

1. 教材简介

《大学生心理健康教育》教材是遵循国家职业教育改革实施方案而编写。教材内容涉及大学生生活方方面面，普及心理健康知识，促进学生更好地适应大学生生活。

本教材编写团队专业和职称结构合理，教授领衔编写，其中，硕士研究生占比 55.56%，中共党员占比 88.89%，心理学相关专业占比 88.89%，高级职称占比 37.5%，中级职称占比 55.56%，工作年限 15 年及以上占比 66.67%，工作年限 5-10 年占比 33.33%。编写团队成员大多从事大学生心理健康教育工作，具有心理健康课程教学和心理健康工作实践经验。本教材由郭楠老师担任第一主编。该同志 2011 年至今一直从事心理健康教育工作，系统讲授大学生心理健康教育课程，教学效果好，深受学生喜爱。参与编写的老师均具有扎实的理论功底和过硬的教学水平，能胜任教材编写和修订工作。

本教材于 2020 年 9 月投入使用，2024 年 7 月完成修订工作。修订后的教材更多融入课程思政内容，深入推动党的二十大精神进教材，落实立德树人根本任务。加强中华优秀传统文化进教材，培养学生的文化自信，引导学生树立坚定的理想信念。同时，修订后的教材完善了对内容的表述，增强教材的可读性。

2. 教材编写理念与内容设计

本教材编写注重服务国家战略，适应国家职业教育教学改革要求，以学生为中心，注重培养学生职业综合素质。强化教材的育人功能，有机融入课程思政，注重培养学生的职业精神。本教材紧密结合党的二十大精神报告精神，落实课程思政要求，促进学生的心理健康。“思想导航”部分，引导学生树立正确的健康观、学习观、生命观，树立高远的学习目标，将个人理想和祖国发展联系起来；培养健全的人格，走出“小我”，融入集体，培养积极向上的人生态度。“心理资源”部分，为学生提供许多积极向上的心理资源，引导学生树立正确的价值观。

编排方式科学，框架清晰，循序渐进，模块设置合理，内容设计具有整体性和逻辑性。全书内容分为四大模块，分别是新生入学教育、个体与自我的和谐、个体与他人的和谐、个体与社会的和谐。为了方便教师教和学生学，将每一单元内容分为心理知识、课堂活动、课后训练、心理资源四个板块。其中，心理知识部分通过“成长案例”引出，并穿插“相关链接”和“心理学与生活”栏目。全书提供36个课堂活动，36个课后训练，推荐240个心理资源，还有31个二维码资源可供学习。配套资源丰富，满足弹性教学需要。

教材内容与时俱进，及时更新，体现职业教育教学改革新要求，符合职业学校教育教学规律、技能人才成长规律，适应学生的多样化学习需求。

3. 教材特色与创新

(1) 针对性强。“成长案例”选取学生身边的事例，进行点评，引发思考，为其学习、生活、个人成长提供有针对性的建议；“心理学与生活”将理论与日常生活关联起来，给予学生针对性的指导。

(2) 体例新颖。本书内容分为四个模块，分别是新生入学教育、个体与自我的和谐、个体与他人的和谐、个体与社会的和谐。每单元内容分为心理知识、课堂活动、课后训练、心理资源四个板块，既有利于教师开展课堂教学，又有利于学生课外的自主学习。

(3) 内容丰富。本书介绍了大学生需要掌握的心理知识点，此外，全书提供36个课堂活动，36个课后训练，推荐240个心理资源，提供31个二维码资源。

(4) 实践性强。本书将活动分为课堂内开展以及课后学生自主训练的活动，实践性和可操作性强。本书既可以满足大学生学习心理健康知识的需要，又能从活动中提升心理素质，是一本集知识传授、心理体验与行为训练为一体的教材。

(5) 服务地方高技能型高水平学校建设。本书是广东省三所高校教师共同打造的产品，服务地方经济建设，也为全国高职院校树立标杆。

(6) 落实课程思政要求。不仅注重对学生传授心理健康知识，而且强调对学生思想和价值观的引领，注重人生观、价值观与心理健康教育相结合，引导学生确立高远的人生目标，过有意义的人生，为幸福和谐社会的建设贡献一份力量。

4. 教材实践应用及效果

（1）应用范围广。教材在正式出版之前，已作为教学讲义试用了 1 学期。教材自 2020 年 8 月出版以来，先后在广州华南商贸职业学院、广州南洋理工职业学院等多所院校使用。2024 年 7 月修订之后，继续在多所学校使用，累计发行量 55000 册。

（2）师生反映好。使用单位师生普遍认为该教材体例新颖、语言简练、逻辑清晰、实践性强、教学资源配套合理。有利于提升学生心理健康意识，有利于解决大学生遇到的共性心理困扰，有利于培养学生积极向上的人生态度。

（3）育人成效好。依托该教材，师生参加相关比赛获得省级和校级多项奖项。以此为基础，开发了校级心理育人实践课程，学生心理健康水平良好，具有积极向上的精神面貌。