

# 湖南师范大学研究生院

院通〔2024〕10号

## 关于开设湖南师范大学2024年选修课程 《研究生心理健康教育》的通知

各相关学院：

为全面落实立德树人根本任务，深化研究生课程建设改革，拓宽研究生知识面，优化研究生知识结构，提高研究生培养质量，拟开设选修课程《研究生心理健康教育》，现将相关工作通知如下：

### 一、课程介绍

通过本课程的开设，提升研究生心理健康水平，促进其发展更加成功、快乐的人生。（1）让研究生可以更好地应对压力和焦虑等负性情绪，在学习生活中保持冷静和专注；（2）改善研究生的沟通技巧，从而提高其人际适应性；（3）改变研究生可能具有的负面思维模式和行为习惯，促进个人成长和积极改变。

### 二、开课时间及开课地点

开课时间：2024年3月21日至5月16日

开课地点：待定

### 三、授课对象

不同学科方向的研究生（含心理学专业）。

#### 四、课程考核与学分

面向全校研究生开通选修。课程考核按普通课程要求进行，考核合格，可计1学分，可兑换培养计划内任意选修课学分。

#### 五、网上选课要求及操作流程

网上选课时间为2024年3月11日-2024年3月17日。

网上选课要求及操作流程详见附件4。

#### 六、其它

1. 研究生心理健康教育选修课程课程是我校研究生课程教学改革的重要举措，各学院应高度重视该项工作，将课程开课情况及时通知每一位研究生，并积极组织研究生选修。

2. 研究生选修相应课程后，应按照研究生院及开课平台要求，认真进行网上修课，严格按照要求完成网上课程考核，并自觉遵守相关纪律。

附件：1.主讲教师简介

2.课程实施方案

3.课程教学大纲

4.网上选课操作流程

