起到点缀视觉、分层空间、增加氛围的作用。无论是放在办公桌上还是角落里, 都能成为一个小小的视觉焦点, 让空间更有生命力。

5.2 微尺度绿植系统的办公适应性与推广路径

相比于大面积绿墙或者那种集中式绿化布置, 小型植物的优势就体现在“灵活”两个字。它们不挑空间, 也不需要太多维护。办公室空间本来就寸土寸金, 这类植物可以被灵活摆放在桌面、窗台、角落、前台这些零碎的位置, 不需要动原有的布局, 轻松融入。更关键的是, 它们确实有实用效果。比如能调节湿度、吸收部分空气中的有害物质, 还能让人心情变好。一个小小的绿植焦点, 有时候比几幅装饰画还更提神醒脑。

推广方面的门槛较低。这种植物便宜, 好养活, 不需要专业人士打理, 特别适合预算有限但又想改善环境的中小企业。有些植物还能适应弱光、耐干旱、自动净化空气, 与办公室的灯光和空调系统搭配也很自然。以后还可以根据不同办公区域的功能, 比如高强度工作的集中区或安静的休息区, 定制相应的植物配置策略, 让绿化更有针对性。

5.3 未来研究方向

虽然微型植物在办公环境中已经应用不少, 但未来仍有很多值得研究的方向。首先是“个性化匹配”——不是所有人都适合一种植物。有的人容易紧张, 就可以选择带有镇静香味的薰衣草类; 而需要集中注意力的岗位, 则适合视觉上更稳定、叶片宽大的绿色植物。通过结合心理测评和植物特性数据, 未来或许能开发出“人-植物-任务”的三维匹配系统,

做到精准推荐。

再者，现在 AI 和物联网技术那么发达，完全可以把它们用到植物养护里。比如安装一个监测系统，可以记录植物的生长情况、环境湿度甚至员工的情绪数据，比如心率、表情等，从而实现一个“会呼吸”的绿色系统。这不仅让植物养得更好，还能把员工的情绪管理变得更智能化、数据化。

最后，不同文化对植物的理解也不一样。比如中国人可能更喜欢寓意长寿、坚韧的松竹梅，而欧美国家更偏好色彩鲜艳、造型变化多的草本植物。所以，在国际化办公空间中，植物配置也需要考虑文化差异，避免文化误读，才能让绿色干预真正起效。

作者贡献

王光武是本研究的执行人，完成文献调研与数据分析，论文初稿的写作与修改。作者本人阅读并同意最终的文本。

致谢

本研究由河南省高等教育教学改革研究与实践项目(2024SJGLX0730)资助。

参考文献

- Awada M., Becerik-Gerber B., Liu R., Seyedrezaei M., Lu Z., Xenakis M., Lucas G., Roll S., and Narayanan S., 2023, Ten questions concerning the impact of environmental stress on office workers, *Build. Environ.*, 229: 109964.
- Chuang K., Lee C., Wang S., Liu I., Chuang H., and Ho K., 2023, The association between indoor carbon dioxide reduction by plants and health effects, *Indoor Air*, (1): 1558047.
- Chylinski M., Northey G., and Ngo L., 2015, Cross-modal interactions between color and texture of food, *Psychol. Market.*, 32(9): 950-966.
- Cui J., Li Z., Zhang W., Wang L., Liu H., and Liu H., 2025, Integrating aromatic plants into indoor biophilic environments: species selection based on psychophysiological effects and bioactive volatile compounds, *Build. Environ.*, 267: 112169.
- De Vries S., Hermans T., and Langers F., 2023, Effects of indoor plants on office workers: a field study in multiple Dutch organizations, *Front. Psychol.*, 14: 1196106.
- Elsadek M., and Liu B., 2021, Effects of viewing flowering plants on employees' wellbeing in an office-like environment, *Indoor Built Environ.*, 30(9): 1429-1440.
- Hassan A., Qi-Bing C., Ying-Gao L., Tao J., Li G., Jiang M., Ni-an L., Bing-Yang L., and Shiliang L., 2020, Do plants affect brainwaves? Effect of indoor plants in work environment on mental stress, *Eur. J. Hortic. Sci.*, 85(4): 279-283.
- Herbig B., Schneider A., and Nowak D., 2016, Does office space occupation matter? The role of the number of persons per enclosed office space, psychosocial work characteristics, and environmental satisfaction in the physical and mental health of employees, *Indoor Air*, 26(5): 755-767.
- Inaba T., 2017, Effect of color in the evaluation of comfort derived from touch, *Int. J. Affect. Eng.*, 17(2): 321-328.
- Jiao D., Zhao M., Tang J., and Dazhuang L., 2025, Impact of office light environment on mental health interventions for employees: an investigative analysis, *Work*, 81(1): 2207-2214.
- Parhizkar H., Taddei P., Węziak-Białowska D., McNeely E., Spengler J., and Laurent J., 2023, Objective indoor air quality parameters and their association to respiratory health and well-being among office workers, *Build. Environ.*, 246: 110984.
- Suryo M., Ichinose M., Kuroda Y., and Alkhalaf H., 2024, An investigation of indoor environment quality on occupants' thermal responses, health, and productivity: a study based on physiological data in occupied office space, *Buildings*, 14 (11): 3562.
- Toyoda M., Yokota Y., Barnes M., and Kaneko M., 2020, Potential of a small indoor plant on the desk for reducing office workers' stress, *HortTechnology*, 30(1): 55-63.
- Zhang Y., Ou D., Chen Q., Kang S., and Qu G., 2022, The effects of indoor plants and traffic noise on English reading comprehension of Chinese university students in home offices, *Front. Psychol.*, 13: 1003268.
- 陈艳, 2025, 《诗经》中植物文化遗产的保护与发展, *炎黄地理*, (1): 101-103.
- 郭春梅, 2015, 微型植物在室内景观设计中的应用研究, *科技视界*, (26): 210.
- 孙志远, 2024, 注意力恢复理论下的城市公园改造设计研究—以沈阳市文艺路城市公园为例, (7): 52-54.
- 姚新涛, 张博, 付孟泽, 2014, 办公建筑模式的演变——基于办公空间心理需求的研究, (29): 276.

天然产物研究与开发

Natural Product Research and Development

天然产物研究与开发(月刊)

(Tianran Chanwu Yanjiu yu Kaifa)

第37卷 第2期 2025年2月

目次

研究论文

- 茯苓多糖对糖尿病小鼠糖脂代谢和氧化应激紊乱的影响.....张淑静, 宁真真(195)
- 肉苁蓉苯乙醇苷抗小鼠抑郁作用及机制研究.....郝梅, 李红艳(204)
- 基于PI3K/AKT1信号通路探讨清肺消积颗粒对Lewis肺癌小鼠肿瘤细胞凋亡的影响.....张格松, 程建通, 张厥, 张蕊, 沈晓倩, 赵艺涵, 蒋士卿(215)
- 基于药理学和代谢组学研究当归补血汤不同提取物对溶血性贫血大鼠的作用.....樊秦, 王雅琼, 赵彩霞, 张志瑞, 张宏美, 宋冰, 阎教科, 成欢阳(223)
- 基于HPLC指纹图谱和EB技术优化天麻干燥条件及8个多酚含量的分析研究.....聂晚兵, 李春晓, 刘小玲, 何敏, 范宝磊(233)
- 核桃壳多糖提取、纯化及其衍生物抗氧化活性.....王文斌, 周石洋, 蒋文明(242)

研究简报

- 川牛膝化学成分及其舒张子宫平滑肌活性研究.....文敏, 赵芮, 孙美记, 彭成, 刘娟, 熊亮(252)
- 王冬子的化学成分及抗肿瘤活性研究.....魏美琪, 陈莲, 张卫青, 孙茂, 王佳骥, 詹建平, 王传令, 晏展(262)
- 牛角瓜强心苷成分的抗肿瘤活性研究.....官宫正, 王磊, 樊成武, 斩云奥, 沈彤(271)
- 海洋放线菌Streptomyces sp.11695次生代谢产物的研究.....颜祯阳, 李晓, 王远强, 罗明和(278)

开发研究

- 菊苣根多糖酶法辅助双水相提取工艺优化及其降脂活性研究.....周敏, 韩青, 李彩凤(283)
- 不同产地平贝母生物碱、多糖含量与生态因子相关性及体外抗氧化活性研究.....王馨羽, 乔永飞, 温锦丽, 李亚丽(293)
- 基于RCS14/MEK/ERK信号通路研究石菖蒲和 α -细辛醚促进疲劳运动大鼠学习记忆的作用机制.....廖忠鑫, 谢石凤, 朱梅菊, 王文莉(304)
- 头花蓼不同人药部位黄酮类成分治疗淋球菌感染的分子机制研究.....杨杰, 张瑜, 郭步伐, 彭启伦, 叶茂, 易伟(311)

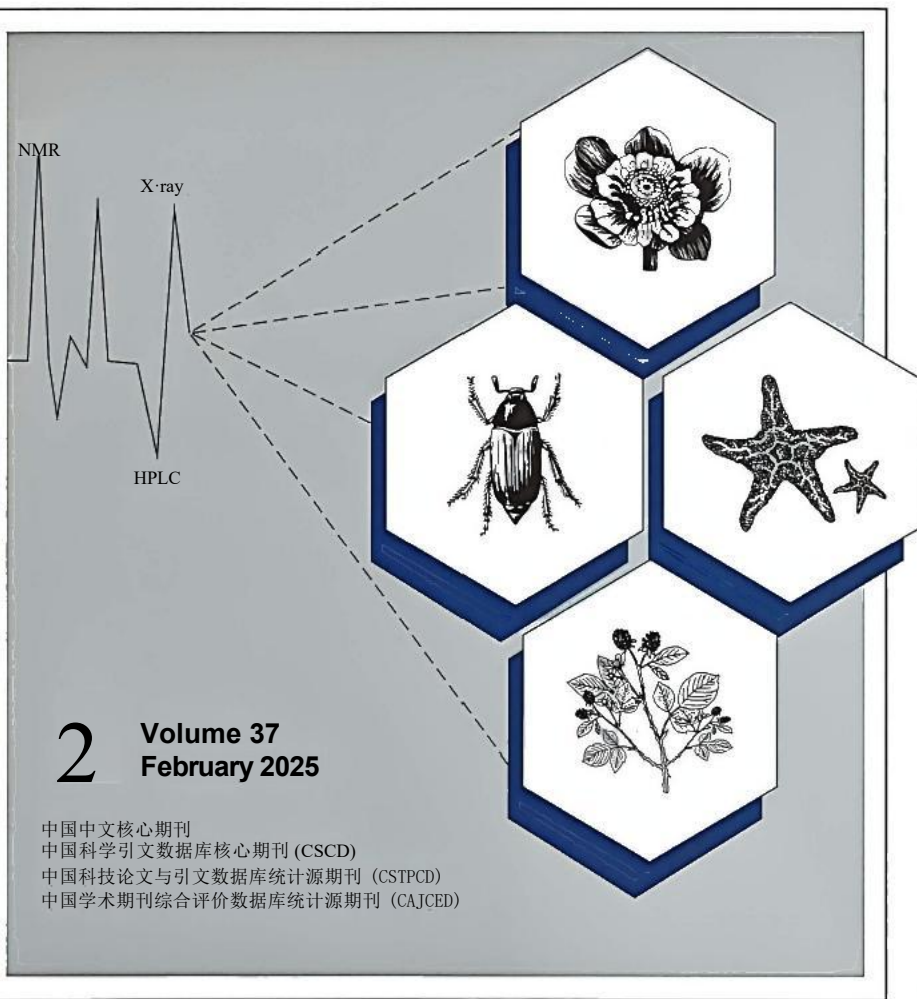
- 不同干燥方式对趁鲜切制西洋参饮片质量的影响.....王昌, 刘晓雅, 张鹏, 王亚萍, 赵大庆, 刘莉, 齐滨(328)

数据研究

- 基于网络药理学、分子对接及实验验证探讨芍药苷治疗非酒精性脂肪肝病抗炎作用机制.....刘湘花, 李娜, 赵方官, 周志文, 闵远馨(337)
- 基于网络药理学及实验验证探究二月兰籽水提物对非酒精性脂肪性肝炎大鼠的治疗作用和机制.....苏芮, 裴海鸾, 田骄, 王晶, 王志斌(346)

综述

- 薯蓣植物的化学成分及药理活性研究进展.....王真真, 马晓莉, 南泽东, 江志波(361)
- 穹孢属真菌次级代谢产物及其生物活性研究进展.....罗利利, 黎琬琳, 杜旭泓, 陈雅玲(375)



肉苁蓉苯乙醇苷抗小鼠抑郁作用及机制研究

郝梅¹, 李红艳²

¹河南质量工程职业学院心理健康教育中心; ²河南质量工程职业学院食品与化工学院, 平顶山467000

摘要: 本研究旨在探讨肉苁蓉苯乙醇苷(Cistanche phenylethanol glycosides, CPhGs)对慢性不可预知温和应激(chronic unpredictable mild stress, CUMS)诱导的小鼠抑郁样行为的治疗效果及其机制。将小鼠随机分为空白组、模型组、CPhGs高剂量组(700 mg/kg)、CPhGs中剂量组(350 mg/kg)、CPhGs低剂量组(175 mg/kg)和氟西汀组(15mg/kg)。给予相应药物干预4周后,进行神经行为学测试;酶联免疫法检测血清中神经递质水平、海马组织中炎症因子和炎症介质含量;苏木精-伊红染色和尼氏染色观察海马组织病理变化;采用免疫组织化学和免疫荧光法分析小鼠海马组织中星形胶质细胞和小胶质细胞密度,以及类Toll受体4(toll-like receptor 4,TLR4)、核因子κB(nuclear factor κB,NF-κB)和Nod样受体蛋白3(Nod-like receptor protein 3,NLRP3)的表达水平。结果显示,CPhGs能改善小鼠抑郁样行为,提高糖水偏好率和减少不动时间,显著增强了小鼠血清中的5-羟色胺和多巴胺水平,抑制海马中炎症介质和因子的表达。免疫组织化学分析表明,CPhGs可增加海马星形胶质细胞的密度,减少小胶质细胞的激活,并抑制NLRP3炎症小体相关蛋白的表达。免疫荧光实验结果表明CPhGs减少炎症小体形成的作用机制是降低海马组织中TLR4/NF-κB信号通路的活化。综上所述,CPhGs对CUMS诱导的抑郁样行为表现出明显的抗抑郁作用,其机制可能是通过调节神经递质水平与抑制神经炎症反应,该研究为其在抑郁症治疗中的应用提供了实验依据。

关键词: 肉苁蓉苯乙醇苷;抑郁;神经炎症反应;星形胶质细胞;TLR4/NF-κB/NLRP3通路

中图分类号: R285.5;R-33

文献标志码: A

文章编号: 1001-6880(2025)2-0204-12

DOI:10.16333/j.1001-6880.2025.2.002

CSTR:32307.14.1001-6880.2025.2.002

Research on the antidepressant effects and mechanisms of Cistanche phenylethanol glycosides in mice

HAO Mei¹, LI Hong-yan²

¹Mental Health Education Center, Henan Quality Institute; ²Department of Chemical Engineering and Food Science, Henan Quality Institute, Pingdingshan 467000, China

Abstract: This study aims to investigate the therapeutic effects and mechanisms of Cistanche phenylethanol glycosides (CPhGs) on depression-like behavior induced by chronic unpredictable mild stress (CUMS) in mice. Mice were randomly divided into control group, model group, high dose CPhGs group (700 mg/kg), middle dose CPhGs group (350 mg/kg), low dose CPhGs group (175 mg/kg), and fluoxetine group (15mg/kg). After four weeks of corresponding drug interventions, neurobehavioral tests were conducted; enzyme-linked immunosorbent assay was used to detect levels of neurotransmitters in serum, as well as the content of inflammatory factors and mediators in hippocampal tissue. Hematoxylin-cosin and Nissl staining were employed to observe pathological changes in hippocampal tissue. Immunohistochemistry and immunofluorescence methods were used to analyze the density of astrocytes and microglia in the hippocampal tissue of mice, as well as the expression levels of toll-like receptor 4/nuclear factor κB/Nod-like receptor protein 3 (TLR4/NF-κB/NLRP3). Results showed that CPhGs could improve depression-like behavior in mice, increase the preference for sweet water, and reduce immobility time, significantly enhancing the levels of serotonin and dopamine in mouse serum, while inhibiting the expression of inflammatory mediators and factors in the hippocampus. Immunohistochemical analysis indicated that CPhGs could increase the density of astrocytes in the hippocampus, reduce the activation of microglia, and inhibit the expression of NLRP3 inflammasome-related

收稿日期: 2024-08-19 接受日期: 2024-11-13
基金项目: 河南省高等教育教学改革研究与实践项目(2024SGLX0730)
*通信作者: Te:86-013513757199; E-mail:hml23890@163.com

proteins. Immunofluorescence experiments demonstrated that the mechanism through which CPhGs reduce inflammasome formation was by decreasing the activation of the TLR4/NF-κB signaling pathway in hippocampal tissue. In summary, CPhGs exhibit significant antidepressant effects on CUMS-induced depression-like behavior, potentially through the regulation of neurotransmitter levels and inhibition of neuroinflammatory responses, providing experimental evidence for its application in the treatment of depression.

Key words: Cistanche phenylethanol glycosides; depression; neuroinflammatory response; astrocytes; TLR4/NF-κB/NLRP3 pathway

抑郁症是一种常见且复杂的情感性精神障碍,以情绪低落、快感缺失、思维迟缓和生理功能障碍等症状为特征,严重者甚至可能出现自杀倾向[1]。根据《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》,我国抑郁症的患病率达到2.1%,并被世界卫生组织列为全球致残率最高的疾病之一[2]。

由于抑郁症发病机制非常复杂,迄今为止具体机制仍不清楚,这给其治疗带来了巨大的挑战,近年来国内外学者研究发现,抑郁症可能与免疫炎症激活密切相关。在中枢神经系统炎症反应激活过程中,海马炎症细胞的激活是其特征性表现,持续活化的海马炎症细胞诱导多种炎症细胞因子释放,形成炎症细胞因子“瀑布效应”,从而参与抑郁症等精神类疾病的发病和病理过程[3]。当前,该疾病的治疗主要以西药为主,如氟西汀、文拉法辛、度洛西汀等,但存在临床治愈率低、残留症状突出、复发率高、易导致脏器功能紊乱、等不足,使其临床应用受到限制[4]。中药治疗情志类疾病具有靶点多、副作用小等优势,在抑郁症及其伴发症的治疗方面具有广阔的应用前景[5]。

肉苁蓉是列当科植物荒漠肉苁蓉 *Cistanche deserticola* Y.C.Ma 和(或)管花肉苁蓉 *C.tubulosa* (Schenk) Wight 的干燥带鳞叶的肉质茎,是药食两用的佳品。现代药理基础研究证实,肉苁蓉具有神经保护作用(可抑制阿尔茨海默病,帕金森病等),以肉苁蓉中苯乙醇苷类成分为主要成分的“苁蓉总苷”胶囊被广泛应用于神经性疾病的治疗[6]。苯乙醇苷类(Cistanche phenylethanol glycosides, CPhGs)是作为肉苁蓉总苷中重要的活性成分,其具有抗肿瘤、免疫调节、抗氧化等多种生物学功能,展现出良好的应用前景[7]。既往研究表明CPhGs能够通过提高黑质部位神经酰胺代谢途径及纹状体内多巴胺(dopamine, DA)的含量来保护单胺类的作用,缓解抑郁症状[8];也能通过改善脑内单胺类神经递质水平,调整小鼠围绝经期综合征伴抑郁样行为[9]。但在治疗慢性不可预知应激(chronic unpredictable

mild stress, CUMS)诱导的小鼠抑郁模型方面未见报道,作用机制仍有待阐明。基于前期研究基础,结合目前CPhGs在抗氧化应激、调节神经炎症和抑制神经细胞凋亡等方面的潜力,本研究采用CUMS诱导小鼠抑郁样模型,开展CPhGs的抗抑郁作用及TLR4/NF-κB/NLRP3通路改善神经炎症的作用机制研究,为进一步探究CPhGs的抗抑郁作用及临床应用拓展和作为保健型食品的开发利用提供实验依据。

1 材料与方

1.1 材料与仪器

CPhGs 提取物(提取物中苯乙醇苷类成分 ≥ 85%,其中松果菊苷 ≥ 40%,毛蕊花糖苷 ≥ 16%;批号:20231221,新疆和田帝辰医药生物有限公司);盐酸氟西汀胶囊(fluoxetine, FLX) (批号:8533C,法国 Patheon France 制药公司);5-羟色胺(5-hydroxytryptamine, 5-HT)、DA 检测试剂盒(批号:20240305、20240305,上海将来实业股份有限公司);诱导型一氧化氮合酶(inducible nitric oxide synthase, iNOS)、环氧合酶-2(cyclooxygenase-2, COX-2)、前列腺素 E2(prostaglandin E2, PGE2)、肿瘤坏死因子α(tumor necrosis factor alpha, TNF-α)、白细胞介素1β(interleukin-1β, IL-1β)、IL-18(interleukin-18, IL-18)、IL-6(interleukin-6, IL-6)、γ干扰素(interferon-γ, IFN-γ) 酶联免疫吸附测定试剂盒(批号:ER050A332132、ER035PD09812、ER048H753146、ER10X6398452、ER051H648219、ER09X2865471、ER049H746823、ER07X1729784,武汉伊莱瑞特生物科技股份有限公司);离子化钙结合适配分子1(ionized calcium-binding adapter molecule 1, Iba-1)单克隆抗体、胶质纤维酸性蛋白(glia fibrillary acidic protein, GFAP)单克隆抗体、NOD样受体蛋白3(Nod-like receptor protein 3, NLRP3)单克隆抗体(批号:GR3417890-15、GR3379124-30、GR3285067-28,英国 Abcam 公司);Toll样受体4(toll-like receptor 4, TLR4)单克隆抗体、磷酸化核因子-κB p65(phospho-

取脑,取出完整大脑,用预冷的生理盐水冲洗,一半使用4%多聚甲醛固定72 h;另一半在冰上分离出海马组织,置于液氮中储存备用。取小鼠海马组织样本10 mg,按1:9质量体积比加入预冷生理盐水,冰水浴中机械匀浆。匀浆后以4000 r/min离心15 min(离心半径4.5 cm),收集上清液,用于检测。

1.2.4 神经递质指标测定

取小鼠血清和海马组织匀浆上清液适量,按试剂盒操作方法检测5-HT含量、DA含量的含量。

1.2.5 海马组织生化指标测定

取海马组织匀浆上清液,使用BCA试剂盒测定蛋白浓度。按照试剂盒说明书操作,酶标仪测定上清液中测定海马组织匀浆中炎症介质(iNOS、COX-2和PGE2)和炎症因子(TNF- α 、IL-1 β 、IL-18、IL6、IFN- γ)的吸光度A,计算各物质含量,记录数据并进行统计分析。

1.2.6 海马组织HE染色

取固定72 h以上的全脑组织样本,制作石蜡切片,片厚4 μ m。二甲苯脱蜡后,通过梯度乙醇(在100%乙醇I、II中分别浸泡5 min,95%、90%、80%和70%乙醇中分别浸泡2 min)进行水化,并用PBS清洗三遍,伊红染色5 min,自来水中冲洗5 min,苏木精复染1 min,1%盐酸乙醇分化反蓝2 s,自来水中冲洗10 min。梯度乙醇脱水(80%乙醇2 min,95%乙醇2 min,乙醇I和100%乙醇II各5 min),二甲苯透明,中性树脂胶封片晾干。显微镜下观察各组小鼠海马组织细胞形态变化。

1.2.7 海马组织尼氏染色

将“1.2.5”项下所制得的石蜡切片经脱蜡水化后用尼氏染色液染色10 min,蒸馏水洗2次,每次3 min,梯度乙醇脱水(80%乙醇2 min,95%乙醇2 min,乙醇I和100%乙醇II各5 min),二甲苯透明,中性树脂胶封片晾干。显微镜下观察各组小鼠海马组织细胞形态变化。

1.2.8 海马组织免疫组织化学检测

采用免疫组织化学(immunohistochemistry,IHC)染色法对石蜡包埋的海马组织标本进行处理,按免疫组织化学通用型试剂盒中说明书进行操作。经脱蜡水化、抗原修复、阻断过氧化酶、封闭后,滴加Iba-1(1:400)、GFAP(1:400)、NLRP3(1:300)和Caspase-1(1:400)一抗,4 $^{\circ}$ C下孵育过夜,经DAB显色、核染、脱水封片后,光镜下检测观察Iba-1、GFAP、NLRP3和Caspase-1阳性表达并对图像进行ImageJ

分析。

1.2.9 海马组织免疫荧光检测

采用免疫荧光染色法对石蜡包埋的海马组织标本进行处理,按免疫荧光试剂盒中说明书进行操作。将“1.2.5”项下所制得的石蜡切片经脱蜡水化、抗原修复、封闭后的切片滴加TLR4(1:400)和p-NF-KB p65(1:200)一抗,4 $^{\circ}$ C下孵育过夜。次日去除一抗,PBS清洗三遍,滴加二抗(1:500)避光孵育1 h,再洗涤3次后,用含DAPI的固定剂封片。荧光显微镜检测观察海马组织区域荧光信号并对图像进行ImageJ分析。

1.3 数据处理

实验数据使用统计软件SPSS 26.0和Graphpad Prism 9.0进行统计分析。数据使用平均值 \pm 标准差($\bar{x}\pm s$)表示,分析采用One-way ANOVA,两组间比较采用Dunnett's检验。以 $P<0.05$ 表示差异具有统计学意义。

2 结果与分析

2.1 CPhGs对抑郁症模型小鼠SPT和血清中5-HT、DA的影响

如表1所示,与Con相比,Mod糖水偏好率、血清和海马组织中神经递质5-HT和DA含量显著降低($P<0.01$ 或 $P<0.05$)。说明Mod小鼠表现出抑郁样行为,造模成功。与Mod相比,CPhGs-H、CPhGs-M、CPhGs-L和FLX显著提高了小鼠的糖水偏好率、血清和海马组织中神经递质5-HT和DA含量($P<0.01$ 或 $P<0.05$),其中糖水偏好率分别升高72.91%、46.59%、23.43%和87.93%;血清5-HT含量分别升高31.77%、25.24%、20.44%和37.59%;血清DA含量分别升高47.07%、35.57%、27.77%和52.93%;海马组织5-HT含量分别升高31.77%、25.24%、20.44%和37.59%,海马组织DA含量分别升高47.07%、35.57%、27.77%和52.93%。说明CPhGs对CUMS小鼠的快感缺乏具有缓解作用,CPhGs可能通过调节中枢神经系统的神经递质传递,特别是5-HT和DA等与奖励和情绪调节相关的通路,恢复小鼠的快感能力。

2.2 CPhGs对抑郁症模型小鼠OFT的影响

根据啮齿类动物的生理特性以及在陌生环境中的某些特殊行为,可以用来评估小鼠在新环境中的探索行为和焦虑抑郁状态,旷场实验主要考察小鼠的自主活动情况,进而反映其抑郁状态,单位时间内小鼠的运动总距离越长、中心区域活动时间越长、中

nuclear factor-kB p65,p-NF-kB p65)单克隆抗体(批号:10032512、00128965,武汉三鹰生物科技有限公司);4%多聚甲醛、免疫荧光染色试剂盒(批号:20240106、20240315,上海碧云天生物技术有限公司);苏木素伊红(hematoxylin and eosin,HE)染色试剂盒、尼氏染色试剂盒(批号:20240401、20240402,辽宁美仑生物);免疫组织化学通用型试剂盒(批号:K43731A,北京中杉金桥生物技术有限公司)。

ME204E 万分之一电子天平(美国Mettler Toledo公司);Milli-Q实验室纯水系统(德国Merck公司);SpectraMax iD3型多功能酶标仪(美国Molecular Devices公司);LEICA DM 2000荧光正置显微镜(德国Leica公司);63008旷场、63010高架十字迷宫、63022强迫游泳、DB001Morris水迷宫、SMART 3.0动物行为学视频分析系统(深圳市瑞沃德生命科技有限公司)。

SPF级C57BL/6小鼠60只,体重范围18~22 g,购自北京维通利华实验动物技术有限公司(生产许可证号SCXK(京)2020-0033,实验动物使用许可证号SYXK(京)2021-0011)。小鼠饲养于SPF级环境中,环境温度控制在(21 \pm 2) $^{\circ}$ C,湿度维持在60% \pm 10%,并实行12 h明暗循环。小鼠可自由获取食物和水,并在适应性饲养1周后开始实验。实验动物饲养地点为陕西中医药大学实验动物中心。本研究所有小鼠实验程序均已通过并经陕西中医药大学动物实验伦理委员会审批(SUCMDL20231015003)。

1.2 实验方法

1.2.1 分组、造模及给药

SPF级7周龄C57BL/6小鼠适应性饲养1周后,通过糖水偏好实验筛选出符合后续实验要求的非弹性小鼠,随机分为空白组(control group,Con)、模型组(model group,Mod)、CPhGs高剂量组(high dose CPhGs group,CPhGs-H;700 mg/kg)、CPhGs中剂量组(middle dose CPhGs group,CPhGs-M;350 mg/kg)、CPhGs低剂量组(low dose CPhGs group,CPhGs-L;175 mg/kg)和氟西汀组(flouxetine group,FLX;15 mg/kg),每组10只。除Con外,其余各组小鼠开始为期4周的CUMS应激[10]。共采用10种应激源,包括束缚(1 h)、摇晃(1 h)、悬尾(1 h)、45度笼倾斜(24 h)、湿垫料(24 h)、空笼(24 h)、夜间照明(12 h)、41 $^{\circ}$ C热水游泳5 min、4 $^{\circ}$ C冰水游泳5 min、夹尾2 min,每天随机选择2个刺激,相同的刺激不连续

两天出现。造模4周后,CPhGs-H、CPhGs-M、CPhGs-L小鼠按照体质量给予相应的CPhGs剂量灌胃,FLX给予氟西汀灌胃(10 mg/kg),小鼠CPhGs-M和FLX服药剂量根据成人与小鼠的体表面积等效系数进行折算,上下浮动2倍即为CPhGs低剂量和高剂量。Con和Mod小鼠给予等体积的去离子水灌胃。灌胃每天1次,持续4周。第8周对小鼠进行神经行为学测试。

1.2.2 神经行为学实验

1.2.2.1 糖水偏好实验

糖水偏好实验(sucrose preference test,SPT)开始前应先将小鼠单笼饲养,然后进行3 d的糖水适应,第1 d给予2瓶1%蔗糖水24 h,第2 d给予1瓶糖水和1瓶去离子水24 h,第3 d交换糖水和纯水的位置24 h后结束。第4 d禁食禁水24 h,第5 d给予称重后的1瓶糖水和1瓶纯水,12 h后互换位置,24 h后取出再称重,计算糖水消耗率(糖水消耗率=糖水消耗量/(糖水消耗量+水消耗量) \times 100%)。

1.2.2.2 旷场实验

旷场实验(open field test,OFT)在50 cm \times 50 cm \times 50 cm的正方体敞箱中进行,定义以敞箱中心点为中心25 cm为边长的正方形为中心区域,将小鼠放置于敞箱中心并适应性活动5 min,分析后5 min小鼠的运动轨迹。评价指标包括小鼠在旷场内的运动总路程、在旷场中心区域的活动时间以及进入中心区域的次数。

1.2.2.3 悬尾实验

悬尾实验(tail suspension test,TST)是将小鼠尾部固定悬吊,使其头部与地面保持一定距离。记录小鼠6 min内的挣扎情况,分析小鼠在后4 min的不动时间。

1.2.2.4 强迫游泳实验

强迫游泳实验(forced swim test,FST)是将小鼠放入装有(25 \pm 2) $^{\circ}$ C水的透明圆柱桶(直径15 cm \times 高50 cm)中,水位达20 cm。记录小鼠6 min在水中的挣扎情况,分析小鼠在后4 min的不动时间。

1.2.3 样品采集

第8周末,小鼠经腹腔注射戊巴比妥钠(3%,10 mL/kg)进行深度麻醉。麻醉后,通过观察呼吸缓慢、肌肉松弛以及对手术操作无反应来确认麻醉状态。随后使用摘眼球法收集小鼠血液,颈椎脱臼法处死小鼠,用生理盐水进行心脏灌流,然后迅速开颅

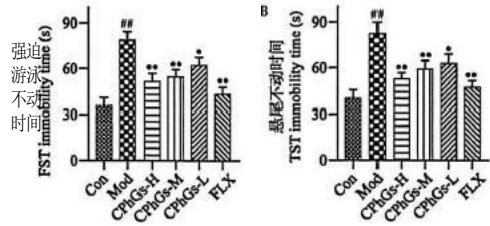


图2 各组小鼠TST和FST的结果(x±s,n=10)

Fig.2 The results of the TST and FST for each group of mice(x±s,n=10)

132.92%、107.32%、69.13%、62.32%和76.55% (P<0.01)。与Mod相比, CPhGs-H、CPhGs-M、CPhGs-L和FLX小鼠TNF-α分别降低42.93%、29.95%、11.08%和23.00%(P<0.01或P<0.05);IL-1β分别降低45.72%、21.91%、12.32%和48.65%(P<0.01或P<0.05);IL-18分别降低

35.17%、18.22%、9.13%和22.06%(P<0.01或P<0.05);IL-6分别降低34.67%、11.47%、9.06%和19.47%(P<0.01或P<0.05);IFN-γ水平分别降低34.97%、14.06%、9.89%和26.25%(P<0.01或P<0.05)。

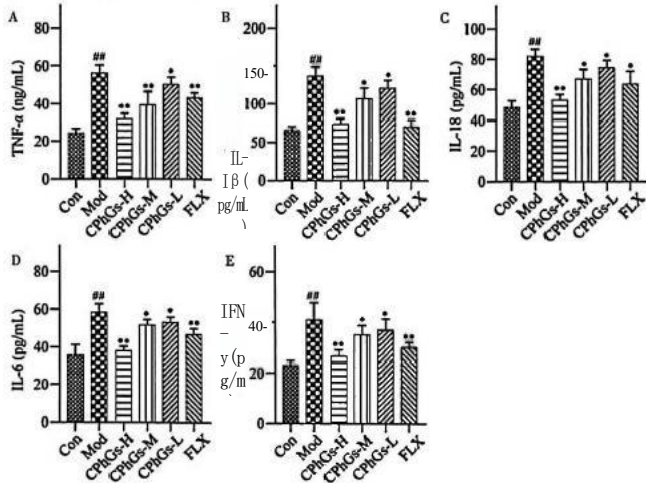


图3 各组小鼠海马组织中炎症因子的水平变化(x±s,n=10)

Fig.3 Changes in the levels of inflammatory factors in the hippocampal issue of each group of mice(x±s,n=10)

2.5 CPhGs对抑郁症模型小鼠炎症介质的影响

为评估CPhGs对炎症介质的作用,本研究测定了海马中关键炎症介质(iNOS、COX-2和PGE2)的表达水平(见图4)。与Con相比,Mod的iNOS、COX-2和PGE2水平显著升高278.34%、147.45%

和124.03%(P<0.01)。与Mod相比,CPhGs-H、CPhGs-M、CPhGs-L和FLX的iNOS水平分别降低49.55%、40.52%、11.99%和68.57%(P<0.01或P<0.05);COX-2水平分别降低39.58%、26.87%、17.96%和48.39%(P<0.01或P<0.05);PGE2

表1 SPT和血清、海马组织中5-HT、DA水平的结果(x±s,n=10)

Table 1 Results of SPT and 5-HT,DA levels in serum and hippocampal issue(x±s,n=10)

组别 Group	剂量 Dose (mg/kg)	糖水偏好率 Sucrose preference rate(%)		血清5-HT 5-HT in serum (ng/mL)	血清DA DA in serum (ng/mL)	海马组织5-HT 5-HT in hippocampal tissue(μg/g)	海马组织DA DA in hippocampal tissue(μg/g)
		0w	8w				
Con	-	63.11±3.54	64.23±5.62	86.66±6.69	7.03±1.56	2.45±0.21	1.32±0.15
Mod	-	61.42±5.34	29.75±2.77*	64.14±5.62°	4.61±0.51	1.78±0.18°	0.89±0.12#
CPhGs-H	700	62.84±4.22	51.44±5.90*	84.52±5.61*	6.78±1.12*	2.12±0.20*	1.11±0.14*
CPhGs-M	350	62.35±4.84	43.61±4.11*	80.33±6.75°	6.25±1.03*	1.98±0.19*	1.03±0.13*
CPhGs-L	175	61.10±5.35	36.72±3.04*	77.25±6.71	5.89±0.93*	1.86±0.17*	0.97±0.12°
FLX	10	60.65±5.11	55.91±5.37**	88.25±10.97*	7.05±0.49*	2.32±0.22*	1.24±0.16°

注:与Con比较,*P<0.01;与Mod比较,°P<0.05,P<0.01。

Note:Compared with Con,*P<0.01;Compared with Mod,°P<0.05,P<0.01.

中央区运动路程越长代表小鼠的抑郁程度越轻[。实验结果见图1,与Con相比,Mod的上述三项指标均显著减少(P<0.01);与Mod相比,CPhGs-H、CPhGs-M、CPhGs-L和FLX的上述三项指标均显著增加(P<0.01或P<0.05),其中运动总路程CPhGs-H、CPhGs-M、CPhGs-L和FLX分别增加

运动时间分别增加127.92%、64.65%、43.81%和119.81%,中心区域运动路程分别增加122.44%、53.21%、33.97%和102.56%。实验结果说明,CPhGs具有调节大脑神经通路和改善与情绪调节和行为驱动相关的功能,影响抑郁症模型小鼠OFT的行为学表现。

46.63%、29.86%、23.92%和52.65%,中心区域活

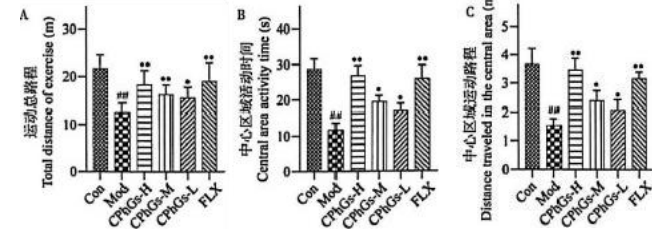


图1 各组小鼠OFT的结果(x±s,n=10)

Fig 1 Results of OFT in each group of mice(x±s,n=10)

注:与Con比较,*P<0.05,P<0.01;与Mod比较,°P<0.05,P<0.01,下同。Note:Compared with Con,*P<0.05,*P<0.01;Compared with Mod,°P<0.05,*P<0.01,the same below.

2.3 CPhGs对抑郁症模型小鼠TST和FST的影响

TST和FST结果如图2所示,与Con相比,Mod的TST测试的总是不动时间和FST测试的漂浮不动时间均显著长(P<0.01);与Mod相比,CPhGs-H、CPhGs-M、CPhGs-L和FLX的总是不动时间和漂浮不动时间均显著缩短(P<0.01或P<0.05)。其中强迫游泳不动时间分别降低34.67%、30.71%、20.78%和44.97%,悬尾不动时间分别降低35.91%、27.88%、23.30%和42.14%。这提示

CPhGs通过改善中枢神经系统功能,恢复神经元功能和神经环路的正常活动,小鼠在绝望的应激环境中,消极的情绪明显减少,求生欲望变得积极,从而改善抑郁小鼠TST和FST的行为学表现。

2.4 CPhGs对抑郁症模型小鼠炎症因子的影响

为评估CPhGs的抗炎作用,本研究测定了海马中关键炎症因子的表达水平,包括TNF-α、IL-1β、IL-18、L6和IFN-γ(见图3)。与Con相比,Mod的TNF-α、L-1β、IL-18、IL-6和IFN-γ水平显著升高

质细胞标志物GFAP的表达(见图6A和图7A)。与Con相比, Mod小鼠海马区GFAP表达显著降低29.67%($P<0.05$ 或 $P<0.01$)。说明CPhGs能减轻小胶质细胞活化后所导致的促炎细胞因子和炎症介质的释放,进而CUMS诱导的中枢神经炎症。

与Mod相比, CPhGs-L升高18.48%,但米达到统计学显著性; CPhGs-H、CPhGs-M和FLX的GFAP表达分别显著升高64.23%、40.07%和57.45%($P<0.01$ 或 $P<0.05$),其中CPhGs-M的效果接近FLX,而CPhGs-H的效果甚至优于FLX。CPhGs给药组海马区星形胶质细胞数量的改善呈现剂量依赖性,提示CPhGs具有保护星形胶质细胞、改善抑郁症状的作用。

小胶质细胞是中枢神经系统的免疫细胞,其在大脑免疫监视、神经发生、突触修剪等过程中起重要作用(13)。临床研究发现抑郁患者大脑小胶质细胞被过度激活,动物研究也发现慢性应激诱发动物抑郁样行为的同时,会引起大脑(前额叶和海马等脑区)小胶质细胞结构功能异常和过度激活[14]。为分析小鼠海马组织中星形胶质细胞的密度,采用IHC检测海马组织中星形胶质细胞标志物Iba-1的表达(见图6B和图7B)。与Con相比, Mod的Iba-1表达显著增加72.34%($P<0.01$)。与Mod相比, CPhGs-H、CPhGs-M、CPhGs-L和FLX的Iba-1表达分别降低57.65%、37.99%、31.91%和60.59%($P<0.05$ 或 $P<0.01$)。说明CPhGs能有效抑制NLRP3炎症小体的激活,从而减轻神经炎症反应。

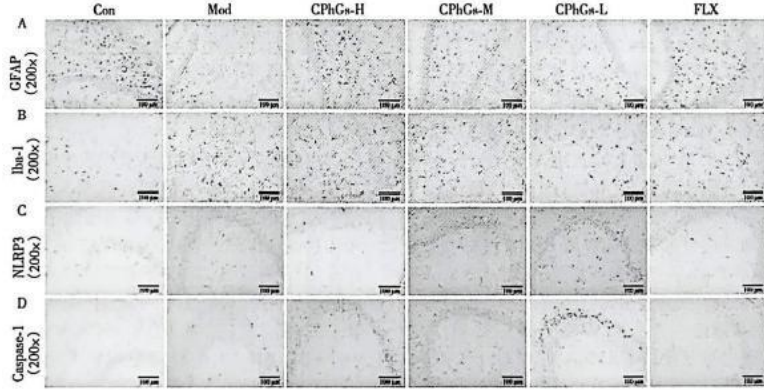


图6 各组小鼠海马组织GFAP、Iba-1、NLRP3和Caspase-1的IHC结果(200×)

Fig.6 IHC results of GFAP,Iba-1,NLRP3,and Caspase-1 in the hippocampal tissue of each group of mice(200×)

2.9 CPhGs对小鼠海马组织TLR4和p-NFκB p65表达的影响

TLR4/NF-κB信号是诱导NLRP3炎症小体的激活及启动下游炎症反应的关键介质, NLRP3的表

达受到NF-κB活化及其p65亚基核易位的推动,而整个炎症信号级联则由TLR4信号通路介导[16]。为分析小鼠海马组织中NLRP3炎症小体上游蛋白表达的变化,采用免疫荧光双染检测海马组织中

水平分别降低27.89%、14.28%、10.45%和37.51%($P<0.01$ 或 $P<0.05$),其中CPhGs-L的PGE2水平与Mod相比无统计学意义。以上结果说明CUMS成功诱导小鼠抑郁模型,引起显著的炎症

反应和氧化应激状态。CPhGs给药后能够有效降低这些炎症介质的水平,表现出良好的抗炎和抗氧化作用,其效果呈现剂量依赖性。

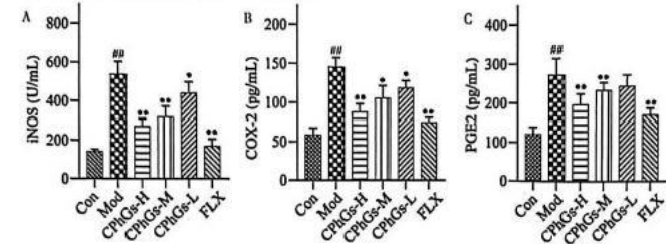


图4 各组小鼠海马组织中炎症介质的含量结果(x±s, n=10)

Fig.4 Results of the content of inflammatory mediators in the hippocampal tissue of each group of mice(x±s, n=10)

2.6 CPhGs对抑郁模型小鼠海马组织结构的影响

HE染色用于分析小鼠海马组织的病理改变(见图5)。与Con相比, Mod小鼠海马齿状回区域出现明显的病理改变,包括细胞排列紊乱、细胞核固缩、细胞质空泡化等现象,表现出显著的神经元损伤。与Mod相比, CPhGs-L对上述损伤现象的改善效果不明显。CPhGs-M和CPhGs-H则显著改善了这些病理变化,其中CPhGs-M的效果接近FLX,而CPhGs-H的效果甚至优于FLX。海马神经元的形态学改善呈现剂量依赖性,提示CPhGs具有保护海马神经元、改善抑郁症状的作用。这一结果与之前观察到的行为学和生化指标的改善相一致,进一步证实了CPhGs在治疗抑郁症中的潜在价值。

尼氏染色(见图5)中的尼氏体是神经元特有的细胞质结构,主要负责蛋白质合成。它在健康、代谢活跃的神经元中含量丰富,但在受损时会减少或解体。因此,尼氏体的状态直接反映了神经元的功能和健康状况,是评估神经细胞活性的重要指标。与Con相比, Mod小鼠海马齿状回区域神经元排列紊乱,尼氏小体显著减少,提示神经元活力降低。与Mod相比, CPhGs-L、CPhGs-M和CPhGs-H均增加了尼氏小体的数量。其中, CPhGs-H的效果最为显著,神经元排列趋于规则,尼氏小体数量接近Con水平。FLX也表现出显著的改善效果,其程度与CPhGs-H相当。这些结果表明, CPhGs能够剂量依赖性地改善CUMS诱导的海马神经元损伤,提高神经元活力。

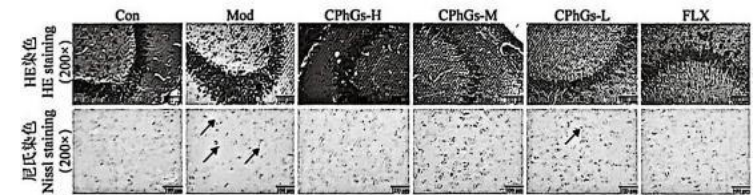


图5 各组小鼠海马组织HE染色和尼氏染色的结果

Fig 5 Results of HE staining and Nissl staining in the hippocampal tissue of each group of mice

注:黑色箭头代表病变区域。Note:The black arrows indicate the areas of lesions.

2.7 CPhGs对抑郁模型小鼠海马组织神经胶质细胞的影响

星形胶质细胞是大脑中数量最多的胶质细胞类

型,在维持神经递质传递和血脑屏障的建立中发挥至关重要的作用[12]。为分析小鼠海马组织中星形胶质细胞的密度,采用IHC检测海马组织中星形胶

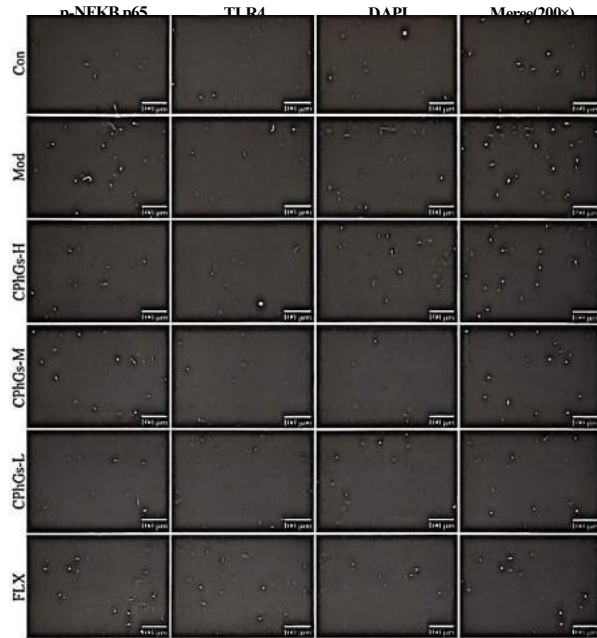


图8 各组小鼠海马组织TLR4和p-NF-kB p65的免疫荧光染色结果

Fig 8 Immunofluorescence staining results of TLR4 and p-NF-kB p65 in the hippocampal tissue of each group of mice

注：绿色荧光代表p-NF-kB染色结果；红色荧光代表TLR4染色结果；蓝色荧光为DAPI核染色。Note: Green fluorescence represents p-NF-kB staining results; Red fluorescence represents TLR4 staining results; Blue fluorescence represents DAPI nuclear staining.

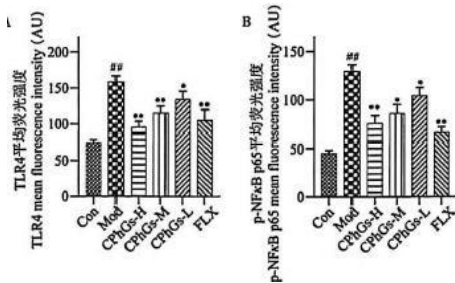


图9 各组小鼠海马组织TLR4和p-NF-kB p65平均荧光强度(x±s, n=10)

Fig 9 Average fluorescence intensity of TLR4 and p-NF-kB p65 in the hippocampal tissue of each group of mice(x±s, n=10)

织蛋白酶B, 促进NEK7与NLRP3炎症小体结合并从而诱发神经炎症[20]。CPhGs能降低iNOS、COX-2将其激活, 诱导IL-1β和IL-18成熟并释放到胞外, 和PGE2的含量, 通过抑制PAMPs和DAMPs的产

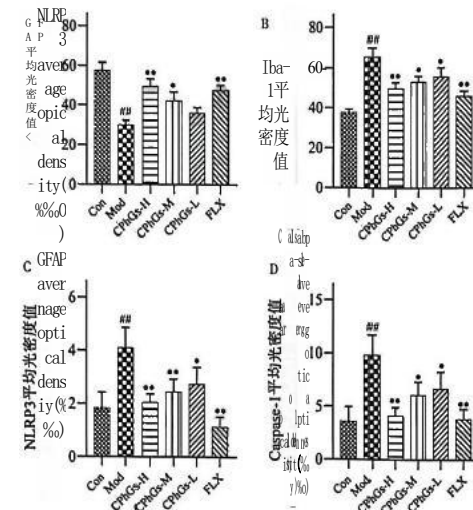


图7 各组小鼠海马组织GFAP、Iba-1、NLRP3和Caspase-1的IHC定量分析结果(x±s, n=10)

Fig7 Quantitative analysis results of IHC for GFAP, Iba-1, NLRP3, and Caspase-1 in the hippocampal tissue of mice from each group(x±s, n=10)

TLR4和p-NF-kB p65的表达(见图8和图9)。与Con相比, Mod的TLR4水平显著升高111.17%(P<0.01), p-NF-kB p65水平显著升高184.51%(P<0.01)。与Mod相比, CPhGs-H、CPhGs-M、CPhGs-L和FLX的TLR4水平分别降低15.24%、27.12%、39.40%和33.51%(P<0.01或P<0.05), p-NF-kB p65水平分别降低19.46%、33.61%、48.82%和41.54%(P<0.01或P<0.05)。以上结果结合病理检查和炎症指标可说明表明CPhGs能够有效抑制TLR4/NF-kB信号通路的活化, 从而减少NLRP3炎症小体的活化, 减轻由此引发的炎症反应。

3 讨论与结论

本研究系统评估了CPhGs对CUMS诱导的抑郁症小鼠模型的治疗效果及其潜在机制。研究结果表明, CPhGs能够显著改善CUMS诱导的抑郁样行为, 这种改善效果与调节神经递质系统、抑制神经炎症反应以及影响NLRP3炎症小体相关通路密切相关。在行为学层面, CPhGs有效改善了CUMS模型小鼠的各项行为指标。CPhGs显著提高了糖水偏好率, 缩短了强迫游泳和悬尾测试中的不动时间, 减少了旷场实验中的焦虑行为。这些结果证实了CPhG

具有明显的抗抑郁和抗焦虑作用, 其效果与阳性对照药物氟西汀相当。在神经生化水平上, CPhGs显著提高了模型小鼠血清中5-HT和DA的水平。表明CPhGs可能通过保护神经细胞、调节神经递质系统来改善抑郁症状。

炎症因子在抑郁症的发生发展中发挥着重要的作用, 在抑郁动物模型和临床研究中均得到证实。本研究发现, CUMS显著增加小鼠海马组织中多种炎症因子的表达, 包括TNF-α、IL-1β、IL-18、L-6和IFN-γ。而CPhGs治疗能够显著降低这些炎症因子的含量, 从而改善CUMS小鼠的抑郁样行为。研究发现, 抑郁症患者海马中iNOS、NO等病原相关分子模式和IL-1β、IL-18等危险相关分子模式的水平升高, 这些分子进入小胶质细胞胞质后, 被模式识别受体NLRP3所识别并刺激免疫反应[19]。NLRP3炎症小体是调节先天性免疫炎症反应的关键蛋白质复合物, 包括NLRP3、ASC和效应蛋白Caspase-1。当被激活时, NLRP3募集ASC和Pro-Caspase-1, 完成无活性的NLRP3炎症小体组装[19]。同时, PAMPs和DAMPs还可引起线粒体损伤和溶酶体破裂, 导致线粒体内容的释放或暴露、溶酶体释放组

生来减少NLRP3炎症小体的激活,进而减少海马组织中IL-1 β 和IL-18等炎症因子的成熟和释放,进而改善CUMS小鼠的抑郁样行为。

已有研究表明NLRP3炎症小体参与抑郁和焦虑的发病机制,是连接慢性应激与抑郁状态之间的关键介质。NLRP3炎症小体的激活是一个复杂的过程,需要接受启动信号,如TLR4/NF- κ B信号的激活。活化的NF- κ B进一步上调NLRP3、pro-IL-1 β 的mRNA转录水平,激活炎症小体,启动下游炎症反应[21]。本研究结果显示,CUMS刺激后,TLR4/NF- κ B信号和NLRP3呈现一致的高表达,这与先前在抑郁症小鼠模型中的发现相符[?]。CPhGs治疗能够显著逆转这种高表达状态,提示CPhGs可能通过调控TLR4/NF- κ B信号来影响NLRP3炎症小体的激活。通过抑制TLR4/NF- κ B信号通路,CPhGs阻断了NLRP3炎症小体激活的启动信号,从而减少下游炎症因子的产生和释放。本研究还观察到CPhGs对神经胶质细胞的调节作用。CPhGs显著增加了GFAP阳性星形胶质细胞的数量,同时减少了Iba-1阳性小胶质细胞的数量。这一发现与TLR4/NF- κ B信号通路的抑制可能存在联系。已有研究表明,TLR4/NF- κ B信号通路的激活可以促进神经毒性A1型星形胶质细胞的形成[2],而CPhGs通过抑制这一通路,可能有助于维持星形胶质细胞的正常功能,减少神经炎症和神经元损伤。

综上所述,本研究系统地阐明了CPhGs在改善CUMS诱导的抑郁样行为方面的效果及其潜在机制。通过调节神经递质系统、抑制神经炎症反应以及影响NLRP3炎症小体相关通路,CPhGs展现出作为抗抑郁药物的潜力。

参考文献

- Ren L,Shao YT,Qin SH,et al.Study on target identification and effect of saponin A on depressive disorder[J].Nat Prod Res Dev(天然产物研究与开发),2024,36:44-51.
- Report on nutrition and chronic diseases status of Chinese residents(2020)[J].Acta Nutr Sin(营养学报),2020,42,521-521.
- Qin TT,Hu JW,Ceng JS,et al.Antidepressant effect of essential oil from Schizonepeta tenuifolia Briq.on lipopolysaccharide-induced depression model mice[J].Nat Prod Res Dev(天然产物研究与开发),2023,35:1480-1485.
- Yin YS,Ju T,Zeng DY,et al."Inflamed"depression:a review of the interactions between depression and inflammation and current anti-inflammatory strategies for depression[J].Pharmacol Res,2024,207:107322.
- Xiong TW,Zhang J,Shi JS.Research progress on the mechanism of antidepressant effects of traditional Chinese medicine[J].Trad Chin Med J(中医药通报),2024,23:65-69.
- Fan L,Peng Y,Chen XN,et al.Integrated analysis of phytochemical composition,pharmacokinetics,and network pharmacology to probe distinctions between the stems of Cistanche deserticola and C.tubulosus based on antidepressant activity[J].Food Funct,2022,13:8542-8557.
- Xu CH,Ni J,Wang YX,et al.Progress in bioncivity of phenylethanoid glycosides in cistanches[J].Food Drug(食品与药品),2023,25:261-266.
- Fan L,Peng Y,Wang JW,et al.Total glycosides from stems of Cistanche tubulosa alleviate depression-like behaviors:bidirectional interaction of the phytochemicals and gut microbiota[J].Phytomedicine,2021,83:153471.
- Wei ZZ.Effects of cistanche phenethyl glycosides on perimenopausal models in rats[D].Henan:Henan University of Chinese Medicine(河南中医学院),2014.
- Lu XM,Qi C,Zheng J,et al.Antidepressant effect of sunflower seed protein on chronic unpredictable mild stress induced depressive mice[J].Nat Prod Res Dev(天然产物研究与开发),2020,32:1205-1212.
- Zhou ZJ,Wang YL,Sun SQ,et al.Paeonia lactiflora Pall. polysaccharide alleviates depression in CUMS mice by inhibiting the NLRP3/ASC/Caspase-1 signaling pathway and affecting the composition of their intestinal flora[J].J Ethnopharmacol,2023,316:116716.
- Lee HG,Wheeler MA,Quintana FJ.Function and therapeutic value of astrocytes in neurological diseases[J].Nat Rev Drug Discov,2022,21:339-358.
- Yirmiya R,Rimmerman N,Reshef R.Depression as a microglial disease[J].Trends Neurosci,2015,38:637-658.
- Jia XN,Gao ZH,Hu HL.Microglin in depression:current perspectives[J].Sci China Life Sci,2021,64:911-925.
- Qin TT,Hung RY,Xie HX,et al.Antidepressant effect and mechanism of essential oil from Schizonepeta tenuifolia based on NLRP3/pyroptosis pathway[J].Chin Tradit Herb Drugs(中草药),2023,54:3878-3886.
- Li CF.Effects of Huangqin and Acorus on learning and memory behaviors in depressive model mice and expression of TLR4,NF- κ B,and 5-HT in the hippocampus[D].Tangshan:North China University of Science and Technology(华北理工大学),2023.

(下转第327页)



ISSN 1001-6880





基于大数据的大学生心理危机预警与干预机制研究

杨柳清

漯河职业技术学院

摘要：大学生心理危机问题给身心健康以及未来发展都带来了负面影响，在大学生心理危机应对中应用大数据技术，有利于全面把握学生心理危机现状，推进学生心理危机问题研究，服务学校心理危机干预决策。高校应基于大数据技术，通过多维数据采集、数据预处理与心理档案系统建设、危机预警模型开发、报告生成与学生画像构建大学生心理危机预警机制，形成线上、线下相结合干预机制，提高大学生心理危机应对能力，为大学生的身心健康与全面发展保驾护航。

关键词：大学生；心理危机；大数据；预警；干预；心理健康教育；

来源数据库： 基础教育

分类号： G448

在线公开时间： 2025-11-27 14:24 (知网平台在线公开时间, ₃₂不代表文献的发表时间)

基于大数据的大学生心理危机预警与干预机制研究

杨柳清

(漯河职业技术学院, 河南 漯河 462000)

摘要: 大学生心理危机问题给身心健康以及未来发展都带来了负面影响, 在大学生心理危机应对中应用大数据技术, 有利于全面把握学生心理危机现状, 推进学生心理危机问题研究, 服务学校心理危机干预决策。高校应基于大数据技术, 通过多维数据采集、数据预处理与心理档案系统建设、危机预警模型开发、报告生成与学生画像构建大学生心理危机预警机制, 形成线上、线下相结合干预机制, 提高大学生心理危机应对能力, 为大学生的身心健康与全面发展保驾护航。

关键词: 大学生; 心理危机; 大数据; 预警; 干预; 心理健康教育

中图分类号: G444 **文献标志码:** A **文章编号:** 1008-3561 (2025) 31-0041-04

心理危机指个体心理平衡被打破, 继而出现情绪、认知和行为等方面紊乱的特殊心理状态^[1]。研究显示, 大学生心理危机主要包括成才性危机、境遇性危机、存在性危机、病理性危机四种类型^[2]。不同类型的心理危机有不同的特征、心理反应以及行为表现。心理危机严重影响大学生的学习、成长与发展, 做好大学生心理危机的应对, 已成为新时期高等教育的重点任务。传统的心理危机应对方式, 存在很大的局限性, 不仅难以精准识别大学生心理危机, 也无法及时、有效干预大学生心理危机。在数字技术不断发展与广泛应用的今天, 数据总量爆炸式增长。大数据以海量数据为分析对象, 能够通过多元化的分析工具, 充分挖掘数据价值, 在大学生心理危机应对中有着广阔的应用空间^[3]。因此, 高校要构建基于大数据的大学生心理危机预警与干预机制, 提高大学生心理危机应对水平, 为大学生的身心健康与全面发展保驾护航。

一、大数据在大学生心理危机应对中的作用

1. 全面把握学生心理危机现状

对学生心理危机现状的全面把握, 是高校心理危机应对的前提。大数据能从两个方面, 促进学校对学生心理危机现状的把握。第一, 基于多渠道数据的心理危机分析。大数据具有强大的数据采集与

整合能力, 能够依据社交媒体、医疗记录、心理健康热线记录、学校和工作场所数据, 把握学生的心理状态和行为模式。第二, 基于数据更新的心理动态监测。学生的心理状态处于动态变化中, 大数据能够严密监测学生的心理动态, 并根据学生心理动态的变化, 研判学生心理危机的发生概率, 为心理危机的应对提供支持。

2. 推进学生心理危机问题研究

大数据对于学生心理危机问题的深化研究有着重要的作用。大学生心理危机的形成, 受到多方面因素的影响。例如, 受学习成绩不理想、家庭条件不佳或者体型外貌等因素的影响, 一些大学生存在着自卑情绪, 不愿与其他人交往, 对集体活动的参与热情也不高。大数据为深入研究心理危机的发生机制提供了丰富的数据资源和强大的分析工具, 有助于学校多维把握学生心理危机出现的因素, 以采取防范措施, 推动心理危机应对从事后干预向事前防控转变。

3. 服务学校心理危机干预决策

新形势下, 大学生心理危机爆发率提高, 对高校心理危机干预能力提出了更高的要求。通过大数据, 高校能够构建心理危机预警模型, 通过对相关维度、指标的监测, 预测学生心理危机发生的概率, 并根据预测结果, 提前采取措施^[4]。决策的科学性, 对心理危机干预效果有着重要的影响。受信息不对称的影响, 高校心理危机应对中易出现决策不科学的问题。通过大数据, 高校能够模拟不同干预措施

收稿日期: 2025-06-05

作者简介: 杨柳清 (1998-), 女, 河南漯河人, 硕士研究生, 助教, 从事心理健康教育研究。

的心理危机干预效果，选择最佳的干预措施。

二、基于大数据的大学生心理危机预警机制构建策略

1. 多维数据采集

数据采集是基于大数据的大学生心理危机预警机制构建的先决条件。数据采集是否全面、准确、及时，对大数据的应用效果有着直接的影响，因此高校要做好多维数据采集工作。第一，多维来源数据采集。学生心理健康状况的数据涵盖学习行为数据、宿舍生活数据、健康监测数据等多个类别。不同类别的数据，在学生心理危机预警中发挥着不同的作用。以学习行为数据为例，课堂出勤率、作业完成质量、学业成绩等，不仅能够反映学生的学习状态，也是评估其心理健康水平的重要依据。应紧扣大学生心理危机预警的需求，以“应采尽采”为基本原则，通过多维来源数据采集，最大限度消除数据采集的漏洞、死角。第二，多维类型数据采集。数据主要包括结构化数据、半结构化数据、非结构化数据三类。传统的数据采集技术仅能采集结构化数据，很容易导致数据采集不够全面，给数据分析结果的准确性带来了负面影响。大数据不仅能够采集结构化数据，也能采集半结构化数据、非结构化数据，突破了传统数据技术的不足，为基于全样本数据的大学生心理危机预警提供了有力的支持。应充分发挥大数据在不同类型数据采集中的作用，通过数据类型的丰富与全样本数据库的构建，为数据分析创造条件。第三，多维方法数据采集。数字时代，以微信、抖音、微博等为代表的新媒体，已经深深嵌入社会大众的生活中。大学生是社交媒体的深度使用者，经常在社交媒体上以文字、图片或视频的形式，记录生活，表达思想。因此，高校应积极利用云技术、网络爬虫等新技术，丰富和完善数据采集方法，通过多源数据关联，拓展数据采集的广度，使数据采集的技术手段更为多样^[5]。

2. 数据预处理与心理档案系统建设

多维采集而来的数据中，存在大量的“脏数据”，如重复数据、错误数据、不完整数据、不一致数据等，这些数据会影响分析结果，不利于大学生心理预警机制的构建。高校应在数据采集的基础上，做好数据预处理，并开发心理健康数据系统。第一，提高数据标准化程度。标准化程度不高，是大学生

心理健康数据常见的问题，成因包括数据采集缺乏统一规范、数据表示形式不规范、数据分类与编码缺乏标准等。高校应构建覆盖全校的数据字典(Data Dictionary)以及元数据管理规则，统一心理健康各术语及字段定义，提高数据标准化程度。第二，做好异常数据识别与数据修复。从异常数据识别的角度而言，机器学习模型的发展，为异常数据的识别提供了有利的条件。可将自然语言处理技术嵌入到数据采集模型中，利用自然语言处理技术来解析系统中的非结构化数据，并通过机器学习模型来识别数据中的异常值。第三，搭建心理健康数据系统。依据大学生心理危机的类型与成因，可将心理健康数据分为学业表现、心理咨询记录、健康监测数据、社交互动数据以及行为模式数据五个维度。每个维度都应有具体指标及备注，如心理咨询记录维度指标主要有心理咨询的内容、心理咨询的次数、心理咨询的频率、心理测试的结果等，备注则为心理变化的追踪与潜在心理危机的识别^[6]。

3. 危机预警模型开发

预警模型的开发，是基于大数据的大学生预警机制构建的核心环节。时序分析、聚类分析、偏差分析、相关分析等工具，均在大学生心理危机预警机制的构建中有独特的应用价值。高校应充分发挥各类工具的作用，开发多元化的心理危机预警模型^[7]。第一，开发时序分析预警模型。对大学生心理危机预警而言，时序分析能够在海量历史数据分析的基础上，预测学生心理健康状况的演化。例如，可利用LSTM神经网络，在历史数据采集的基础上，开发基于时序分析的预警模型。第二，开发聚类分析预警模型。聚类分析以数据样本间关联的度量标准为依据，将数据样本划分为多个群组，使同一个群组内的数据具有高度的相似性。聚类分析中，群组内数据相似性越高且组间数据差异性越大，则聚类越好。可采用K-means等算法，开发聚类分析预警模型，这就能根据数据所处的簇，研判学生的心理健康风险，实现心理危机预警的目标。

4. 报告生成与学生画像

大学生心理危机报告，既是反馈当前大学生心理健康状况的重要载体，又能为高校心理危机干预工作的开展提供参考。高校要在学生心理健康数据分析的基础上，利用大数据生成直观的心理危机预

警报告。学生的心理健康状况有很大差异,精准干预是破解大学生心理危机的有效方式。高校要结合大数据的结果,为学生画像,推动心理危机干预从无差别干预向精准干预转变^[8]。第一,生成高质量的心理危机预警报告。应从格式、内容两个方面,做好心理健康报告的撰写。在格式方面,心理危机预警报告要包含预警背景、预警范围、预警目标、预警方法、预警结果、预警意见与建议等要素;在内容方面,心理危机预警报告要涵盖总体心理健康状况概述、心理健康影响因素分析、心理健康问题聚类分析、心理危机干预建议等模块。第二,学生画像。学生画像即基于学生心理健康数据构建的标签化模型,用于精准描述学生心理危机的特征与干预需求。基于大数据的学生画像,能够相对精准地呈现学生的心理健康状况,为心理危机的预警以及干预提供参考。应根据心理健康数据,从学习心理、情绪状态、社交能力、行为习惯等方面,为学生画像。

三、基于大数据的大学生心理问题干预机制构建策略

1.线上干预机制

线上干预是数字时代大学生心理危机干预的新形势,具有时效性强、隐私保护效果佳等特点。高校应从以下两个方面构建基于大数据的心理危机线上干预机制。第一,发挥好人工智能的干预作用。应搭建基于大数据的人工智能心理危机干预系统,结合心理危机预警报告以及学生画像,为学生提供针对性的心理危机干预策略^[9]。生成式人工智能能在海量数据学习与训练的基础上,掌握数据的模式、规律、语义等信息,并根据输入的数据、指令或任务,生成多模态内容,如文本、图像、音频、视频等,在学生心理危机的干预中具有广阔的应用空间^[10]。可引导学生利用生成式人工智能获取帮助,发挥生成式人工智能在学生心理危机化解中的作用。第二,利用好数字心理平台。数字心理平台作为医疗数字化的产物,具有心理危机线上干预的功能,也具有心理健康宣教、精神心理问题研究等功能。例如,“好心情”平台在成立初期以资源整合为主要工作,获得了大量精神心理问题领域的临床医疗资源,并吸引超万名医生入驻。2018年,“好心情”平台获得互联网医院牌照,顺利完成数字化诊疗闭环,并加强了智能诊疗体系的研发,构建了线上线下一体化的

诊疗体系。2021年,“好心情”平台入选北京市社会心理工作联合会会员单位,并深度参与到北京社会心理服务中心站建设中,影响力进一步提升。2022年,“好心情”平台承担国家层面的“5G+医疗健康应用试点”项目。当前,“好心情”平台已经作为精神心理医疗和健康的数字化解决方案平台,在以数字化精神心理服务模式解决用户精神心理问题中发挥着重要的作用。应将数字心理平台作为大学生心理危机干预的重要载体,引导存在心理危机的学生,注册平台账号,获取专业化的帮助。

2.线下干预机制

基于大数据的大学生心理危机预警机制的构建,为心理健康课程教师、班主任、辅导员等把握学生的心理健康状况提供了支持,也为心理危机线上干预的深入开展创造了良好的条件。高校应围绕心理健康教育、心理危机干预等方面,构建线下干预机制。第一,提高心理健康教育开展水平。心理危机预警机制能够从宏观层面展现学生心理健康问题水平。教师要根据学生总体的心理健康状况以及高发性的心理危机,做好心理健康课程教学的系统规划与安排,强化心理健康教育的针对性。学校要积极打造心理健康精品课程,发挥好心理健康课程在保障学生心理健康中的基础性作用。同时,构建大心理健康教育格局,引导其他课程教师,如专业课程、公共必修课程教师,发掘课程中的心理健康教育元素,构建各门课程同向同行的心理健康教育机制。第二,开设专门的心理咨询室。心理危机会损害大学生的心理健康,导致大学生被焦虑、紧张、孤独、苦闷等负面情绪环绕,并对大学生的学习、生活产生不良影响。例如,焦虑和恐慌会导致入睡困难、睡眠时间减少、睡眠质量下降等,而长期的失眠会导致记忆功能衰退、学习能力下降。心理问题不仅会损害青少年的心理健康,也会危害青少年的身体健康。研究表明,心理问题会导致一系列症状,如胸闷、心悸、血压不稳定等心血管系统症状,便秘、腹泻、胃部闷胀等消化系统症状,颈肩部肌肉紧张、腰痛等运动系统症状。在大学生心理危机日益严峻的今天,做好学生心理危机干预,成为维持学生心理健康的必然要求。负面情绪得不到及时疏导,是学生心理危机越来越严重的主要因素。学校应开设专门的心理咨询室,由心理健康课程教师或校外心理

医生作为咨询室负责人，为学生提供线下、线上心理咨询服务。教师要提高自身的心理危机干预能力，根据学生心理危机的表现、程度、成因等，采取针对性的干预措施，帮助学生解决心理危机。例如，沮丧、孤独、焦虑等心理问题，在大学生中并非个案。教师可根据聚类分析的结果，将心理危机相似的学生组织起来，推行团体干预法，以专业的心理指导和同伴间的心理扶持，帮助学生解决心理问题。第三，多主体协同参与。大学生心理危机的干预是一项高度复杂的工作，仅凭学校，难以有效实现化解大学生心理危机的目标，因此要构建多主体协同参与的心理危机干预机制。学校层面要将心理危机干预纳入到校企合作框架中，发挥好企业在学生心理危机干预中的作用。主流媒体具有一般媒体难以比拟的权威地位和特殊影响，不仅具有新闻报道的功能，更肩负着传播社会主流意识形态与主流价值观的重要责任，因此要关心大学生心理健康，并以各种方式介入到大学生心理危机的干预中，如开办心理健康专题栏目，邀请心理健康领域的专家、学者讲解心理调节方法。

四、结语

综上所述，心理危机严重影响大学生的学习、成长与发展，做好大学生心理危机的预警与干预，是新时期高等教育的重点任务。高校要深刻认识到

大数据在大学生心理危机预警与干预中的作用，围绕多维数据采集、数据预处理与心理档案系统构建、危机预警模型开发、报告生成与学生画像，构建心理危机预警机制，并从线上、线下两个维度，制定好干预措施。

参考文献：

- [1]蔡智勇.精神分析视域下大学生心理危机预防与干预策略研究[J].江苏高教,2022,262(12):132-138.
- [2]丁凌,陈金波,杜德健.大学生心理危机类型及干预策略探究[J].广西教育,2024(12):92-96.
- [3]程剑光.大数据视域下辅导员应对大学生心理危机研究[J].淮南职业技术学院学报,2023,23(01):56-58.
- [4]毕会东,朱亚.“三全育人”视角下大学生心理危机识别、动态监测及干预体系构建[J].吉林广播电视大学学报,2023(05):99-101.
- [5]梁黛婧.大数据驱动的大学生心理危机干预“校—家—社”协同机制研究[J].教育观察,2023,12(32):7-10.
- [6]王元,韩萌萌.大学生心理危机干预体系策略研究[J].湖北开放职业学院学报,2023,36(19):51-53.
- [7]唐雁,李雪,张津凡.大数据时代大学生的心理危机防范与快速反应机制[J].沈阳大学学报:社会科学版,2022,24(05):532-541.
- [8]张姿,肖建卫,周秀艳.基于“00后”大学生群体心理画像的教育对策研究[J].教育教学论坛,2024(20):49-53.
- [9]周俊.大学生心理危机协同干预机制构建路径[J].大学教育,2022(06):21-23.
- [10]童仁杰,汪维富,钟志贤,等.生成式人工智能赋能学生心理健康教育的实践策略探索[J].中小学心理健康教育,2025(02):4-7.

Research on the Mechanism of Psychological Crisis Warning and Intervention for College Students Based on Big Data

Yang Liuqing

(Luohe Vocational and Technical College, Luohe 462000, China)

Abstract: The psychological crisis of college students has brought negative impacts on their physical and mental health as well as future development. The application of big data technology in college students' psychological crisis response is conducive to comprehensively grasping the current situation of students' psychological crisis, promoting research on students' psychological crisis issues, and serving the school's psychological crisis intervention decision-making. Colleges and universities should use big data technology to establish a psychological crisis warning mechanism for college students through multidimensional data collection, data preprocessing, psychological archive system construction, crisis warning model development, report generation, and student profiling. This will form a combination of online and offline intervention mechanisms, improve college students' ability to cope with psychological crises, and safeguard their physical and mental health and comprehensive development.

Key words: college students; psychological crisis; big data warning; intervention; psychological health education

目 录

（一）河南省教育厅：河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教 学改革构建“12345”融合式育人新模式·····	2
（二）河南高教报道：河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教 学改革构建“12345”融合育人新模式·····	3
（三）河南教育宣传网：河南质量工程职业学院：深化心理健康教育 教学改革构建“12345”融合育人新模式·····	4
（四）学习强国平台河南教育报刊社：河南质量工程职业学院创新心 理健康教育万余名学生受益“12345”育人模式·····	5
（五）教师人才网报道：河南质量工程职业学院：深化心理健康教育 教学改革构建“12345”融合式育人新模式·····	6
（六）河南高校资讯网：河南质量工程职业学院：深化心理健康教育 教学改革构建“12345”融合式育人新模式·····	7
（七）中华教育新闻网报道：河南质量工程职业学院：深化心理健康 教育教学改革构建“12345”融合式育人新模式·····	8
（八）学习强国平顶山学习平台平顶山日报传媒集团：河南质量工程 职业学院创新心理健康教育万余名学生受益“12345”育人模式···	9
（九）中关村经济发展网报道：河南质量工程职业学院：深化心理健 康教育教学改革构建“12345”融合式育人新模式·····	10
（十）新闻 100 度报道：河南质量工程职业学院：深化心理健康教 育教学改革构建“12345”融合式育人新模式·····	11
（十一）河南质院：构建“12345”融合式育人新模式·····	12



您好,今天是2025年10月17日,欢迎访问中共河南省委教育工委、河南省教育厅网站!

价 首页 > 教育动态 > 高校动态 > 正文

河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教学改革构建“12345”融合式育人新模式

2025-07-18 11:43 【浏览字号：大中小】 来源：教育厅新闻办

近年来,河南质量工程职业学院积极响应国家号召,针对当前高职生群体普遍存在的心理问题,启动心理健康教育教学改革项目:“12345”融合式教学新模式,为高职心理健康教育探索创新之路。

聚焦“12345”模式,构建融合式教学新体系

心理课堂教学是高校心理育人的主渠道,要发挥其积极作用,从根源上提升教育实效性,让每一位学生都能以积极心态面对人生。教学改革以积极心理学为导向,以塑造学生积极人格为核心,创新性提出“12345”融合式教学新模式,实现从“知识传授”到“素质养成”的全面升级。

围绕1个中心:始终以“塑造学生积极心理品质为出发点,摒弃传统“问题导向”的教育思路,转向培养学生的心理韧性 with 成长动力。

实现2大融合:打破课堂与生活的界限,将心理知识融入日常实践;打通线上与线下渠道,通过云端课程、线下活动联动,让学习无处不在。

衔接3个环节:构建“课前知识讲授—课中体验教学—课后专项训练”的闭环链条,课前通过微课引导自主学习,课中以情景模拟、团体辅导强化体验,课后依托训练营的实践任务巩固效果。

设置4大成长模块:按照“自我适应—自我探索—自我管理—自我成长”的逻辑设计课程内容,从入学适应到职业规划,全面覆盖高职生成长关键节点。

达成5项素质目标:通过系统学习,帮助学生培养积极情绪、专注当下体验、发展自我优势、建立积极关系、追寻人生意义,最终实现积极心理品质“五达标”。

破解痛点难题,助力学生全面成长

针对当前高职心理健康教育中“学习浅层化”“内容脱离生活”等突出问题,该校在改革中提出针对性解决路径:一方面,运用深度学习理论,通过拉长学习周期、丰富学习形式(如线上讨论、线下实践、朋辈互助等),引导学生从被动接受转向主动探究;另一方面,立足高职生特点重构课程内容,突出“实践性”与“个性化”,学生结合自身特点加入不同主题的训练营,通过21天的持续训练,实现自我改变。

教学改革实施三年多来,河南质量工程职业学院心理健康教育课程实现了“知识学习+心理体验+行为训练”的深度融合,不仅丰富了教学案例、创新教学模式,更能切实提升了学生的心理素质。项目启动后有上万名学生在课余时间进入不同的训练营进行训练,学到了调适技能,解决了自己的问题,更是在实践中培养了积极心态。

(河南质量工程职业学院供稿)

打印

关闭

河南职业技术学院:深化职业教育供给侧改革推动职业教育高质量发展
河南质量工程职业学院被命名为“全国中小学质量教育社会实践基地”

2023-02-24 11:33:24

2013-12-07 09:58:03

· 鹤壁汽车工程职业学院人文素质实训式教育成效显著

2013-11-27 11:15:18

· 河南省教育厅关于公布2021年河南省职业教育教学改革研究与实践项目立项项目的通知

2021-12-24 13:41:28



关于我们 | 教育厅方位图 | 联系我们

版权所有:河南省教育厅地址:郑州市郑东新区正光路11号

政府网站标识码:450016 豫公网安备:41011201101011025

Copyright © 2025 jythenan goucn All Rights Reserved



河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教学改革构建“12345”融合育人新模式

高教新闻，看 → 河南高教 2025年7月21日08:03 河南

识别右侧二维码，回复“**期刊投稿**”
获取《河南教育》(高等教育)杂志
投稿方式及须知。

扫码查看更多



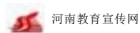
近年来，河南质量工程职业学院积极响应国家号召，针对当前高职生群体普遍存在的心理问题，启动心理健康教育教学改革项目：“12345”融合式教学新模式，为高职心理健康教育探索创新之路。

聚焦“12345”模式，构建融合式教学新体系

心理课堂教学是高校心理育人的主渠道，要发挥其积极作用，从根源上提升教育实效性，让每一位学生都能以积极心态面对人生。教学改革以积极心理学为导向，以塑造学生积极人格为核心，创新性提出“12345”融合式教学新模式，实现从“知识传授”到“素质养成”的全面升级。

围绕1个中心：始终以“塑造学生积极心理品质”为出发点，摒弃传统“问题导向”的教育思路，转向培养学生的心理韧性与成长动力。

实现2大融合：打破课堂与生活的界限，将心理知识融入日常实践；打通线上与线下渠道，通过云端课程、线下活动联动，让学习无处不在。



近年来，河南质量工程职业学院积极响应国家号召，针对当前高职生群体普遍存在的心理问题，启动心理健康教育教学改革项目：“12345”融合式教学新模式，为高职心理健康教育探索创新之路。

聚焦“12345”模式，构建融合式教学新体系

心理课堂教学是高校心理育人的主渠道，要发挥其积极作用，从根源上提升教育实效性，让每一位学生都能以积极心态面对人生。教学改革以积极心理学为导向，以塑造学生积极人格为核心，创新性提出“12345”融合式教学新模式，实现从“知识传授到素质养成”的全面升级。

围绕1个中心：始终以“塑造学生积极心理品质”为出发点，摒弃传统“问题导向”的教育思路，转向培养学生的心理韧性与成长动力。

实现2大融合：打破课堂与生活的界限，将心理知识融入日常实践；打通线上与线下渠道，通过云端课程、线下活动联动，让学习无处不在。

衔接3个环节：构建“课前知识讲授—课中体验教学—课后专项训练”的闭环链条，课前通过微课引导自主学习，课中以情景模拟、团体辅导强化体验，课后依托训练营的实践任务巩固效果。

设置4大成长模块：按照“自我适应—自我探索—自我管理—自我成长”的逻辑设计课程内容，从入学适应到职业规划，全面覆盖高职生成长关键节点。

达成5项素质目标：通过系统学习，帮助学生培养积极情绪、专注当下体验、发展自我优势、建立积极关系、追寻人生意义，最终实现积极心理品质“五达标”

破解痛点难题，助力学生全面成长

针对当前高职心理健康教育中“学习浅层化—内容脱离生活”等突出问题，该校在改革中提出针对性解决路径：一方面，运用深度学习理论，通过拉长学习周期，丰富学习形式（如线上讨论、线下实践、朋辈互助等），引导学生从被动接受转向主动探究；另一方面，立足高职生特点重构课程内容，突出“实践性”与“个性化”，学生结合自身特点加入不同主题的训练营，通过21天的持续训练，实现自我改变。

教学改革实施三年多来，河南质量工程职业学院心理健康课程实现了“知识学习+心理体验+行为训练”的深度融合，不仅丰富了教学案例、创新教学模式，更能切实提升了学生的心理素质。项目启动后有上万名学生在课余进入不同的训练营进行训练，学到了调适技能，解决了自己的问题，更是在实践中培养了积极心态。

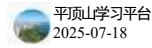
来源：河质量工程职业学院
责任培训：李达时高望

提醒

本文为强国号发布的内容，

河南质量工程职业学院创新心理健康教育万余名学生受益“12345”育人模式

田 地方平台发布内容



平顶山学习平台
2025-07-18

+ 订阅

作者: 何记元郝梅

近年来,河南质量工程职业学院深耕心理健康教育领域,其创新的“12345”融合式育人模式已惠及万余名在校学生。这一改革以积极心理学为理论基础,针对高职学生心理特点构建全方位、多层次的育人体系,为高职院校心理健康教育工作提供了可借鉴的实践经验。

聚焦“12345”模式,构建融合式教学新体系。心理课堂教学是高校心理育人的主渠道,要发挥其积极作用,从根源上提升教育实效性,让每一位学生都能以积极心态面对人生。以积极心理学为导向,以塑造学生积极人格为核心,该校创新性提出“12345”融合式教学新模式,实现从“知识传授”到“素质养成”的全面升级。

围绕1个中心:始终以“塑造学生积极心理品质”为出发点,摒弃传统“问题导向”的教育思路,转向培养学生的心理韧性与成长动力。

实现2大融合:打破课堂与生活的界限,将心理知识融入日常实践;打通线上与线下渠道,通过云端课程、线下活动联动,让学习无处不在。

衔接3个环节:构建“课前知识讲授—课中体验教学—课后专项训练”的闭环链条,课前通过微课引导自主学习,课中以情景模拟、团体辅导强化体验,课后依托训练营的实践任务巩固效果。

设置4大成长模块:按照“自我适应—自我探索—自我管理—自我成长”的逻辑设计课程内容,从入学适应到职业规划,全面覆盖高职生成长关键节点。

达成5项素质目标:通过系统学习,帮助学生培养积极情绪、专注当下体验、发展自我优势、建立积极关系、追寻人生意义,最终实现积极心理品质“五达标”。

破解痛点难题,助力学生全面成长。针对当前高职心理健康教育中“学习浅层化”“内容脱离生活”等突出问题,该校在改革中提出针对性解决路径:一方面运用深度学习理论,通过拉长学习周期、丰富学习形式(如线上讨论、线下实践、朋辈互助等),引导学生从被动接受转向主动探究;另一方面立足高职生特点重构课程内容,突出“实践性”与“个性化”,学生结合自身特点加入不同主题的训练营,通过21天的持续训练,实现自我改变。

经过三年多的实践探索,该改革项目已取得显著成效。数据显示,参与该项目的万余名学生中,绝大多数掌握了基本的心理调适技能,能够有效应对学习生活中的心理困扰。学生们在参与过程中培养了积极乐观的心态,为未来的职业发展和人生成长奠定了良好基础。这一创新实践不仅提升了学校心理健康教育水平,也为同类院校提供了可复制的经验,在推进“健康中国”建设进程中贡献了高职教育的力量。(平顶山日报记者付纪元通讯员郝梅)

(原载于2025年7月18日《平顶山日报》7版)

来源:平顶山日报
作者单位:平顶山日报社河南质量工程职业学院
责任编辑:吴怡源刘丽时运量

提醒

本文为地方平台发布的内容

请输入关键字

搜资讯

河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教学改革构建“12345”融合式育人新模式

来源：河南省教育厅新闻办 日期：2025-07-18 浏览133次

近年来，河南质量工程职业学院积极响应国家号召，针对当前高职生群体普遍存在的心理问题，启动心理健康教育教学改革项目：“12345”融合式教学新模式，为高职心理健康教育探索创新之路。

聚焦“12345”模式，构建融合式教学新体系

心理课堂教学是高校心理育人的主渠道，要发挥其积极作用，从根源上提升教育实效性，让每一位学生都能以积极心态面对人生。教学改革以积极心理学为导向，以塑造学生积极人格为核心，创新性提出“12345”融合式教学新模式，实现从“知识传授”到“素质养成”的全面升级。

围绕1个中心：始终以“塑造学生积极心理品质”为出发点，摒弃传统“问题导向”的教育思路，转向培养学生的心理韧性与成长动力。

实现2大融合：打破课堂与生活的界限，将心理知识融入日常实践；打通线上与线下渠道，通过云端课程、线下活动联动，让学习无处不在。

衔接3个环节：构建“课前知识讲授—课中体验教学—课后专项训练”的闭环链条，课前通过微课引导自主学习，课中以情景模拟、团体辅导强化体验，课后依托训练营的实践任务巩固效果。

职业指导

面试宝典

劳动法苑

推荐资讯

- 山东省临沂市河
- 河北省承德县2
- 山东省临沭县教
- 北京市昌平区教
- 成都市青羊区2

河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教学改革构建“12345”融合式育人新模式

来源：河南高校资讯网 时间：2025-07-11

本网近年来，党和国家对学生心理健康的重视程度持续提升，这不仅是国家战略的呼唤，更是我们教育工作者面临的紧迫课题。作为高等教育的重要组成部分，高职院校学生的心理健康状况尤为引人关注。他们是未来产业发展的生力军，其心理健康不仅关乎个体成长，更直接影响校园和谐与社会发展。

正是基于这样的背景和需求，河南质量工程职业学院积极响应国家号召，针对当前高职生群体普遍存在的心理问题，启动了一项意义深远的心理健康教育教学改革项目：“12345”融合式教学新模式，旨在为新时代高职心理健康教育探索出一条创新之路。

政策现实双驱动，课程教学改革势在必行。从政策层面看，国家“十四五”规划、党的二十大报告及“健康中国2030”规划纲要均明确提出“重视心理健康和精神卫生”，2023年教育部更是专门发文强调“结合类型教育深化心理健康教育改革”，为高职院校心理健康教育工作指明了方向。现实背景来看，三年疫情叠加社会转型，心理健康问题已成为全球性挑战。数据显示，全球新增抑郁症、焦虑症患者达1.6亿人，我国抑郁症患者中大学生占比34%，而高职生作为河南省高等教育最大群体（2023年已超本科生8万人），其心理问题尤为突出：自卑迷茫、人际敏感等现象普遍存在，每年心理预警学生占比超40%。然而，传统心理健康课程对高职生针对性不足、教学模式单一，难以满足学生个性化成长需求。

该校项目负责人表示：“心理课堂教学是高校心理育人的主渠道，要发挥其积极作用，从根源上提升教育实效性，让每一位学生都能以积极心态面对人生。”

取住“1224F”君式 均建动△ 学新仕亥 某N 和奶。、理学头导向 N 朔造学牛和奶人



专题报道



河南医学高等专科学校党员干
为扎实推进深入贯彻中央八项
学习教育走深走实，全面落实高校领地



周口职业技术学院召开2024年
本网6月28日上午，周口职业
在开元校区第六会议室召开2024年



河南交通职业技术学院组织召开
6月13日上午，学校在航海路校
工作现场会。工会主席朱学军出席并

最新发布

- “五个突出”靶向发力精准施策提质增效——河南职
- 河南质量工程职业学院 · 深化心理健康教育教学改革



- 首页
- 新闻中心
- 幼儿教育
- 教育展会
- 教育人物
- 教育商机
- 英语教育
- 辅导教育
- 社会新闻
- 综合教育

当前位置: 网站首页>新闻中心>正文

河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教学改革构建“12345”融合式育人新模式

作者: 中华教育 日期: 2025-07-11 23:19:20 分类: 新闻中心

本网讯近年来, 党和国家对学生心理健康的重视程度持续提升, 这不仅是国家战略的呼唤, 更是我们教育工作者面临的紧迫课题。作为高等教育的重要组成部分, 高职院校学生的心理健康状况尤为引人关注。他们是未来产业发展的生力军, 其心理健康不仅关乎个体成长, 更直接影响校园和谐与社会发展。

正是基于这样的背景和需求, 河南质量工程职业学院积极响应国家号召, 针对当前高职生群体普遍存在的心理问题, 启动了一项意义深远的心理健康教育教学改革项目: “12345”融合式教学新模式, 旨在为新时代高职心理健康教育探索出一条创新之路。

政策现实双驱动, 课程教学改革势在必行。从政策层面看, 国家“十四五”规划、党的二十大报告及“健康中国2030”规划纲要均明确提出“重视心理健康和精神卫生”, 2023年教育部更是专门发文强调“结合类型教育深化心理健康教育改革”, 为高职院校心理健康教育工作指明了方向。现实背景来看, 三年疫情叠加社会转型, 心理健康问题已成为全球性挑战。数据显示, 全球新增抑郁症、焦虑症患者达1.6亿人, 我国抑郁症患者中大学生占比34%, 而高职生作为河南省高等教育最大群体(2023年已超本科生8万人), 其心理问题尤为突出: 自卑迷茫、人际敏感等现象普遍存在, 每年心理预警学生占比超40%。然而, 传统心理健康课程对高职生针对性不足、教学模式单一, 难以满足学生个性化成长需求。

该校项目负责人表示: “心理课堂教学是高校心理育人的主渠道, 要发挥其积极作用, 从根源上提升教育实效性, 让每一位学生都能以积极心态面对人生。”

聚焦“12345”模式, 构建融合式教学新体系。本次改革以积极心理学为导向, 以塑造学生积极人格为核心, 创新性提出“12345”融合式教学新模式, 实现从“知识传授”到“素质养成”的全面升级。

围绕1个中心: 始终以“塑造学生积极心理品质”为出发点, 摒弃传统“问题导向”的教育思路, 转向培养学生的心理韧性与成长动力。

实现2大融合: 打破课堂与生活的界限, 将心理知识融入日常实践; 打通线上与线下渠道, 通过云端课程、线下活动

最近发表

“铝”你食光团队创新铝卖行业“长”途运输痛点

从成都春熙路到东京新宿: 产业链, 帝京日语如何打道断点”闭环?

立足地域服务地方, 汝州目力建设高水平陶瓷专业群

三维融合促教改, 思政教育职业学院打造高职课程用

郑州经贸学院与浙江大学成战略合作

十年深耕医疗科技康飞丹构医疗服务新生态

艾默康医疗: 以全链创新与能医疗健康高质量发展

想系统学美甲但怕技术过时都美甲培训学校一家深度解就业

2026美甲培训机构解析: 考证权威, 大华如何定义职标准

夯实内容优势, 拓展教育幼酷酷学以互动赋能成长



学习强国、平顶山日报：河南质量工程职业学院创新心理健康教育

7月18日，学习强国平台，《平顶山日报》对我校心理健康教育“12345”育人模式进行了报道，全文如下



河南质量工程职业学院创新心理健康教育万余名学生受益
“12345”育人模式

外即构 u 一 和 5 ,rem i,
浙 需 瑞 9 , 粉 聘 %

配 用 大 款 步 移 - DE-S 册 - 14 ...
p9.

达sere 红世与，#Y 培列相者，断下体8境当 抽国关画人
的 五

二跳，助力上 格nc位中学三化Wa ，在

古的埠练 前 7 . 制 2 码 ， te ，

三年 E.8e 相 或 2 . 自 ， h 出?生中，画大移高本据了

断 建 故 中MT 断叙有力。(P90山目罪业名付 然 加)
(20257P884年 刷面



近年来，河南质量工程职业学院深耕心理健康教育领域，其创新性的“12345融合式育人模式”已惠及万余名在校学生，这一改革以积极心理学为理论基础，针对学习心理特点构建全方位、多层次的育人体系，为高职院校心理健康教育工作提供了可借鉴的实践经验。聚焦“12345”模式，构建融合式教学新体系。心理课堂教学是高校心理育人的主渠道，要发挥其“根”作用，从源头上提升教育实效性，让每一位学生都以积

升级。

围绕1个中心：始终以“塑造学生积极心理品质”为出发点，摒弃传统“问题导向”的教路思路，转向培养学生的心理韧性与成长动力。

实现2大融合：打破课堂与生活的界限，将心理知识融入日常实践；打通线上与线下渠道，通过云端课程，线下活动联动，让学习无处不在。

衔接3个环节：构建“前90分钟讲授—课中体验教学—课后专项训练”的闭环链条，课前通过的课引自主学习，课中以情境模拟、团体化体验，课后依托训练的实践任务巩固效果

设置4大成长模块：按照“自我适应—自我探索—自我管理—自我成长”的漫画设计课程内容，从入学适应到职业规划，全面覆盖学生成长关键节点。

达成5项素质目标：通过系统学习，帮助学生培养积极情绪，专注当下体验，发展自我优势、建立积极关系、追寻人生意义，最终实现积极心理品质“五达

破解难点难题，助力学生全面成长，针对当前高职心理健康教育中“学习原化”“内容脱离生活”等突出问题，该校在改革中提出针对性解决路径：一方面运用深度学习理论，通过拉长学习周期、丰富学习形式(如线上讨论、线下实践、朋辈互助等)，引导学生从被动接受转向主动探究；另一方面立足高职生特点重构课程内容，突出“实践性”与“个性化”，学生结合自身特点加入不同主题的营，通过21天的跨练，实现自我改变

经过三年多的实践探索，该改革项目已取得显著成效。数据显示，参与该项目的万余名学生中，绝大多数掌握了基本的心理测评技能，能够有效应对学习生活中的心理困扰，学生们在参与过程中培养了积极乐观的心态，为未来的职业发展和人生成长奠定了良好基础。这一创新实践不仅提升了学校心理健康教育水平，也为同类院校提供了可复制的经验，在推进“健康中国”建设进程中贡献了高职教育的力量。

上一号：网电留校有行：河南质量工程职业学院心理研究中心的学改革 “12345”融合式育人新体

下条体之率 | 《平顶山报》：平西山大紫扬实行动老年教育英雄

河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教学改革构建“12345”融合式育人新模式

来源：中关村经济发展网 日期：2025-07-11 17:15:03

本网讯近年来，党和国家对学生心理健康的重视程度持续提升，这不仅是国家战略的呼唤，更是我们教育工作者面临的紧迫课题。作为高等教育的重要组成部分，高职院校学生的心理健康状况尤为引人关注。他们是未来产业发展的生力军，其心理健康不仅关乎个体成长，更直接影响校园和谐与社会发展。

正是基于这样的背景和需求，河南质量工程职业学院积极响应国家号召，针对当前高职生群体普遍存在的心理问题，启动了一项意义深远的心理健康教育教学改革项目：“12345”融合式教学新模式，旨在为新时代高职心理健康教育探索出一条创新之路。

政策现实双驱动，课程教学改革势在必行。从政策层面看，国家“十四五”规划、党的二十大报告及“健康中国2030”规划纲要均明确提出“重视心理健康和精神卫生”，2023年教育部更是专门发文强调“结合类型教育深化心理健康教育改革”，为高职院校心理健康教育工作指明了方向。现实背景来看，三年疫情叠加社会转型，心理健康问题已成为全球性挑战。数据显示，全球新增抑郁症、焦虑症患者达1.6亿人，我国抑郁症患者中大学生占比34%，而高职生作为河南省高等教育最大群体（2023年已超本科生8万人），其心理问题尤为突出：自卑迷茫、人际敏感等现象普遍存在，每年心理预警学生占比超40%。然而，传统心理健康课程对高职生针对性不足、教学模式单一，难以满足学生个性化成长需求。

该校项目负责人表示：“心理课堂教学是高校心理育人的主渠道，要发挥其积极作用，从根源上提升教育实效性，让每一位学生都能以积极心态面对人生。”

聚焦“12345”模式，构建融合式教学新体系。 本次改革以积极心理学为导向，以塑造学

图片新闻



河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教学改革构建“12345”融合式育人新模式
焦桐树下的思政课



河南医专赴夏邑县开展2025年暑期“校地结对帮扶”活动



河南测绘职业学院举行2025年大学生暑期“三下乡”社会实践活动启动仪式



郑州经贸学院参与创作的作品在27届上海国际电影节获奖



郑州经贸学院与河南省女子强制隔离戒毒所共建思想政治教育实践教学基地



> 地方

河南质量工程职业学院：深化心理健康教育教学改革构建“12345”融合式育人新模式

2025-07-11 17:13:35 新闻100度

本网讯近年来，党和国家对学生心理健康的重视程度持续提升，这不仅是国家战略的呼唤，更是我们教育工作者面临的紧迫课题。作为高等教育的重要组成部分，高职院校学生的心理健康状况尤为引人关注。他们是未来产业发展的生力军，其心理健康不仅关乎个体成长，更直接影响校园和谐与社会发展。

正是基于这样的背景和需求，河南质量工程职业学院积极响应国家号召，针对当前高职生群体普遍存在的心理问题，启动了一项意义深远的心理健康教育教学改革项目：“12345”融合式教学新模式，旨在为新时代高职心理健康教育探索出一条创新之路。

政策现实双驱动，课程教学改革势在必行。从政策层面看，国家“十四五”规划、党的二十大报告及“健康中国2030”规划纲要均明确提出“重视心理健康和精神卫生”，2023年教育部更是专门发文强调“结合类型教育深化心理健康教育改革”，为高职院校心理健康教育工作指明了方向。现实背景来看，三年疫情叠加社会转型，心理健康问题已成为全球性挑战。数据显示，全球新增抑郁症、焦虑症患者达1.6亿人，我国抑郁症患者中大学生占比34%，而高职生作为河南省高等教育最大群体（2023年已超本科生8万人，其心理问题尤为突出：自卑迷茫、人际敏感等现象普遍存在，每年心理预警学生占比超40%。然而，传统心理健康课程对高职生针对性不足、教学模式单一，难以满足学生个性化成长需求。

该校项目负责人表示：“心理课堂教学是高校心理育人的主渠道，要发挥其积极作用，从根源上提升教育实效性，让每一位学生都能以积极心态面对人生。”

热评论

Moi

- > 长城汽车启动“35+计划”
- > 聚光灯下的小米YU7 能否“御而行”
- > 7月份新车发售扎堆新能源SU道
- > 4个G+! 问界M8 斩获2025中智能汽车指数单项最佳
- > 鑫都创始人刘海伟：携“杭州准”，拓展商用灶图景
- > 衡社：承古香文脉，定制专属致

热新闻

- > 给小土豆装上“中国芯”
- > 我科学家首次观测到电场布赖一拉比效应
- > 新方法延长量子电池“寿命”倍
- > 智能机器人自主完成胆囊切除术
- > “太空冰”内部暗藏纳米级结
- > 新活检方法用RNA 识别早期癌

河南质院：构建“12345”融合式育人新模式

近年来，党和国家对学生心理健康的重视程度持续提升，这不仅是国家战略的呼唤，更是我们教育工作者面临的紧迫课题。作为高等教育的重要组成部分，高职院校学生的心理健康状况尤为引人关注。他们作为未来产业发展的生力军，其心理健康不仅关乎个体成长，更直接影响校园和谐与社会发展。

正是基于这样的背景和需求，河南质量工程职业学院积极响应国家号召，针对革项目：“12345融合式教学新模式，旨在为新时代高职心理健康教育探索出一条创

政策现实双驱动，课程教学改革势在必行。从政策层面看，国家十四五”规划、党的二十大报告及“健康中国2030规划纲要均明确提出“重视心理健康和精神卫生，2023年教育部更是专门发文强调结合类型教育深化心理健康教育改革”。为高职院校心理健康教育工作指明了方向，从现实背景来看，三年疫情叠加社会转型，心理健康问题已成为全球性挑战。数据显示，全球新增抑郁症、焦虑症患者达1.8亿人，我国抑郁症患者中大学生占比34%，而高职生作为河南省高等教育最大群体（2023年已超本科生10万人），其心理问题尤为突出：自卑迷茫、人际敏感等现象普遍存在，每年心理预警学生占比超40%。然而，传统心理健康课程对高职生针对性不足，教学模式单一，难以满足学生个性化成长需求。

该校项目负责人表示：“心理课堂教学是高校心理育人的主渠道，要发挥其积极作用，从根源上提升教育实效性，让每一位学生都以积极心态面对人生

载体“12345”模式，构建融合式教学新体系。本次改革以积极心理学为导向，以塑造学生积极人格为核心，创新性提出“12345融合式教学新模式，实现从”知识传授到素质养成的全面升级

围绕1个中心：始终以塑造学生积极心理品质为出发点，摒弃传统问题导向的教育思路，转向培养学生的心理韧性与成长动力。

实现2大融合：打破课堂与生活的界限，将心理知识融入日常实践；打通线上与线下渠道，通过云端课程、线下活动联动，让学习无处不在。

衔接3个环节：构建课前知识讲授—课中体验教学—课后专项训练”的闭环链条，课前通过微课引导自主学习，课中以情境模拟、团体辅导强化体验，课后依托训练营的实践任务巩固效果。

设置4大成长模块：按照自我适应—自我探索—自我管理—自我成长”的逻辑设计课程内容，从入学适应到职业规划，全面覆盖高职生成长关键节点。

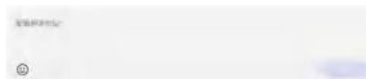
达成5项素质目标：通过系统学习，帮助学生培养积极情绪、专注当下体验、发展自我优势、建立积极关系、追寻人生意义，最终实现积极心理品质“五达标”。

破解痛点难题，助力学生全面成长。针对当前高职心理健康教育中学习浅层化内容脱离生活等突出问题，改革方案提出针对性解决路径：一方面，运用深度学习理论，通过拉长学习周期、丰富学习形式（如线上讨论、线下实践、朋辈互助等），引导学生从被动接受转向主动探究；另一方面，立足高职生特点重构课程内容，突出实践性与“个性化”，学生结合自身特点加入不同主题的训练营，通过21天的持续训练，实现自我改变。

据项目负责人介绍，改革实施三年多来，课程实现了知识学习+心理体验+行为训练的深度融合，不仅丰富了教学案例、创新了教学模式，更能切实提升学生的心理素质。项目启动后有上万名学生在课余进入不同的训练营进行训练，学到了调适技能，解决了自己的问题，更是在实践中培养了积极心态。

此次教学改革的落地，不仅为我省百万名高职生的心理健康保驾护航，更探高等教育育人质量贡献了高职力量。（河南质量工程职业学院供稿）

下图：积极心理训练营开营并进行睡眠、情绪、沟通等专项训练



5L43. 流



百度竟)

- 10 酸菜巨头盛产身亡长子成头号嫌疑人
- 2 日本人开始脸全条了 四
- a 一组数据看我国科技的出新成项
- 4 中国人为味越来越高了 目

6男子偷上万辆共享单车每辆卖105元

/格力维父亲去世

目 录

（一）2026 年校级教育教学成果奖《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践》	4
（二）2024 年心理课程《汲取心能量 开启新篇章》省级教学能力大赛二等奖（河南省高等职业教育教学能力大赛红头文件及获奖证书）	5
（三）2025 年《心理健康教育》课程省级课程创新大赛二等奖（《河南省教育厅办公室关于公布 2024 年河南省高等职业教育课堂教学创新大赛获奖名单的通知》红头文件及获奖证书）	11
（四）2025 年《明暗交织的心灵图谱：深度解读双相情感障碍》省级教学信息化大赛二等奖（《河南省教育厅关于公布河南省第二十九届教育教学信息化交流活动评选结果的通知》红头文件及获奖证书）	17
（五）2024 年《“2N2”模式实现高校心理育人数字化转型，守护大学生健康成长》省级教育数字化创新应用大赛一等奖（《河南省教育厅关于公布 2024 年河南省教育数字化创新应用大赛评选结果的通知》红头文件）	21
（六）2025 年《让每个生命如花绽放——“2N2”心理育人新模式》省级高校学生工作成果二等奖（《河南省教育厅关于公布 2024 年普通高等学校学生工作成果评定结果的通知》红头文件）	24

- （七）2024 年《生死边缘的挣扎——一例由人际问题引发的自杀危机的干预报告》省级心理优秀案例（《中共河南省委教育工作委员会 河南省教育厅关于公布全省高校大学生心理健康教育优秀课程及心理危机干预案例评选结果的通知》红头文件及获奖证书）……………29
- （八）2024 年《拨开情绪阴霾，走出认知误区——一例由人际关系引发的自我伤害危机的干预报告》省级心理优秀案例（《中共河南省委教育工委办公室 河南省教育厅办公室关于公布 2024 年全省高校大学生心理健康教育优秀课程及心理危机干预优秀案例遴选结果的通知》红头文件及获奖证书）……………35
- （九）2025 年《找对宣泄渠道，走出情绪误区——一例由多重压力引发不自主尖叫危机的干预报告》省级心理优秀案例（《中共河南省委教育工委办公室 河南省教育厅办公室关于公布 2025 年全省高校大学生心理健康教育优秀课程和工作案例遴选结果的通知》红头文件及获奖证书）……………36
- （十）2025 年《心锁轻启：人际迷雾与餐桌上的无声挣扎——一例人际关系敏感引发的进食困难危机干预报告》，省级高校心理健康教育优秀案例（《河南省教育厅办公室关于公布 2025 年全省高校大学生心理健康教育优秀课程和工作案例遴选结果的通知》红头文件及获奖证书）……………42
- （十一）2026 年省级骨干教师（《河南省教育厅河南省人力资源和社会保障厅关于公布 2023 年河南省职业院校省级名师和省级骨干教师培育期满考核结果的通知》）……………48

(十二) 2026 年《中共河南省委教育工作领导小组秘书组 河南省教育厅关于聘任河南省教育督导评估专家的通知》51

(十三) 校级教学质量考核优秀 8 个.....56

荣誉证书

HONORARY CREDENTIAL

河南质量工程职业学院 2026 年校级职业教育教学成果奖

获奖成果：高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式构建与实践

获奖者：郝梅、杨艳华、王光武、刘翳菲、汪冰、王伟鹏、张丽丽、邝利聪、
卫洁琼、付进华、杨柳清

获奖等级：特等奖

证书编号：2026-04-02

河南质量工程职业学院
二〇二六年四月



河南省教育厅

教职成〔2024〕286号

河南省教育厅 关于公布2024年河南省高等职业教育教学能力 大赛获奖名单的通知

各高等职业学校：

根据《河南省教育厅办公室关于开展2024年河南省高等职业教育教学竞赛活动的通知》（教办职成〔2024〕119号），我厅组织了2024年河南省高等职业教育教学能力大赛。经学校比赛、省级网络评审、现场比赛、网上公示等环节，共评出一等奖62个、二等奖107个、三等奖123个。现将获奖名单予以公布（见附件）。

附件：2024年河南省高等职业教育教学能力大赛获奖名单

2024年9月6日

— 1 —

附件

2024年河南省高等职业教育教学能力大赛获奖名单

一、公共基础课程组

一等奖

序号	作品名称	参赛单位	团队成员	证书编号
1	Feel the Charm of Chinese Folk Activities 英语述民俗，活动传华韵	许昌职业技术学院	蔡静一、王晓燕、魏梦颖、徐丹	豫教〔2024〕14301
2	专项体能拓展训练	三门峡职业技术学院	张词侠、陆然、李晶、王玉玲	豫教〔2024〕14302
3	概率统计及应用	三门峡职业技术学院	张维、杜晓玉、裴秀艳、侯天芳	豫教〔2024〕14303
4	Product and Trade（产品与贸易）	河南经贸职业学院	袁玺、邓晓婷、刘焕、孙同	豫教〔2024〕14304
5	积分在建筑工程中的应用	河南工业职业技术学院	付木亮、余小飞、田睿、侯雅雅	豫教〔2024〕14305
6	英语闪亮职业发展	河南检察职业学院	刘巧利、潘芮莹、叶晨晨、高慧鸽	豫教〔2024〕14306
7	用英语推介唐宋文化之旅	开封文化艺术职业学院	孟亭含、王梦娇、田丽娟、徐慧敏	豫教〔2024〕14307
8	涉外狱政管教	河南司法警官职业学院	杜嘉、张丹、孙俊晓、高怡童	豫教〔2024〕14308
9	劳动赋能岗位实践	郑州信息科技职业学院	侯冬冬、牛文杰、刘鸣、高君	豫教〔2024〕14309
10	寻贤访迹写家国情怀	河南工业职业技术学院	龚燕雯、李兵岩、王业、王柠	豫教〔2024〕14310
11	弘扬传统美德 点亮现代设计	郑州铁路职业技术学院	戴芊卉、蔡黎、马茜、梁智涵	豫教〔2024〕14311
12	普通话职场语应用	商丘职业技术学院	张茜、孙媛媛、董存仁、吕萌	豫教〔2024〕14312
13	文观华夏 步文中原	郑州旅游职业学院	房媛、孙亦静、侯春慧、弓婧媛	豫教〔2024〕14313
14	中华传统医药文化	郑州卫生健康职业学院	吴淑玲、郭娜、韩鹏、马莹	豫教〔2024〕14314

15	探索预见未知 规划成就梦想	三门峡职业技术学院	荣雪峰、董娟娟、邱丁楠、茹梓君	豫教〔2024〕14315
16	数媒技术推广地方戏曲	周口职业技术学院	崔彤彤、王 雪、蔚春抒、田晓思	豫教〔2024〕14316

二等奖

序号	作品名称	参赛单位	团队成员	证书编号
1	导数与微分及其应用	濮阳职业技术学院	黄美霞、李 杨、石玉敏、赵园园	豫教〔2024〕14317
2	概率与统计初步	郑州卫生健康职业学院	蔡钊金、李 龙、李晋阳、刘媛媛	豫教〔2024〕14318
3	Chinese Smart Products Promotion 中国智能产品推介	黄河水利职业技术学院	卢俊青、王 慧、段丽娜、曹 睿	豫教〔2024〕14319
4	导数与微分及其应用	南阳职业学院	贾迪媛、郭 晓、张旭晖、刘志都	豫教〔2024〕14320
5	顾客服务——优享中国服务 品读中华文化 Customer Service--Enjoyable Stay Profound Culture	开封大学	戚琮琰、张娜娜、王 振、刘君莉	豫教〔2024〕14321
6	Promoting Chinese Agricultural Products 推广中国特色农产品	河南农业职业学院	秦梦阳、苏丽萍、张宪杰、颜 娜	豫教〔2024〕14322
7	语连文旅丝路，文明互鉴共享 Mutual Learning on the Silk Road of Cultural Tourism	洛阳职业技术学院	沈 茹、宋静辉、肖 一、赵 洁	豫教〔2024〕14323
8	非遗出海 ICH Goes Global	信阳职业技术学院	郭耀军、陈 宇、张励亢、夏 睿	豫教〔2024〕14324
9	体育功能性训练	河南医学高等专科学校	李硕雨、盛 强、杜枢林、陈晓华	豫教〔2024〕14325
10	售卖非遗产品 传播中华文化 Promote Products, Present Great China Stories	河南物流职业学院	王宇慧、梁 婧、王江美子、刘 瑜	豫教〔2024〕14326
11	极限与连续	河南经贸职业学院	高 芳、黄迎迎、侯蒙蒙、牛盼盼	豫教〔2024〕14327
12	定积分及其应用	济源职业技术学院	唐 帅、段志霞、赵 娜、郭敏敏	豫教〔2024〕14328
13	中华玉饰展销会 Chinese Jade Jewelry Exhibition	河南地矿职业学院	白 洋、段燕燕、耿雨婷、高 珠	豫教〔2024〕14329
14	Food is Medicine——the Culture of Medicine and Food Homology 寓医于食——用英语讲好药食同源文化	郑州澍青医学高等专科学校	沈 倩、付聪聪、刘亚伟、周玉祝	豫教〔2024〕14330

15	A Well-planned Trip 旅行策划	河南女子职业学院	宋易男、曹 晓、王 婕、牌晶巍	豫教〔2024〕14331
16	厚文强功 服章之美—中华优秀传统文化服饰文化	郑州旅游职业学院	黄安定、吕 婕、侯冬梅、刘丽娟	豫教〔2024〕14332
17	AI 背景下演示文稿设计与制作	河南水利与环境职业学院	张慧娟、苏利萍、苗盼盼、刘亚茹	豫教〔2024〕14333
18	数智赋能农产品数字直播	郑州财税金融职业学院	张金娜、李 智、郑雅文、张 笛	豫教〔2024〕14334
19	《论语》幼师之道主题教学	驻马店幼儿师范高等专科学校	娄瑞楠、史艺璇、陈 洁、张 健	豫教〔2024〕14335
20	乐游中国-中国民族音乐鉴赏	郑州旅游职业学院	吴 蓉、李 静、韩 晶、张玉婷	豫教〔2024〕14336
21	中国传统音乐鉴赏	河南应用技术职业学院	王 莹、陈湘辉、彭 晗、聂蓓蓓	豫教〔2024〕14337
22	汲取心能量 开启新篇章	河南质量工程职业学院	杨艳华、郝 梅、王贞贞、张 玮	豫教〔2024〕14338
23	人工智能初步	河南机电职业学院	范桂丹、王 琼、梁康乘	豫教〔2024〕14339
24	诗游中国	黄河水利职业技术学院	闫灵芝、张 悦、毛 丽、郭东阳	豫教〔2024〕14340
25	积极心理品质，助力职业幸福	驻马店职业技术学院	杨 子、陈东敏、王宇杰、王志刚	豫教〔2024〕14341
26	AI 辅助实景三维 VR 场景搭建	黄河水利职业技术学院	王 懿、张 辉、胡 泊、崔耀辉	豫教〔2024〕14342
27	研习中西方生活美学	平顶山职业技术学院	郑 楠、刘一儒、轩艺琦、潘飞宏	豫教〔2024〕14343
28	居民健康监测与管理系统开发与应用	郑州澍青医学高等专科学校	丁 汨、刘静静、许红艳、朱利利	豫教〔2024〕14344
29	程序设计基础	漯河食品职业学院	孙继红、李 敏、张 莹、张铭瑞	豫教〔2024〕14345

三等奖

序号	作品名称	参赛单位	团队成员	证书编号
1	陶瓷产品跨境营销	郑州城市职业学院	李 莹、张新会、郭春林、王晓燕	豫教〔2024〕14346
2	英语服务 高铁出行	郑州铁路职业技术学院	尚 宇、胡文莉、张亚琦、杨 阳	豫教〔2024〕14347
3	体育与健康(2)-健康活力啦啦操	河南经贸职业学院	张红霞、王 蒙、王 季、杜 柳	豫教〔2024〕14348
4	障碍越野跑步训练	河南建筑职业技术学院	张 军、赵宁宁、代杏杏、刘 鑫	豫教〔2024〕14349
5	篮球技战术训练	永城职业学院	张腾腾、吴 林、黄东东、葛东东	豫教〔2024〕14350
6	中国音乐鉴赏—非遗音韵	驻马店幼儿师范高等专科学校	吴 晓、姚梦琦、单蕾娜、樊子茵	豫教〔2024〕14351
7	积极心理品质开发	河南建筑职业技术学院	孙瑞雪、万里娟、杨伟民、陈艳丽	豫教〔2024〕14352
8	数字赋能版画实践	新乡职业技术学院	苏振文、郝继萍、张 瑛、王 翌	豫教〔2024〕14353

河南省教育厅办公室 主动公开 2024年9月10日印发



获奖证书

河南质量工程职业学院参赛作品《汲取心能量 开启新篇章》在2024年河南省高等职业教育教学能力大赛公共基础课程组比赛中，荣获二等奖。

团队成员：杨艳华、郝梅、王贞贞、张玮

文件号：教职成【2024】286号

证件编号：豫教【2024】14338



河南省教育厅办公室文件

教办职成〔2025〕46号

河南省教育厅办公室 关于公布 2024 年河南省高等职业教育课堂 教学创新大赛获奖名单的通知

各高等职业学校：

根据《河南省教育厅办公室关于开展 2024 年河南省高等职业教育教学竞赛活动的通知》（教办职成〔2024〕119 号），我厅组织举办了 2024 年河南省高等职业教育课堂教学创新大赛。经学校初赛、省级网络初评、省级现场比赛、网上公示等环节，共评出一等奖 72 个、二等奖 122 个、三等奖 143 个。现将获奖名单予以公布（见附件）。

附件：2024 年河南省高等职业教育课堂教学创新大赛获奖

名单

2025 年 2 月 20 日

附 件

2024 年河南省高等职业教育课堂 教学创新大赛获奖名单

一、公共基础课程组

一等奖

序号	参赛学校	参赛课程	参赛选手	证书编号
1	洛阳职业技术学院	外语	肖一	豫教（2025）00488
2	郑州铁路职业技术学院	外语	尚宇	豫教（2025）00489
3	河南地矿职业学院	外语	高珠	豫教（2025）00490
4	郑州城市职业学院	外语	樊书知	豫教（2025）00491
5	郑州澍青医学高等专科学校	外语	刘亚伟	豫教（2025）00492
6	河南艺术职业学院	外语	李培培	豫教（2025）00493
7	郑州旅游职业学院	语文	房媛	豫教（2025）00494
8	周口职业技术学院	语文	王越	豫教（2025）00495
9	河南经贸职业学院	语文	岳晗	豫教（2025）00496
10	三门峡职业技术学院	语文	李倩	豫教（2025）00497
11	商丘医学高等专科学校	心理健康教育	周凤英	豫教（2025）00498
12	河南工业贸易职业学院	语文	王东	豫教（2025）00499
13	郑州卫生健康职业学院	数学	蔡钊金	豫教（2025）00500
14	郑州铁路职业技术学院	美育	任德昕	豫教（2025）00501
15	郑州财税金融职业学院	美育	张笑晓	豫教（2025）00502
16	河南林业职业学院	美育	赵潇	豫教（2025）00503
17	郑州旅游职业学院	美育	吴蓉	豫教（2025）00504

18	河南交通职业技术学院	美育	张楠	豫教(2025)00505
19	洛阳职业技术学院	体育与健康	王晓蓉	豫教(2025)00506
20	郑州信息科技职业学院	信息技术基础	刘亚同	豫教(2025)00507
21	三门峡职业技术学院	信息技术基础	刘艳辉	豫教(2025)00508
22	周口职业技术学院	就业与创新创业	宋丽	豫教(2025)00509
23	河南护理职业学院	体育与健康	陈攀攀	豫教(2025)00510
24	河南应用技术职业学院	体育与健康	张敏	豫教(2025)00511

二等奖

序号	参赛学校	参赛课程	参赛选手	证书编号
1	商丘医学高等专科学校	外语	罗近文	豫教(2025)00512
2	河南司法警官职业学院	外语	高怡童	豫教(2025)00513
3	河南医学高等专科学校	外语	郭鋆	豫教(2025)00514
4	河南测绘职业学院	外语	程瑞瑞	豫教(2025)00515
5	漯河医学高等专科学校	外语	曹晶晶	豫教(2025)00516
6	长垣烹饪职业技术学院	外语	吕翠莉	豫教(2025)00517
7	鹤壁职业技术学院	外语	张静	豫教(2025)00518
8	南阳职业学院	外语	李姚狄	豫教(2025)00519
9	新乡职业技术学院	外语	郭晋	豫教(2025)00520
10	开封大学	外语	蔡曙婷	豫教(2025)00521
11	河南建筑职业技术学院	心理健康教育	曹美红	豫教(2025)00522
12	商丘职业技术学院	语文	刘鹤	豫教(2025)00523
13	河南应用技术职业学院	心理健康教育	李媛	豫教(2025)00524
14	驻马店职业技术学院	心理健康教育	陈东敏	豫教(2025)00525
15	河南质量工程职业学院	心理健康教育	杨艳华	豫教(2025)00526
16	商丘职业技术学院	心理健康教育	魏丽丽	豫教(2025)00527
17	平顶山职业技术学院	语文	杜雪萍	豫教(2025)00528

26	河南女子职业学院	幼儿园语言教育活动的设计与指导	吴亚洁	豫教〔2025〕00806
27	南阳职业学院	小学教师教学技能	张莉莉	豫教〔2025〕00807
28	安阳幼儿师范高等专科学校	学前儿童科学教育	李威	豫教〔2025〕00808
29	许昌职业技术学院	学前儿童发展心理	杨焕芝	豫教〔2025〕00809
30	南阳农业职业学院	学前儿童发展心理学	董方	豫教〔2025〕00810
31	河南测绘职业学院	物流系统规划与设计	毛雨婷	豫教〔2025〕00811
32	河南交通职业技术学院	智慧运输运营	任枫	豫教〔2025〕00812
33	河南检察职业学院	刑事诉讼法	刘海燕	豫教〔2025〕00813
34	开封大学	宋文化概论	常卫锋	豫教〔2025〕00814
35	许昌职业技术学院	国际贸易实务	李艳红	豫教〔2025〕00815
36	济源职业技术学院	职场礼仪	卫苗	豫教〔2025〕00816
37	周口职业技术学院	市场营销策划	杨文贞	豫教〔2025〕00817
38	济源职业技术学院	导游词创作与讲解	王彩妮	豫教〔2025〕00818
39	郑州理工职业学院	导游业务	罗孟竹	豫教〔2025〕00819
40	南阳科技职业学院	老年健康照护	房娴	豫教〔2025〕00820
41	新乡职业技术学院	中外饮食文化	姚刘畅	豫教〔2025〕00821
42	许昌电气职业学院	市场营销	孙妍哲	豫教〔2025〕00822
43	开封文化艺术职业学院	旅游新媒体营销	邵阳	豫教〔2025〕00823
44	郑州信息工程职业学院	新媒体营销	张兵强	豫教〔2025〕00824



获奖证书

河南质量工程职业学院参赛课程《心理健康教育》在2024年河南省高等职业教育课堂教学创新大赛公共基础课程组比赛中，荣获二等奖。

参赛选手：杨艳华

文件号：教办职成[2025]46号

证件编号：豫教[2025]00526号



河南省教育厅

教资保(2025)218号

河南省教育厅 河南省教育厅关于公布河南省第二十九届教育教学 信息化交流活动评选结果的通知

各省辖市，济源示范区、航空港区教育局，各高等学校，各省属中等职业学校，厅直属实验学校：

根据《河南省教育厅办公室关于举办河南省第二十九届教育教学信息化交流活动的通知》（教资保函〔2025〕259号）要求，经各单位申报、专家评审、结果公示，现将河南省第二十九届教育教学信息化交流活动评选结果（详见附件）予以公布。

附件：河南省第二十九届教育教学信息化交流活动评选结果

2025年10月 日



—1—

附件

河南省第二十九届教育教学信息化交流活动评选结果

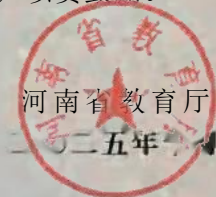
高等教育组 微课					
序号	证书编号	作品名称	作者	作者单位	获奖等级
1	豫教〔2025〕38624	中国古建筑的单体建筑特征	周莹莹	河南建筑职业技术学院	一等奖
2	豫教〔2025〕38625	解码端午：一枚粽子的精神长征与时代答卷	姜红	郑州旅游职业学院	一等奖
3	豫教〔2025〕38626	幼儿园科学区材料的特征	郑孝梅	信阳职业技术学院	一等奖
4	豫教〔2025〕38627	最小系统法故障排查——主板、CPU、CPU 风扇检测流程	袁夫	郑州健康学院	一等奖
5	豫教〔2025〕38628	推进生活性和生产性服务业高质量发展的体制机制构建与实践	刘镭	许昌学院	一等奖
6	豫教〔2025〕38629	肾小球滤过	何晓丹	河南护理职业学院	一等奖
7	豫教〔2025〕38630	PPT：图片素材选择与运用	张靖超	安阳幼儿师范高等专科学校	一等奖
8	豫教〔2025〕38631	传统中式美学——古建筑的色彩	尹家琦	河南建筑职业技术学院	一等奖
9	豫教〔2025〕38632	信阳毛尖：从历史醇香到科学品饮	吴媚媚	信阳职业技术学院	一等奖

		解析			
230	豫教〔2025〕38853	建筑防水材料（上）	刘海坤	河南建筑职业技术学院	二等奖
231	豫教〔2025〕38854	金相天骄，匠技匠能	张清扬	洛阳科技职业学院	二等奖
232	豫教〔2025〕38855	超硬材料磨具配方试验方法及计算	孙为云	郑州职业技术学院	二等奖
233	豫教〔2025〕38856	推销人员的交往礼仪	王素杰	郑州理工职业学院	二等奖
234	豫教〔2025〕38857	个人所得税综合所得汇算清缴	黄晶晶	信阳职业技术学院	二等奖
235	豫教〔2025〕38858	电子支付之移动支付	韩江霞	郑州信息科技职业学院	二等奖
236	豫教〔2025〕38859	研学旅行线路设计	杜文霞	洛阳职业技术学院	二等奖
237	豫教〔2025〕38860	旅游策划实务——结合市场热点筛选旅游资源	贾玉芳	郑州旅游职业学院	二等奖
238	豫教〔2025〕38861	明暗交织的心灵图谱：深度解读双相情感障碍	杨艳华	河南质量工程职业学院	二等奖
239	豫教〔2025〕38862	功能性动作筛查测试	张迪	南阳医学高等专科学校	二等奖
240	豫教〔2025〕38863	血糖测量	陈瑞平	郑州卫生健康职业学院	二等奖
241	豫教〔2025〕38864	指导老年人穿脱开襟衣	柳伟	郑州卫生健康职业学院	二等奖
242	豫教〔2025〕38865	指导家属为老年人灌注流质饮食	何娇	郑州卫生健康职业学院	二等奖
243	豫教〔2025〕38866	聚焦“两高四着力” 奋力谱写美丽河南建设新篇章	王爱巧	河南职业技术学院	二等奖

证 书

根据《河南省教育厅办公室关于举办河南省第二十九届教育教学信息化交流活动的通知》（教资保函〔2025〕259号）要求，经专家评审，评委会确认，教育厅审核，该作品获优秀成果奖。

特发此证，以资鼓励。



成果名称：明暗交织的心灵图谱：深度
解读双相情感障碍

成果类别：微课

奖励等级：二等奖

授课教师：杨艳华

单 位：河南质量工程职业学院

证书编号：豫教〔2025〕38861

文件编号：教资保〔2025〕218号

河南省教育厅

教科技〔2024〕290号

河南省教育厅 关于公布 2024 年河南省教育数字化创新应用 大赛评选结果的通知

各省辖市、济源示范区、航空港区教育局，各高等学校，各委管学校：

按照河南省教育厅办公室《关于举办 2024 年河南省教育数字化创新应用大赛的通知》（教办科技〔2024〕187号）工作安排，经线上初赛、复赛和线下决赛，共有 37 个参赛作品获得团体组奖项、200 个参赛作品获得个人组奖项。现将各奖项获奖结果（见附件）予以公布。

附件：1. 2024 年河南省教育数字化创新应用大赛评选结果
（团体组）

2. 2024 年河南省教育数字化创新应用大赛评选结果
(个人组)

2024 年 9 月 11 日

附件 1

2024 年河南省教育数字化创新应用大赛评选结果

(团体组)

序号	参赛名称	参赛者单位	评选等次
1	建设“AI 河开”，构建大规模在线教育智慧空间	河南开放大学	一等奖
2	“2N2”模式实现高校心理育人数字化转型，守护大学生健康成长	漯河职业技术学院	一等奖
3	数据驱动 AI 赋能助力西亚斯数字化转型	郑州西亚斯学院	一等奖
4	基于 5G 的在线智能考试应用	河南财政金融学院	一等奖
5	研究性教学模式在“智能医学影像”教学中的应用研究与探索	新乡医学院三全学院	一等奖
6	全链路安全预警处置体系建设	南阳理工学院	一等奖
7	高校教学数字化转型支撑体系研究	郑州轻工业大学	一等奖
8	“AI+ ”智慧教学一体化创新管理平台	河南工业大学	一等奖
9	河南科技大学教育教学数字化转型探索	河南科技大学	一等奖
10	聚焦智慧平台 提升区域教学水平	安阳市教育教研中心	一等奖
11	依托国家智慧平台 构建光影数字课程	三门峡灵宝市第三小学	一等奖

河南省教育厅

教学〔2025〕157号

河南省教育厅 关于公布 2024 年普通高等学校学生工作成果 评定结果的通知

各普通高等学校：

根据《河南省教育厅办公室关于组织开展2024年普通高等学校学生工作成果评定的通知》（教办学〔2024〕384号）要求，经高校推荐、专家评审和网上公示等程序，评定出2024年普通高等学校学生工作成果一等奖20名、二等奖30名、三等奖49名。现将评定结果予以公布。

高校学生工作是落实立德树人根本任务的关键环节，是人才培养体系的重要组成部分，直接关系到学生的健康成长和全面发展，对推动高等教育高质量发展具有重要意义。希望评定项目以

此为契机，进一步总结工作经验、完善工作举措、健全工作体系，加快成果转化与推广应用，充分发挥示范引领作用，推动全省高校学生工作迈向更高质量发展阶段。希望全省高校认真学习典型经验做法，同时结合学校特色和学生特点，积极探索符合本校实际的学生工作新模式、新路径，不断提升学生工作的针对性和实效性，为学生全面成长成才提供坚实保障，为加快教育强省建设贡献学工力量。

附件：河南省 2024 年普通高等学校学生工作成果评定结果



附件

河南省 2024 年普通高等学校学生工作成果 评定结果

序号	学校名称	成果名称	成果类型	评定等次
1	河南师范大学	红孩子学校	实践服务育人	一等奖
2	郑州大学	坚持五力引领，培养创新人才——郑州大学 创新人才培养学校天健班	成长导向教育	一等奖
3	信阳农林学院	“五位一体”知行润禾实践育人路径探索	实践服务育人	一等奖
4	河南警察学院	“2+5+N”公安院校育心铸魂模式实践与探索	心理健康教育	一等奖
5	信阳师范大学	社会主义核心价值观“故事化生活化网络 化”一体化教育模式	成长导向教育	一等奖
6	河南工学院	推进“一二三四”新战法，打好国防教育“主 动仗”	军训国防教育	一等奖
7	豫北医学院	“四维”赋能 筑牢“生命教育”阵地	实践服务育人	一等奖
8	河南应用技术职业学院	奋楫争先，惟实创新：走好学籍学历管理的 进阶之路——河南应用技术职业学院构建 “51134”学籍学历育人体系	学籍学历育人	一等奖
9	郑州电力高等专科学校	“领航”职业规划 校准就业“坐标”—— “就业指南针”就业育人工程	就业创业教育	一等奖
10	河南大学	“政青春”育人工程	实践服务育人	一等奖
11	洛阳师范学院	传承红色基因 舞动青春旋律——洛阳师范 学院学生工作“红色舞台”实践育人项目	实践服务育人	一等奖
12	河南工业职业技术学院	念好“三字经” 下好“一盘棋”——河南 工业职业技术学院国防教育“四位一体”特 色育人体系的探索与实践	军训国防教育	一等奖
13	郑州财经学院	“五感”驱动 “十课”筑基——上好新生 入学教育十堂课	成长导向教育	一等奖
14	平顶山学院	传承中华龙狮文化 丰富高校育人载体—— 平顶山学院龙狮文化育人实践项目	实践服务育人	一等奖
15	郑州轻工业大学	“蒲公英使者”朋辈教育互助育人体系	成长导向教育	一等奖

序号	学校名称	成果名称	成果类型	评定等次
36	漯河职业技术学院	让每个生命如花绽放——“2N2”心理育人新模式	心理健康教育	二等奖
37	郑州财税金融职业学院	数智赋能校园 AI 化社区打造——让“一站式”学生社区治理更“智”理	学生事务管理	二等奖
38	新乡职业技术学院	深耕“五色沃土”工程，构建职业院校青媒网络育人体系	成长导向教育	二等奖
39	商丘医学高等专科学校	“医教协同 科普赋能”心理危机预防干预体系建设	心理健康教育	二等奖
40	河南财经政法大学	“康乐忆享”实践育人项目	实践服务育人	二等奖
41	郑州工商学院	焦裕禄精神引领大学生成长成才	成长导向教育	二等奖
42	河南工业大学	心苗工程：构建“135”心理委员队伍培育体系	心理健康教育	二等奖
43	河南医药大学	协同赋能，共促医“心”成长——基于多维协同理念的医学院校心理育人模式构建	心理健康教育	二等奖
44	郑州师范学院	“理响”郑师 沉浸式劳动教育——郑州师范学院“一体两翼三融合”实践育人工程项目	实践服务育人	二等奖
45	郑州工程技术学院	构建多元支持体系，推动听障大学生就业创业能力提升	就业创业教育	二等奖
46	周口师范学院	“1334”心育模式的探索与实践	心理健康教育	二等奖
47	洛阳职业技术学院	“花海计划”千天育人工程	成长导向教育	二等奖
48	商丘职业技术学院	“五色”支教绘就青春梦想新画卷——“1+1+5”实践育人工程	实践服务育人	二等奖
49	南阳理工学院	启智润心担使命，培根铸魂育新人——青年马克思主义社团浸润式育人工程	成长导向教育	二等奖
50	河南职业技术学院	六体联动，润“心”育人	心理健康教育	二等奖
51	平顶山学院	打造“音乐+”模式，让美育之花绽放——平顶山学院“1235”思政育人新实践	实践服务育人	三等奖
52	郑州轻工业大学	构建“1+345”实践育人体系 赋能学生成长成才	实践服务育人	三等奖
53	豫北医学院	书香润“社区” 阅读赋成长	成长导向教育	三等奖
54	河南机电职业学院	全链条贯通 全过程融合 全方位育人——“大思政”格局下新时代国防教育一体化育人模式	军训国防教育	三等奖
55	许昌职业技术学院	重走长征路——红色引擎赋能成长	成长导向教育	三等奖

序号	学校名称	成果名称	成果类型	评定等次
96	永城职业学院	聚焦辅导员能力提升，实施“五环”协同成长工程	学工队伍建设	三等奖
97	郑州城市职业学院	红色文化点亮第二课堂构建特色实践育人体系	实践服务育人	三等奖
98	新乡学院	三“新”协同，四力合一——新乡学院新闻传播学院“124”育人工作体系	实践服务育人	三等奖
99	平顶山职业技术学院	文化引领共创新风——“文化+”校风学风培育模式	校风学风建设	三等奖

河南省教育厅办公室 依申请公开 2025年7月25日印发



中共河南省委教育工作委员会 文件 河南省教育厅

豫教工委〔2024〕8号

中共河南省委教育工作委员会 河南省教育厅 关于公布全省高校大学生心理健康教育优秀课程 及心理危机干预案例评选结果的通知

各普通高等学校：

为认真贯彻党的二十大精神，落实教育部等十七部门《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023-2035）年》，提高我省大学生心理健康教育工作质量，省委教育工委、省教育厅印发了《关于开展大学生心理健康教育优秀课程及心理危机干预案例征集活动的通知》（豫教工委〔2023〕226号），在全省高校开展了大学生心理健康教育优秀课程评选及心理危机干预案例征集活动。经各高校申报、资格审查、专家评审、综合

— 1 —

评议、结果公示等环节，共评选出河南省大学生心理健康教育优秀课程 30 门、心理危机干预工作优秀案例 50 个，现将评选结果予以公布（名单见附件）。

- 附件：1. 河南省大学生心理健康教育优秀课程
2. 河南省大学生心理危机干预优秀案例

中共河南省委教育工委

河南省教育厅

2024 年 1 月 15 日

附件 2

河南省大学生心理危机干预优秀案例

序号	学校	案例名称	作者
1	河南师范大学	在荆棘中绽放的花朵——一例由抑郁发作引发自我伤害危机的干预报告	程文娟
2	河南大学	家校合作解难题，医教协同度危机——一例由亲子冲突引发的自杀危机的干预报告	马 宁
3	郑州轻工业大学	以情动人，以爱育人——一位躁郁症学生的心理危机工作案例报告	赵 奇
4	河南农业大学	春风化雨 润物无声——一例由原生家庭创伤引发的自杀危机的干预报告	董方白
5	河南城建学院	脱困赋能 向阳而生——一例由系列重大生活事件引发的自杀高危个体干预报告	田永果 王璐璐
6	许昌学院	一例由宿舍矛盾引发的轻生自杀危机的干预报告	丁玉连
7	平顶山学院	用心浇灌，让留学生在新土向阳而生——一例由留学适应困难引起的急性焦虑危机的干预报告	董砚博
8	郑州航空工业管理学院	实现不了梦想，就“毁”了他？——一例因学业挫败引发的轻生危机的干预报告	陈炎秋
9	郑州电力高等专科学校	以爱筑防，转危为机——一例因亲密关系引发轻生危机的干预报告	王 瑾 孙 锋
10	信阳师范大学	一例由生理疾患引发的自我伤害危机的干预报告	虞晶晶
11	河南中医药大学	上下联动解警报，春风化雨齐帮扶——一例因抑郁引发自杀危机的干预案例	张丹丹
12	商丘师范学院	一位“想问自己的问题是不是严重？如果严重，就不治了”的高危女孩——一例由考试引发的轻生自杀危机的干预报告	贾文华
13	河南护理职业学院	凤凰涅槃：挫折中的自我救赎——一例由恋爱挫折引发的自我伤害危机的干预报告	苏艳梅
14	开封大学	向阳而生，破茧成蝶：自残少女的蜕变之路——一例由亲人离世引发的非自杀性自我伤害危机的干预报告	吴丽娜

序号	学校	案例名称	作者
33	郑州商学院	用爱抚平心理创伤，用心渲染生命色彩——一例由家庭暴力和学业压力引发的轻生自杀危机的干预报告	张勤英
34	河南工业大学	暖心向阳，不负青春期盼——一例由考研失利引发的自杀危机干预报告	袁秀雯
35	河南医学高等专科学校	用心育人 用情护航	栗鑫
36	开封大学	一例由轻度精神分裂和重度抑郁症引发的危机报告	师彦洁
37	河南科技学院	用爱之光驱散阴霾，“五年在读”大学生重获希望——一例由学业问题引发的失联3小时的危机干预报告	李金璐
38	洛阳师范学院	寒假里，她的病情发作了——一例由精神分裂引发的钟情幻想危机干预报告	张显
39	河南牧业经济学院	我计划好死后上热搜了——一例由厌学引发的抑郁症学生自杀危机干预事件	陈梦莹
40	郑州科技学院	被阻挡的希望之路——一例由不良情绪引发的自杀倾向危机的干预报告	邢汝昊
41	河南质量工程职业学院	生死边缘的挣扎——一例由人际问题引发的自杀危机的干预报告	郝梅
42	河南科技学院	治愈心灵 向阳花开——一例由情感挫折引发的退学危机干预报告	李盼盼
43	河南医学高等专科学校	多方联动 化危为机	李艳红
44	郑州应用技术学院	“一心求死”的女孩：一例由同学矛盾引发的自杀危机干预报告	李琨煜
45	漯河职业技术学院	拨开情绪阴霾，走出认知误区——一例由人际关系引发的自我伤害危机的干预报告	楚佳佳 付进华 杨柳清
46	洛阳职业技术学院	冲破淤泥 向上生长——一例由学业受挫引发的轻生自杀危机的干预报告	刘慧芳
47	濮阳石油化工职业技术学院	一例由抑郁症引发的自我伤害危机干预报告	刘改改
48	河南大学	自我的意义迷失与重建——一例由大一新生学业预警引发的人生意义危机的干预报告	徐贵香
49	郑州商学院	努力突破自我，拥抱美好时光——一例由恋爱挫折引发的轻生自杀危机的干预报告	白小梦
50	郑州澍青医学高等专科学校	一例由转专业困境引发的轻生自杀危机的干预报告	许铭倩

中共河南省委教育工作委员会办公室 依申请公开 2024年1月16日印发



荣誉证书

河南质量工程职业学院郝梅撰写的案例，在2023年河南省大学生心理危机干预案例评选活动中被评为优秀案例。

特发此证，以资鼓励。

证书编号：豫教〔2024〕03594号

中共河南省委教育工委河南省教育厅

〇二四年一月

荣誉证书

漯河职业技术学院付进华撰写的案例，在2023年河南省大学生心理危机干预案例评选活动中被评为优秀案例。

特发此证，以资鼓励。

证书编号：豫教〔2024〕03598号

中共河南省委教育工委 河南省教育厅

1年

中共河南省委教育工作委员会办公室 河南省教育厅办公室 文件

豫教工委办〔2024〕40号

中共河南省委教育工委办公室 河南省教育厅办公室 关于公布2024年全省高校大学生心理健康教育 优秀课程及心理危机干预优秀案例遴选结果的 通 知

各普通高等学校：

为深入学习贯彻党的二十届三中全会精神，落实教育部等十七部门《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023-2035）年》，提高我省大学生心理健康教育工作质量，省委教育工委、省教育厅印发了《关于征集大学生心理健康教育优秀课程及心理危机干预优秀案例的通知》（豫教工委办〔2024〕26号），在全省高校开展了大学生心理健康教育优秀课程评选及心理

危机干预案例征集活动。经各高校申报、资格审查、专家评审、综合评议、结果公示等环节，共遴选大学生心理健康教育优秀课程 25 门、心理危机干预工作优秀案例 50 个，现将评选结果予以公布（名单见附件）。

附件：1. 2024 年全省高校大学生心理健康教育优秀课程
2. 2024 年全省高校大学生心理危机干预优秀案例

中共河南省委教育工委办公室 河南省教育厅办公室
2024 年 10 月 22 日

（此件严格控制知悉范围，严禁通过互联网、手机、微信等传播使用和对外发布）

附件 2

2024 年全省高校心理危机干预优秀案例

(排名不分先后)

序号	推荐学校	案例名称	作者
1	河南大学	家校携手凝聚合力 医教协同共度危机 ——一例由示爱失败引发的自杀/他杀危机的干预报告	尚艳青 赵水仙
2	南阳医学高等专科学校	让理解成为一束光——一例跨性别大学生心理危机个案分析与干预	李 可
3	河南农业大学	我并不孤独——一例由原生家庭创伤引发的自残危机的干预报告	常 丽
4	黄河水利职业技术学院	“云朵轻颺，碧空晴朗，一场春雨已过” ——一例由宿舍矛盾引发的非自杀性自伤行为（NSSI）的危机干预报告	方 芳
5	河南农业大学	我不是完美小孩——一例由贬低式教育引发的自杀意念危机的干预报告	关 元
6	信阳师范大学	用爱与陪伴唤醒脆弱男孩的生命力——一例由离异家庭矛盾引发的轻生自杀危机的干预报告	胡晨佳
7	河南职业技术学院	带迷路的“小羊”找到回家的路——一例由成长阵痛引发的轻生危机事件的干预报告	程晓丹 温娟娟 郑宝林

序号	推荐学校	案例名称	作者
28	周口职业技术学院	激发潜在力量 重写生命故事——一例由失恋引发的自杀危机的干预报告	王亚琳 刘 青
29	漯河职业技术学院	找对宣泄渠道，走出情绪误区——一例由多重压力引发不自主尖叫危机的干预报告	楚佳佳 付进华
30	许昌陶瓷职业学院	家校医三方合力，共筑心理安全网——一例由亲密关系引发的轻生自杀危机的干预报告	岳洁如
31	河南经贸职业学院	从山重水复到柳暗花明 ——一例由人际关系冲突引发自杀危机的干预报告	吴海燕
32	鹤壁职业技术学院	多维助联动，赋能心能量——一例由舍友猝死引发的群体性恐慌危机的团辅干预报告	苏伟伟
33	南阳医学高等专科学校	一位患有严重抑郁症和被害妄想症学生的个案心理危机干预案例分析	程晓雪
34	安阳师范学院	寻爱“辛”路，照见成长——一例由恋爱挫折引发的攻击伤人危机的干预报告	张 洋
35	新乡工程学院	花有重开日，归来仍少年——一例由精神疾病引发的轻生自杀的危机报告	李 琛
36	开封大学	暖心护爱，静待花开：难道苦难也代代相传？——一例由亲人自杀引发的自我伤害危机的干预报告	吴丽娜 李红礼
37	开封文化艺术职业学院	“四化”精准应对 筑牢心灵防线 ——一例由入学适应不良引发的严重情绪危机的干预报告	刘 航

中共河南省委教育工作委员会办公室依申请公开2024年10月22日印发



荣誉证书

漯河职业技术学院 楚佳佳 付进华 老师

您撰写的《找对宣泄渠道，走出情绪误区——一例由多重压力引发不自主尖叫危机的干预报告》，被评为2024年全省高校心理危机干预优秀案例。

特发此证，以资鼓励。

中共河南省委教育工委 河南省教育厅

证书编号：豫教〔2024〕30404号

二〇二四年十月

中共河南省委教育工作委员会办公室 河南省教育厅办公室 文件

豫教工委办〔2025〕11号

中共河南省委教育工委办公室 河南省教育厅办公室 关于公布 2025 年全省高校大学生心理健康教育 优秀课程和工作案例遴选结果的通知

各普通高等学校：

为深入学习贯彻党的二十届三中全会精神，落实教育部等十七部门《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023-2035）年》，提高我省大学生心理健康教育工作质量，省委教育工委、省教育厅印发了《关于开展大学生心理健康教育优秀课程和工作案例征集认定活动的通知》（豫教工委办〔2025〕5号），在全省高校开展了大学生心理健康教育优秀课程及工作案例征集活动。经各高校申报、资格审查、专家评审、综合评议、结

果公示等环节，共遴选大学生心理健康教育优秀课程 40 门、优秀工作案例 80 个，现将评选结果予以公布（名单见附件）。请有关高校于 5 月 16 日前到省教育厅思政处领取获奖证书。

联系人：王玲玲，0371-69691056

地 址：郑州市郑东新区正光路 11 号 D729 室

附件：1. 2025 年河南省高校心理健康教育优秀课程
2. 2025 年河南省高校心理健康教育工作优秀案例

中共河南省委教育工委办公室

河南省教育厅办公室

2025 年 4 月 27 日

附件 2

2025 年河南省高校心理健康教育工作优秀案例

(排名不分先后)

序号	学校	案例名称	案例类型	作者
1	河南农业大学	心理健康教育工作案例	家庭问题	邹松涛
2	河南中医药大学	心理健康教育工作案例	心理与精神疾病	刘俊岐
3	河南大学	心理健康教育工作案例	心理与精神疾病	樊小勇 张典 马宁 尹亚文
4	河南师范大学	心理健康教育工作案例	学业困扰	周婷
5	周口师范学院	心理健康教育工作案例	心理与精神疾病	李榴榴
6	河南理工大学	心理健康教育工作案例	情感问题	陈慧洁
7	郑州大学	心理健康教育工作案例	学业困扰	张晓田
8	安阳工学院	心理健康教育工作案例	学业困扰	常瀚
9	黄河科技学院	心理健康教育工作案例	家庭问题	周亚聪
10	河南农业大学	心理健康教育工作案例	心理与精神疾病	宋建国
11	信阳师范大学	心理健康教育工作案例	生涯发展	范增
12	河南城建学院	心理健康教育工作案例	学业困扰、生涯发展	代婷婷 贾汛
13	郑州铁路职业技术学院	心理健康教育工作案例	心理与精神疾病	任梦琪
14	河南科技大学	心理健康教育工作案例	家庭问题	王玉玉

序号	学校	案例名称	案例类型	作者
72	周口职业技术学院	心理健康教育工作案例	生涯发展	刘俊茹 黄晓娟
73	鹤壁职业技术学院	心理健康教育工作案例	心理与精神疾病	曹倩文
74	漯河职业技术学院	心理健康教育工作案例	人际关系	杨柳清 付进华 楚佳佳
75	南阳医学高等专科学校	心理健康教育工作案例	人际关系	梁艳军 李孟辉
76	郑州职业技术学院	心理健康教育工作案例	人际关系	陈志方
77	郑州理工职业学院	心理健康教育工作案例	心理与精神疾病	温锦辉
78	开封大学	心理健康教育工作案例	家庭问题	孔令勉
79	河南轻工职业学院	心理健康教育工作案例	情感问题	徐恩镇
80	郑州商贸旅游职业学院	心理健康教育工作案例	人际关系	张玉霄

中共河南省委教育工作委员会办公室主动公开2025年4月28日印发



荣誉证书

漯河职业技术学院 杨柳清 付进华 楚佳佳

撰写的案例《心锁轻启：人际迷雾与餐桌上的无声挣扎——一例人际关系敏感引发的进食困难危机干预报告》，被评为2025年全省高校心理健康教育工作优秀案例。

特发此证，以资鼓励。

中共河南省委教育工委 河南省教育厅

证书编号：豫教〔2025〕07931号

二〇二五年四月

您好, 今天是2026年03月23日, 欢迎访问中共河南省委教育工委、河南当故育厅网站!

介首页>政务公开>文件通知>正文

分享:

河南省教育厅河南省人力资源和社会保障厅关于公布 2023年河南省职业院校省级名师和省级骨干教师培育期满考核结果的通知

教职成〔2026〕20号

2026-02-02 15:50 【浏览字号: 大中小】来源: 故育厅办公室

各省辖市、济源示范区、航空港区教育局、人力资源和社会保障局, 各高等职业学校、省属中等职业学校, 各省属技工院校:

根据《河南省教育厅河南省人力资源和社会保障厅关于开展2023年河南省职业院校省级名师和省级骨干教师培育期满考核工作的通知》(教职成函〔2025〕428号)要求, 经地市、学校考核, 省教育厅、省人力资源和社会保障厅组织综合审核、结果公示, 共有247名省级名师、924名省级骨干教师培育对象考核结果为合格, 现将考核合格的名单予以公布(见附件)。

省教育厅、省人力资源和社会保障厅将为考核合格的省级名师颁发“河南省职业院校省级名师”证书, 为考核合格的省级骨干教师颁发“河南省职业院校省级骨干教师”证书(证书领取时间另行通知)。未按时参加考核或考核不合格者, 取消“河南省职业院校省级名师和省级骨干教师”培养对象资格。

各地、各学校要充分发挥省级名师的示范引领作用, 在教学研究、技能竞赛、对外交流、技术服务等项目安排上给予重点支持, 引导省级名师积极参与省级及以上教师团队建设, 带动其他教师及教师团队共同成长、协同发展。要加强对省级骨干教师的培养, 着重提升其教育教学能力、课程开发能力和教学改革创新能力, 使其成为推动职业教育教学改革的中坚力量。各职业院校省级名师和省级骨干教师要切实发挥模范带头、辐射引领作用, 积极投身教研创新, 主动结对帮扶青年教师, 促进学校教师队伍整体水平的提升, 真正成为以德施教、以德立身、潜心教书育人的优秀楷模。

附件: 1. 2023年河南省职业院校省级名师培育对象考核合格名单

2. 2023年河南省职业院校省级骨干教师培育对象考核合格名单

河南省教育厅河南省人力资源和社会保障厅

2026年1月20日

打印

⑧ 关闭

🔍 相关文章

附件2

2023年河南省职业院校省级骨干教师培育对象
考核合格名单

序号	姓名	工作单位	考核结果	证书编号
1	魏鑫	郑州市财贸学校	合格	豫教(2026)02118
2	周子豪	郑州市金融学校	合格	豫教(2026)02119
3	杨琳芳	郑州市科技工业学校	合格	豫教(2026)02120
4	赵必成	郑州市经济贸易学校	合格	豫教(2026)02121
5	张颂源	郑州市经济贸易学校	合格	豫教(2026)02122
6	姚莎莎	郑州市国防科技学校	合格	豫教(2026)02123
7	姬尚崑	郑州市国防科技学校	合格	豫教(2026)02124
8	刘志杰	郑州市商贸管理学校	合格	豫教(2026)02125
9	郑珂	郑州市商贸管理学校	合格	豫教(2026)02126
10	王艳芬	郑州艺术幼儿师范学校	合格	豫教(2026)02127
11	何冰艳	郑州艺术幼儿师范学校	合格	豫教(2026)02128
12	雷军营	中牟县职业中等专业学校	合格	豫教(2026)02129
13	董晓聪	开封市文化旅游学校	合格	豫教(2026)02130
14	张琳	开封市文化旅游学校	合格	豫教(2026)02131
15	周文龙	开封市卫生学校	合格	豫教(2026)02132
16	张笑阳	开封市卫生学校	合格	豫教(2026)02133
17	李珊珊	开封市卫生学校	合格	豫教(2026)02134
18	王天雪	开封市卫生学校	合格	豫教(2026)02135

序号	姓名	工作单位	考核结果	证书编号
663	苗娟	焦作大学	合格	豫教(2026)02780
664	李洋	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02781
665	王晶	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02782
666	李晓宁	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02783
667	栗青竹	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02784
668	胜献利	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02785
669	田甜	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02786
670	梁应帅	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02787
671	侯晓慧	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02788
672	刘雯	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02789
673	姜春燕	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02790
674	王启雅	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02791
675	朱悦悦	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02792
676	石玉敏	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02793
677	石烁	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02794
678	刘佳琪	濮阳职业技术学院	合格	豫教(2026)02795
679	杨文玲	河南质量工程职业学院	合格	豫教(2026)02796
680	马亚琦	河南质量工程职业学院	合格	豫教(2026)02797
681	汪冰	河南质量工程职业学院	合格	豫教(2026)02798
682	闫泽华	河南质量工程职业学院	合格	豫教(2026)02799
683	张谊平	河南质量工程职业学院	合格	豫教(2026)02800
684	栗亚琼	漯河食品工程职业大学	合格	豫教(2026)02801
685	吴霞	漯河食品工程职业大学	合格	豫教(2026)02802

中共河南省委教育工作领导小组秘书组文件 河南省教育厅

豫教组秘〔2026〕2号

中共河南省委教育工作领导小组秘书组 河南省教育厅关于聘任河南省教育督导评估 专家的通知

省委教育工作领导小组成员单位、省直有关单位，各省辖市、济源示范区、航空港区教育局，各高等学校、省属中等职业学校：

根据《中共河南省委教育工作领导小组秘书组河南省教育厅关于推荐河南省教育督导评估专家人选的通知》，经个人申报、单位推荐、组织遴选，决定聘任丁亚仙等1138名同志为河南省教育督导评估专家，聘期3年。

附件：河南省教育督导评估专家名单

中共河南省委教育工作领导小组秘书组



河南省教育厅

2026年1月28日



附 件

河南省教育督导评估专家名单

(按姓氏笔画排名)

丁亚仙	商丘师范学院马克思主义学院副院长
丁亚红	河南理工大学副校长
丁光雪	南阳科技职业学院副院长
丁笑生	南阳农业职业学院党委书记
丁喜玲	驻马店幼儿师范高等专科学校附属幼儿园园长
于红莲	郑州市第四十二中学党总支书记、校长
于志刚	河南建筑职业技术学院党委宣传部部长
于爱霞	周口职业技术学院副院长
于 燕	河南女子职业学院副院长
于 鯤	安阳职业技术学院教务处处长
万建章	信阳学院后勤保卫处处长
万海堂	开封职业学院教务处处长
万 捷	河南省文化和旅游厅副厅长
门雅范	郑州工业安全职业学院副院长
马小兵	河南工业职业技术学院党委副书记
马凤巧	南阳医学高等专科学校发规处处长
马 乐	河南开放大学(郑信科)后勤服务中心主任
马 立	河南女子职业学院党委副书记
马 宁	商丘学院组织部部长
马欢欢	河南大学商学院党委副书记
马红光	中共河南省委统一战线工作部民宗处原一级调研员
马纪岗	开封职业学院党委副书记、副院长
马运波	河南省体育局青少年体育处副处长
马宏霞	郑州幼儿师范高等专科学校校长
马国柱	河南中医药大学保卫处副处长
马明坤	郑州航空港区领航学校教师
马建民	许昌职业技术学院副院长
马 玲	郑州市登封市教育局人事科科长
马 威	开封工程职业学院学生处处长
马艳锋	河南省消防协会法律服务与火灾调查专委会主任

郝 飞	周口市第二十二初级中学文明办负责人
郝江玉	郑州市教育科学规划与评估中心副主任
郝思惠	河南水利与环境职业学院马克思主义学院院长
郝 梅	河南质量工程职业学院质臻书院院长
郝随同	濮阳科技职业学院学生工作处处长
郝 静	商丘市高级中学心理咨询室主任
胡仕坤	河南护理职业学院党委书记、院长
胡亚明	郑州科技学院总务处常务副处长
胡 昊	黄河水利职业技术大学校长
胡宝新	中共河南省委统一战线工作部原二级巡视员
胡春华	周口市教育发展研究中心教育技术装备科副科长
胡宪刚	郑州铁路职业技术学院马克思主义学院原党总支书记
胡 峰	郑州市管城回族区实验中学校长
胡 萌	郑州警察学院刑事科学技术学院党委委员
胡 彬	郑州健康学院马克思主义学院副院长
胡银着	郑州软件职业技术学院电商学院院长
胡 斌	郑州电力高等专科学校党委副书记、副校长
相天东	焦作师范高等专科学校校长
钟伟平	许昌学院新闻中心主任兼校报编辑部主任
钟 烨	信阳市教育体育局基础教育科副科长
郜艳丽	嵩山少林武术职业学院马克思主义学院院长
段亚萍	郑州市第十八中学党委书记
段军杰	灵宝市第四小学校长
段玮娜	济源市教育体育局济源教体局党组成员、总督查
皇甫超	周口文理职业学院党委副书记
侯小改	河南科技大学副校长
侯永强	安阳工学院后勤管理处处长
侯延民	平顶山学院党委副书记
侯江涛	信阳农林学院园艺学院教授
侯军伟	河南开封科技传媒学院规划发展处处长
侯志强	商丘职业技术学院质量管理与发展规划处处长
侯丽羽	郑州航空工业管理学院马克思主义学院副院长
侯战辉	河南省三门峡黄金工业学校办公室主任
侯钦东	河南省公安厅二级警务专员
侯保清	漯河食品工程职业大学学生处处长
侯翠红	郑州大学教务部副部长、教学评估与质量保障处处长
施秀琴	河南省消防救援总队原副处长
姜小军	济源职业技术学院党委委员、宣传部部长

(依申请公开)

中共河南省委教育工作领导小组秘书组秘书处2026年1月29日印发

荣誉证书

郝梅同志在2023年度教学工作中成绩突出，教学质量被考核为“优秀”等次。

河南质量工程职业学院

2024年3月

荣誉证书

汪冰同志在2023年度教学工作中成绩突出，教学质量被考核为“优秀”等次。

河南质量工程职业学院

2024年3月

荣誉证书

汪冰同志在2024年度教学工作中成绩突出，教学质量考核为“优秀”等次。

河南质量工程职业学院

2025年5月

荣誉证书

郝梅同志在2024年度教学工作中成绩突出，教学质量考核为“优秀”等次。

河南质量工程职业学院

2025年5月

荣誉证书

王光武同志在2024年度教学工作中成绩突出，教学质量考核为“优秀”等次。

河南质量工程职业学院

2025年5月

荣誉证书

刘翳菲同志在2024年度教学工作中成绩突出，教学质量考核为“优秀”等次。

河南质量工程职业学院

2025年5月

荣誉证书

杨艳华同志在2024年度教学工作中成绩突出，教学质量考核为“优秀”等次。

河南质量工程职业学院

2025年5月

荣誉证书

王伟鹏同志在2024年度教学工作中成绩突出，教学质量考核为“优秀”等次。

河南质量工程职业学院

2025年5月

目 录

（一）2024 年《当代大学生心理健康教育》	2
------------------------------	---



大学生公共素质课创新型精品教材

当代大学生 心理健康教育

主 编 郝 梅 鄧利聰 付进华



北京出版集团
北京出版社



大学生公共素质课创新型精品教材

2024年河南省高等教育教学改革研究与实践项目《高职心理健康教育课程“12345”融合式教学模式实践与创新》阶段性研究成果，项目编号：2024SJGLX0730

当代大学生 心理健康教育

主 编 郝 梅 鄧利聰 付进华

北京出版集团
北京出版社

图书在版编目(CIP) 数据

当代大学生心理健康教育/郝梅, 邳利聪, 付进华
主编. —北京: 北京出版社, 2024. 7. —ISBN 978-7-
200-18713-7

I.G444

中国国家版本馆CIP 数据核字第2024XN7201 号

当代大学生心理健康教育

DANGDAI DAXUESHENG XINLI JIANKANG JIAOYU

主 编: 郝梅邳利聪付进华

出 版: 北京出版集团
北京出版社

地 址: 北京北三环中路6号

邮 编: 100120

网 址: www.bph.com.cn

总发行: 北京出版集团

经 销: 新华书店

印 刷: 定州启航印刷有限公司

版印次: 2024年7月第1版2024年7月第1次印刷

成品尺寸: 185毫米×260毫米

印 张: 14.5

字 数: 326千字

书 号: ISBN 978-7-200-18713-7

定 价: 48.00元

教材意见建议接收方式: 010-58572341 邮箱: jiaocai@bphg.com.cn

如有印装质量问题, 由本社负责调换

质量监督电话: 010-82685218010-58572341010-58572393

编写委员会

主 编 郝 梅 鄧利聰

付进华

副主编 杨艳华 王光武

刘翳菲 张丽丽

目 录

模块一 自我适应	1
第一章 开启心篇 走向幸福生活 —— 心理适应	2
第一节 新生入学适应	3
第二节 大学新生常见的适应不良问题	6
第三节 快速适应大学生活的策略.....	8
第二章 用心追逐 同沐幸福阳光 —— 心理健康	12
第一节 心理与心理健康	13
第二节 大学生心理发展特点与心理健康	18
第三节 大学生健康心理的培育	24
第三章 唤醒心灵 走进幸福之门 —— 心理咨询	28
第一节 心理咨询概述	29
第二节 心理咨询中常见的心理问题	34
第三节 大学生寻求心理咨询的方式	39
幸福训练营	44
模块二 自我探索	48
第四章 认知自我 探寻幸福之路 —— 自我意识	49
第一节 自我意识概述.....	50
第二节 大学生的自我意识	55
第三节 培养健全的自我意识	61

第五章 接纳自己 解构幸福方程——人格发展	68
第一节 人格概述	69
第二节 大学生人格偏差及矫正	76
第三节 大学生人格完善的途径和调适方法	80
第六章 读懂我心 描绘幸福色彩——情绪管理	84
第一节 情绪概述	85
第二节 大学生情绪特点及常见情绪困扰	90
第三节 大学生情绪管理	95
幸福训练营	102

模块三 自我管理..... 105

第七章 心灵相通 建立幸福友圈——人际关系	106
第一节 人际交往概述	107
第二节 大学生人际交往的原则及技巧	114
第三节 大学生人际关系问题及其调适	120
第八章 人在爱途 泛起幸福之舟——恋爱与性	126
第一节 爱情心理学	127
第二节 大学生恋爱心理	134
第三节 大学生性心理	138
第九章 求知若渴 蕴泽幸福泉源——学习心理	143
第一节 大学生学习特点与心理机制	145
第二节 大学生常见的学习心理问题及其调适	149
幸福训练营	158

CONTENTS

模块四 自我成长	162
第十章 自我探索 撰写幸福未来 —— 生涯规划	163
第一节 生涯与人生发展	164
第二节 大学生涯规划的设计与制订	166
第三节 发展大学生生涯能力	171
第十一章 勇往前行 冲破幸福障碍 —— 挫折应对与压力管理	181
第一节 挫折与压力概述	182
第二节 挫折与压力对大学生的影响	184
第三节 大学生挫折应对与压力管理	192
第十二章 敬畏生命 感悟幸福人生 —— 生命教育与危机应对	199
第一节 追寻生命的意义	200
第二节 心理危机及其自我成长	208
第三节 大学生的心理危机干预	210
幸福训练营	218
参考文献	220



绿色印刷产品

责任编辑：李学钊
责任印制：承伯平
装帧设计：江林春



配套资源下载

ISBN 978-7-200-18713-7



9 787200 187137 >

定价：48.00元