



领航计划|大学生心理健康教育课程教师专项培训 通知

2018年7月4日，中共教育部党组关于印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知，明确要求：“把心理健康教育课程纳入学校整体教学计划，规范课程设置，对新生开设心理健康教育公共必修课”。在师资队伍方面强调：“各高校要建设一支以专职教师为骨干、以兼职教师为补充，专兼结合、专业互补、相对稳定、素质良好的心理健康教育师资队伍”。

为强化教师授课能力与专业水平，东方明见心理特面向全国高校开展心理健康课程专项教师培训，即“领航计划—大学生心理健康素养课程教师培训”。

本培训立足于华中师范大学桂岳卓越教授江光荣主持的国家社科基金重大项目“国民心理卫生素养及其提升机制与对策”项目成果，研发与设计了专题培训与全套教辅工具，通过理论讲授、说课指导、教学示范与讲解等方式，聚焦课程的教学理念与教学方法，为教师提供教学指导、专业支持与资源服务。

一、举办单位

东方明见教育科技有限公司

二、培训目标

（一）知识目标

了解心理健康素养课程理念与目标，厘清教学重点与难点，突出教学特点；

（二）行为能力目标





掌握心理健康素养课程教学方法与技巧，有效开展心理课程的备课与授课，增强课堂参与感与互动感；

（三）情感态度目标

贴近学生心理，帮助学生从自我-他人、心理疾病应对-心理健康促进两个维度，认识心理健康生活，真正提升学生心理健康素养水平。

三、时间和形式

（一）集中培训学习

2024年1月6日-7日（2天16学时），腾讯会议室在线直播；

（二）网络视频学习

2024年1月8日-2024年7月31日（36学时），小鹅通学习平台学习，6个月内可无限次观看。

四、培训对象

- （一）高校心理健康教育中心专兼职教师或咨询师
- （二）高校辅导员、学工处老师
- （三）承担大学生心理健康教育课程授课任务的教师
- （四）其他正在从事心理咨询工作的专业人员

五、培训内容

（一）集中培训学习，共计16学时

培训时间	培训主题	授课教师
第一天	大学生心理课政策解读与教学理念	于丽霞 博士、华中师范大学副教授、硕士生导师、心理健康教育中心副主任
	大学生心理课备课准备与教学方法	
第二天	示范课现场演练及说课指导	
	大学生心理课13章课程内容讲解	



(二) 网络视频学习，共计 36 学时

章节	课程主题	课程内容	授课教师
第一章	心理与心理健康	示范课 解说课	王铭 武汉理工大学
第二章	人的发展与学习		梁宇颂 武汉理工大学
第三章	家庭与心理健康		刘芬 湖北东方明见心理 健康研究所
第四章	人际交往与人际关系		雷光辉 华中科技大学
第五章	团体生活		柳珺珺 湖北大学
第六章	性别与两性关系		杨子云 中南财经政法大 学
第七章	恋爱心理		于丽霞 华中师范大学
第八章	生涯发展		于丽霞 华中师范大学
第九章	健康生活方式		杜睿 武汉轻工大学
第十章	异常心理		雷光辉 华中科技大学
第十一章	心理求助与助人		夏勉 华中师范大学
第十二章	危机与创伤		郭晓丽



			华中科技大学
第十三章	生命意义的探寻		谌燕 华中科技大学

六、报名缴费

（一）收费标准

本次培训收费标准为 3800 元/人，团报（3 人及其以上）3500 元/人。费用包含 52 学时课程教师薪酬、网络视频课程制作费与平台维护费、课程资料印制费与邮寄费、培训证书制作等费用。报名成功以实际交费为准。

（二）付款方式

1、对公转账

账户名称：东方明见教育科技（武汉）有限责任公司

纳税人识别号：91420111MA49KRMA7U

地址：武汉市洪山区野芷湖西路创意天地 9 号工坊三楼

电话：027-87108919

账号：127916478810201

开户行：招商银行武汉分行武汉东湖支行

汇款成功后请将汇款单截图等凭证发送至课程顾问彭老师微信。汇款时请注明“姓名+单位+领航计划”。

2、其他支付

扫描报名二维码，报名成功后进行线上（支付宝或微信扫码）支付。

（三）发票开具

本次培训发票据实开具。培训费电子发票（增值税普通发票）由东方明见教育科技（武汉）有限责任公司统一开具，缴费成功并在集中培训结束后10个工作日内通过邮件发送





至订单联系人预留邮箱中，请注意查收。

（四）结业证书

学员按照规定完成培训课时,由东方明见教育科技有限公司(武汉)有限责任公司颁发电子版“结业证书”,证书中注明所学课程名称及学时。

（五）报名方式

请扫描以下二维码填写报名表,报名截止时间为 2023 年 12 月 26 日。报名咨询请添加课程顾问-彭老师微信,联系电话 18872206454。



（提交报名表）



（彭老师微信）

附件1：网络视频课程表

附件2：主办单位介绍

东方明见教育科(武汉)有限公司





附件1

网络视频课程表

章节		课程内容		时长
课程导论		江光荣：何为心理健康素养		36 学时
第一章	心理与心理健康	解说话示范课	开篇语	
			第一节 心理学与生活	
			第二节 人类心理的科学理解	
			第三节 心理健康的含义	
			第四节 心理健康的标准	
			第五节 心理健康的误解及辨析	
			第六节 影响大学生心理健康的因素	
第二章	人的发展与学习	解说话示范课	第一节 什么是人的发展	
			第二节 什么是人的学习	
			第三节 自我的形成和发展	
			第四节 依恋的形成与安全感	
			第五节 智力的发展	
			第六节 人是如何进行学习的	
第三章	家庭与心理健康	解说话示范课	第一节 家庭系统观	
			第二节 家庭现象之家庭结构	
			第三节 家庭现象之家庭功能	
			第四节 家庭现象之家庭生命周期	
			第五节 家庭对人的影响	
			第六节 家庭健康	





第四章	人际交往与人际关系	解说课 示范课	第一节 人际交往与人际关系概述
			第二节 人际关系的理论
			第三节 人际吸引中的影响因素
			第四节 人际交往中常见的心理效应与应用
			第五节 深化人际关系的策略
			第六节 人际冲突的定义与原因分析
			第七节 人际冲突的化解
第五章	团体生活	解说课 示范课	第一节 初识团体
			第二节 团体内的人际影响
			第三节 团体与其中之个体
			第四节 大学的团体生活之“我”的班级
			第五节 大学的团体生活之“我”的宿舍
			第六节 大学的团体生活之“我”的社团
			第七节 团队合作的基本要求
			第八节 领导力是每个人的事
第六章	性别与两性关系	解说课 示范课	第一节 性别信息的影响力
			第二节 性别及性别认同
			第三节 性别差异
			第四节 两性关系
			第五节 两性中的特别议题
第七章	恋爱心理	解说课 示范课	第一节 什么是爱情
			第二节 爱情为什么重要
			第三节 影响爱情满意度的因素—价值观





			第四节 影响爱情满意度的因素—依恋类型	
			第五节 爱情的经营—爱情的发展与变化	
			第六节 爱情的冲突与解决	
			第七节 爱情的结束	
第八章	生涯发展	解说课 示范课	第一节 什么是生涯	
			第二节 从生命全程看生涯—生涯发展理论	
			第三节 自我与生涯—认识我的职业自我之价值观	
			第四节 自我与生涯—认识我的职业自我之兴趣	
			第五节 自我与生涯—认识我的职业自我之技能	
			第六节 探索理想，追寻适合的职业	
			第七节 如何面对生涯逆境	
第九章	健康生活方式	解说课 示范课	第一节 什么是情绪	
			第二节 情绪的功能	
			第三节 情绪的管理	
			第四节 什么是压力	
			第五节 压力反应	
			第六节 压力管理	
第十章	异常心理	解说课 示范课	第一节 异常心理定义与判定标准	
			第二节 异常心理的理论模型	
			第三节 大学生常见的异常心理—精神分裂症	
			第四节 大学生常见的异常心理	
			第五节 大学生常见的异常心理	
			第六节 心理疾病的诊断注意事项	





			第七节 心理疾病的治疗	
			第八节 心理疾病的康复	
第十一章	心理求助与助人	解说课 示范课	第一节 大学生心理问题应对的特点	
			第二节 专业心理求助的必要性	
			第三节 妨碍心理求助的因素	
			第四节 对待心理问题 and 心理求助的正确态度	
			第五节 心理求助的可能途径	
			第六节 了解心理咨询与治疗	
			第七节 求助心理咨询的注意事项	
			第八节 心理助人的基本原则和注意事项	
			第九节 心理助人技能	
第十二章	危机与创伤	解说课 示范课	第一节 危机的概念与类型	
			第二节 建立积极的危机观	
			第三节 创伤的转化	
			第四节 哀伤的疗愈之路	
			第五节 自杀的界定与误区	
			第六节 自杀的识别	
			第七节 自杀的干预	
第十三章	生命意义的探寻	解说课 示范课	第一节 生命意义的迷思	
			第二节 追寻生命意义的必要性	
			第三节 生命意义对心理健康的积极影响	
			第四节 生命意义的缺失可能带来的心理困扰	
			第五节 在人际联结中感知意义	
			第六节 在极限中洞见生命的意义	
			第七节 在投入、反思中建构、领悟意义	



附件 2

主办单位介绍

东方明见心理成立于 2014 年 9 月，由华中师范大学江光荣教授等知名心理学家发起，是湖北省第一家心理健康领域的 5A 级社会组织。

东方明见心理取意“东方智慧，明心见性”。

宗旨是致力于将东方传统文化智慧与西方现代心理学相结合，为社会培养真正专业的咨询师，为大众提供真正专业的心理服务，以提高个人、团体乃至整个社会的心理健康水平与幸福感。

自成立以来，东方明见心理开拓专业资源，与国内外专业学术组织和专家学者建立了深厚稳固的合作关系，坚持用科学的方法、专业的技术、公益的精神服务社会，启动了一批心理健康领域的应用研究，研发了多个心理健康服务产品，举办了一系列层次分明、主题多样的专业培训和行业会议，翻译出版了一套心理咨询与治疗领域的专业书籍，开展了形式多样的心理健康服务活动，形成了集科学研究、人才培养、心理服务于一体的综合性心理平台。

