

附录三 中央财经大学“大学生心理健康”课程开课方案

“大学生心理健康”必修课是专为大一新生设计的一门心理健康教育课程，旨在帮助学生顺利适应大学生活，提升心理素质，完善健康人格。课程内容包括：心理健康的基本概念、常见心理问题及其应对策略、人际关系的处理、压力管理与情绪调节等。本课程将通过理论讲解、案例分析等方式进行教学，具体开课方案如下：

一、课程性质和学分

公共必修课，2 学分。

二、开课形式

大一学年 1-2 学期开课，于超星学习通平台完成在线学习与期末考试，并于第 1 学期完成实践 I 环节，第 2 学期完成实践 II 环节。

三、课程考核和成绩记载

本课程为百分制计分，总评成绩在大一第 2 学期末给出，考核要求如下：

（一）在线学习（占总分 40%）

1. 视频学习（30%，按照章节视频任务点完成度计算）
2. 作业（10%，每章节的章节测验）

（二）实践环节—心理普查（占总分 20%）

实践 I：大一第 1 学期（10%，9-10 月，具体时间关注每学期心理普查通知）

实践 II：大一第 2 学期（10%，4-5 月，具体时间关注每学期心理普查通知）

注意：逾期后普查通道关闭无法进行补测，未参与或参与未完成则当次实践成绩为 0 分。

（三）期末考试（占总分 40%）

采用超星学习通平台进行线上开卷考试，章节点学习完成 80%方可参加考试。考试截止时间为每年 6 月 1 日，请务必预留充分的时间提前完成，避免卡点无法提交。

四、其它问题

1. 本方案自 2026 级本科生起实施，其他年级需补修“大学生心理健康”的学生参照本方案执行。
2. 其他未尽事宜由心理咨询中心负责解释。