

# 中共陕西省委教育工作委员会文件

陕教工〔2020〕206号

---

## 中共陕西省委教育工委关于陕西高校 第五届“阳光护航”心理育人宣传季省级 有关活动获奖情况的通报

各普通高等学校：

为深入贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的十九大精神，统筹做好疫情防控和心理育人工作，进一步增强我省高校心理健康教育针对性实效性，今年5月至7月，省委教育工委实施了第五届“阳光护航”心理育人宣传季实践活动，期间开展了陕西高校第六届大学生心理健康教育优秀咨询案例推选、第二届心理健康教育优秀教案评选和大学生“心相遇 爱同行——心理健康教育伴我成长”主题征文活动。经学校推荐、专家

评审、委厅研究、结果公示等程序，决定对《生活设计团体对生涯决策困难的干预案例》等 61 项优秀咨询案例、《我的情绪我主宰》等 76 项优秀教案和《遇见》等 123 篇优秀征文予以通报表彰（具体名单见附件）。

希望受表彰的个人珍惜荣誉、再接再厉，在大学生心理健康教育工作中更好地发挥示范带动作用。希望各高校深入贯彻落实《高等学校学生心理健康指导纲要》和《陕西普通高校心理健康教育与咨询中心建设标准（试行）》，结合正在开展的“陕西高校心理健康教育与咨询中心标准化建设”工作，加强和完善教育教学、实践活动、咨询服务、预防干预“四位一体”的心理健康教育工作格局，为维护校园和谐稳定和推进“双一流”建设做出贡献。

- 附件：1. 陕西高校第六届大学生心理健康教育优秀咨询案例获奖名单
2. 陕西高校第二届心理健康教育优秀教案获奖名单
3. 陕西高校大学生“心相遇 爱同行——心理健康教育伴我成长”主题征文获奖名单

中共陕西省委教育工委

2020 年 10 月 27 日

（主动公开）

## 附件 1

# 陕西高校第六届大学生心理健康教育优秀咨询案例获奖名单

序号	案例题目	作者	作者单位
<b>一等奖（13 篇）</b>			
1	生活设计团体对生涯决策困难的干预案例	刘致静	西京学院
2	为何面对真实的自己这么难？——一例萨提亚模式下促进自我认同的案例	魏晓言	西安石油大学
3	一例大学生自我成长咨询的案例报告	周全丽	陕西师范大学
4	灾难后 CISD 技术的一次单元支持性团体心理咨询案例报告	黄洁	陕西青年职业学院
5	我的世界亮了——一例严重抑郁症的认知行为技术咨询案例报告	曹东辉	陕西交通职业技术学院
6	运用萨提亚模式治疗失恋问题的案例报告	王凯	西安建筑科技大学
7	担心“充电”的外国小伙——一例强迫思维国际学生的咨询案例报告	于维佳	西安理工大学
8	疫情期间一名家庭经济困难学生的离家出走 ——以合理情绪疗法和叙事心理疗法缓解学生的焦虑	田冲	陕西能源职业技术学院
9	一例少数民族女大学生宿舍人际关系敏感的咨询案例报告	屈婉婷	陕西师范大学
10	一例对专业迷茫个案的叙事取向咨询案例报告	张慧	西安工程大学
11	“让失恋不再痛苦”——一例美术治疗方法咨询抑郁案例报告	柏松杉	西安科技大学
12	一例因家庭问题导致严重心理问题案例报告	田毅	西安外事学院
13	好想爱这个世界——一例女大学生遭受性侵犯的咨询案例	庞海燕	西京学院
<b>二等奖（19 篇）</b>			
1	一例基于焦点解决短期疗法的大学新生适应问题的案例报告	安翔	西安电子科技大学
2	“挣开爱的枷锁”——运用整合式咨询方法处理中度焦虑大学生的案例报告	闫琼	西安交通大学
3	确认自己——一例双相障碍萨提亚模式咨询案例报告	吴新颖	陕西交通职业技术学院
4	一则用移空技术处理因性观念引起负性情绪的咨询案例报告	柯小敏	安康学院

5	痛失父亲所致 PTSD 精神动力咨询案例报告——我也和爸爸同样患有“抑郁症”吗	张易	陕西科技大学
6	一例大学生因学业问题导致抑郁情绪的咨询案例报告	陈文博	西安航空学院
7	内在自我的探索之旅——一例使用沙盘游戏治疗轻度抑郁加焦虑大学生的个案报告	程瑛	西安理工大学
8	一例抑郁情绪困扰的认知行为取向咨询案例报告	李平	延安职业技术学院
9	摆脱自卑阴影——一例大学新生自卑心理问题的案例报告	牛雅杰	西北农林科技大学
10	走出女友自杀的阴霾——一例空椅子技术对大一学生哀伤辅导的案例报告	唐璟瑜	安康学院
11	重拾自信之光——一例焦点解决短程心理技术在失恋女大学生咨询的案例报告	朱蕾	陕西中医药大学
12	当心低落，压抑主导自己的校园生活——一例基于积极心理治疗与叙事疗法的大学生抑郁状态的心理咨询案例报告	董婧萌	陕西科技大学镐京学院
13	一例大学生社交焦虑的咨询案例报告	陈东梅	陕西工业职业技术学院
14	创伤阴影与分离焦虑：亲密关系冲突的聚焦取向咨询案例	田少宁	陕西科技大学
15	一例因创伤性经历引发情感隔离的心理咨询案例报告	张亚男	陕西国际商贸学院
16	一例女大学生失恋的咨询案例报告	李佩	西安医学高等专科学校
17	世界上唯一的花——萨提亚视角下的一例自杀危机干预案例报告	薛飘	西北工业大学明德学院
18	为赋新词强说愁——一例动力学取向的强迫个案咨询报告	田怡	西北大学
19	一例由特殊声音引发的大学生恐怖症的心理咨询案例报告	王梅	陕西能源职业技术学院
<b>三等奖（29 篇）</b>			
1	一例高职大学生交往障碍的咨询案例报告	任庆国	陕西铁路工程职业技术学院
2	萨提亚模式：当光照下来时，我才知道“我是谁”？	任圆媛	陕西理工大学
3	绘画疗法对大学生创伤后应激障碍的干预个案	侣建锋	西安欧亚学院
4	一例在疫情下由生活事件引发的应激焦虑情绪的心理咨询案例报告	何圆圆	陕西国际商贸学院
5	多元文化咨询理念下的一例适应不良的咨询报告	肖琼	西安石油大学
6	萨提亚：爱自己是终身浪漫的开始	汪韵迪	陕西理工大学
7	一例运用叙事疗法缓解人际交往引起的抑郁情绪的咨询案例报告	李昌锋	陕西铁路工程职业技术学院
8	一例大学生因人际关系紧张引发焦虑的心理咨询案例报告	李娟娟	西安培华学院

9	面对生涯规划内心冲突缓解的大学生——一例精神动力学取向咨询的焦虑案例报告	李彬	西北大学
10	一例叙事治疗的边缘性人格障碍案例报告	武成莉	西安电子科技大学
11	一例疑病性神经症男大学生的短程心理动力学咨询	冯田	西安财经大学
12	一例由寝室矛盾诱发的一般心理问题咨询案例	王晨	陕西警官职业学院
13	别扭孩子求关注，咨询设置助成长——一例神经症性心理问题咨询案例报告	祝晶华	西北工业大学
14	我因何愤怒——一例大学生攻击倾向咨询案例报告	张煜	西安欧亚学院
15	一例创伤后应激障碍引发一般心理问题的咨询案例	樊佩佳	西安思源学院
16	一例异性交往问题的心理咨询案例报告	钱海姣	商洛学院
17	新冠疫情下一例疑病心理咨询案例报告	陈小萍	咸阳师范学院
18	当恐慌遇上新冠疫情：一例大四学生心理过度焦虑咨询报告	王晓静	陕西科技大学镐京学院
19	摆脱自卑的阴影-一例大一新生适应不良的咨询案例报告	何薇	陕西职业技术学院
20	告别过去拥抱未来	谢晓欣	西安翻译学院
21	怕“脏”的女孩——一例缓解强迫性神经症的咨询案例	单园	汉中职业技术学院
22	ABC理论对一例因失恋导致抑郁性神经症大学生的引导	李西彩	渭南师范学院
23	一例新冠疫期就业焦虑学生的心理咨询案例报告	任倩	商洛学院
24	一例人际关系严重受性侵创伤影响的咨询案例报告	王春荣	西北大学现代学院
25	一例家庭暴力影响下大学生情感冷漠与唤醒的个案报告	刘联军	西安翻译学院
26	一例大学生因情感困扰引发抑郁情绪的心理咨询案例报告	刘萍	宝鸡文理学院
27	有风有雨，才是爱情的模样——一例女大学生恋爱问题心理咨询案例报告	邰思航	陕西职业技术学院
28	一例心理动力学治疗大学生心理问题案例分析	马琳	西安邮电大学
29	一例自我目标感缺失的动力性咨询案例	王玉琴	西安外事学院

## 附件 2

## 陕西高校第二届心理健康教育优秀教案获奖名单

序号	教案题目	作者	作者单位
一等奖 (17 篇)			
1	我的情绪我主宰	康楠	西安交通大学
2	探索你的情感——情感反映助人技术	张楠	西安交通大学
3	真情恒久远，亲疏两相宜——大学生人际关系	黄存良	陕西理工大学
4	人际关系你我他-大学生人际交往	冯娟	西安理工大学
5	梦想的翅膀——大学生学习心理教案	张洪英	西北工业大学
6	“生命如花绽放”——大学生生命教育与心理危机应对	王华	陕西国际商贸学院
7	心理“抗疫”的自我疗愈---后 Covid-19 疫情期常见的心理反应与应对	黄洁	陕西青年职业技术学院
8	破拖延心理之弊端，扬时间管理之航帆	张思豆	陕西师范大学
9	谢谢你，让我遇到更好的自己——大学生恋爱与心理健康	刘悦	西安科技大学
10	绽放心中的玫瑰——大学生人格发展教案	刘欣	西北工业大学
11	风雨中扬帆远航——大学生如何应对挫折	吕改莲	西安培华学院
12	拨云见日自有方—大学生情绪管理	王慧芳	陕西科技大学
13	从心出发成就自我	毕轶慧	西安石油大学
14	大学生人际交往	刘蓉	西安工程大学
15	做最好的自己——大学生自我意识与培养	邹媛园	商洛学院
16	情绪管理千万条解决问题第一条—大学生情绪管理的两种方式	李慧静	西安铁路职业技术学院
17	大学生情绪识别与管理	李岚溪	西北大学

二等奖（23篇）			
1	我的生涯不迷茫——大学生生涯决策	刘致静	西京学院
2	别让情绪左右了你的人生——大学生情绪专题辅导	许红叶	商洛职业技术学院
3	同一性：自我迷失的导航	樊梦云	西安航空学院
4	爱自己，解锁爱情密码	仇建宁	陕西国际商贸学院
5	每一朵花都有盛开的理由——培养良好的自我意识	巴文娟	西安铁路职业技术学院
6	心灵捕手——如何在创伤下追寻内心的声音	陈红	西安建筑科技大学
7	我是谁？	李佩	西安医学高等专科学校
8	大学生压力管理	彭瑞良	陕西职业技术学院
9	触摸心灵打开人际关系的大门	张玉琼	陕西机电职业技术学院
10	直面挫折化危为机	王英瑛	陕西交通职业技术学院
11	你好，生命！——向阳而生，创造精彩人生	任圆媛	陕西理工大学
12	坚毅，让你迈向卓越	陈小萍	咸阳师范学院
13	压而弥坚——大学生的压力管理	王军妮	西安科技大学
14	珍爱生命——活出人生精彩	郑家莹	陕西交通职业技术学院
15	以心悅心，快乐交往	翟雨翔	西安理工大学
16	相逢是首歌——大学生人际交往教案	庞惠群	西北政法大学
17	大学生自我意识	马珊珊	汉中职业技术学院
18	了解自己的性格，找份适合的工作——疫情下就业不“恐慌”	王秋婷	陕西师范大学
19	欣赏自我快乐自我——高职高专学生的自我意识调适	王潇雅	陕西财经职业技术学院
20	大学生人际交往障碍及调适	严凰	西安邮电大学
21	了解自我发展自我	王蕊	西安建筑科技大学华清学院
22	逆风飞扬，直面挫折人生	闫琼	陕西工业职业技术学院

23	揭开人性面纱——大学生的人格	王平	西安建筑科技大学
<b>三等奖（36篇）</b>			
1	情商修炼——大学生情绪管理	雒淼淼	杨凌职业技术学院
2	做时间管理的主人	赵智军	陕西铁路职业技术学院
3	用“心”战疫，戴好心理口罩——新冠疫情下的心理应激与情绪管理	张庭姣	延安职业技术学院
4	大学生健康人格塑造	韩海燕	西安文理学院
5	做情绪的“拆弹专家”	曹杨静雯	西安外国语大学
6	尊重生命敬畏生命——疫情下的生命教育	于媛	宝鸡文理学院
7	爱海深思——明明白白谈爱情	王晓萍	陕西学前师范学院
8	感悟生命：体验唯一的历程	李佳	西北大学
9	情绪管理	高洁	西安外国语大学
10	知仁者智，自知者明——自我意识	吕泊怡	陕西铁路职业技术学院
11	大学生的情绪认识与管理	周天良	商洛职业技术学院
12	爱的语言	任欢	陕西科技大学
13	架起情绪调节连心桥·筑牢学习成才堡垒	周瑾昱	西安医学院
14	幸福的可解之迷	符丹	西北农林科技大学
15	做早起觅食的鸟儿	董建红	西安石油大学
16	大学生心理健康与人生幸福	丁宝剑	安康职业技术学院
17	走出情绪漩涡	姜心荷	西京学院
18	战胜压力，应对挫折——大学生心理挫折调试	周国有	西安财经大学
19	适应新环境开启新生活	纪星烨	西安邮电大学
20	突发性公共卫生事件中的高校大学生心理危机干预——新冠肺炎疫情影响下的大学生心理问题及应对	张晔	陕西学前师范学院
21	认识自我，悦纳自我	唐翠宁	西安翻译学院



22	危机来袭，请带上这份心理装备！	蒋桂黎	西安航空职业技术学院
23	学会调适情绪，做情绪的主人	邹燕红	西安建筑科技大学华清学院
24	初识“禁果”？——大学生性心理健康	孙琳琳	西安音乐学院
25	精诚所至愿同舟——大学生的人际交往	薛飘	西北工业大学明德学院
26	沟通的艺术	闵翠	陕西中医药大学
27	控制情绪做情绪的管理者	张军霞	陕西机电职业技术学院
28	解读爱情密码，端正恋爱动机	柯小敏	安康学院
29	拥抱情绪乐享人生——大学生情绪管理与心理调适	杨昕	宝鸡文理学院
30	学习的跨越——大学生学习	冯田	西安财经大学
31	大学生心理压力与管理	麻馨允	安康职业技术学院
32	陪你一起，穿越幽谷之路	田妮	西安欧亚学院
33	大学生心理压力	刘飞鹏	陕西职业技术学院
34	谈谈情说说爱	刘月	商洛学院
35	绿色网络，阳光心理	赵蓓	陕西能源职业技术学院
36	探索自我，卓越成长	张心怡	西安交通工程学院

### 附件 3

## 陕西高校大学生“心相遇 爱同行—心理健康教育伴我成长”主题征文获奖名单

序号	征文题目	作者	作者单位
一等奖 (27 篇)			
1	遇见	徐涛蕊	西安培华学院
2	心若向阳，何惧郁伤	权若彤	陕西铁路工程职业技术学院
3	校园“心”生活的守护者——守候在电话另一端的朋辈热线咨询员	闻立朕	西安交通大学
4	以心相遇，带爱同行——一名班级心理委员的心理历程	吴怡乐	西安石油大学
5	当流星划过	王瑞	西北工业大学
6	遇见爱，相信爱	胡琴	陕西师范大学
7	你好，再见	罗聪	西北政法大學
8	笑容背后的渴望	张晗嫣	西安理工大学
9	没有神的光环愿为险而战	翟旭	西安外事学院
10	心旅	马冲	西安邮电大学
11	雨季不再来	吴佳玲	西北工业大学
12	救赎与守护	牛乐	咸阳师范学院
13	致来自地球的你	杨彦霞	安康学院
14	青葱岁月、与爱同行	薛宇龙	陕西能源职业技术学院
15	猫——记忆枝上的心路之旅	成佳萌	西北大学
16	心的旅程	舒楠	西北大学
17	无处寻，唯有少年心	曹静	商洛学院
18	雨过天晴	侯瑾琳	延安大学西安创新学院

19	“心”声鹤唳，且行且安	张瑞琳	榆林学院
20	心相遇爱同行——心理健康教育伴我成长	刘一鸣	西安欧亚学院
21	你如火光，暖我余生	唐岳冉	西安邮电大学
22	你若盛开，清风自来	王晓霞	西安海棠职业学院
23	相遇是为了珍惜	胡冰燕	西安航空职业技术学院
24	杀了我，治愈我	钱明瑄	西安交通大学城市学院
25	告别，加油	余亮	西安思源学院
26	我相信，爱可以点亮	姜世豪	榆林学院
27	听心，听你	张思嘉	陕西师范大学
<b>二等奖（35篇）</b>			
1	谢谢“她”，让我在不断博弈中成长和发展	石钟月	陕西理工大学
2	No fear in my heart	柴敏捷	西安工程大学
3	绕树三匝，有枝可依	刘扬	西安培华学院
4	“枯木”逢春	陈敏	延安大学
5	心灵当在“别处”安栖	陈安娜	西安美术学院
6	我们与爱,感同身受	周银萍	杨凌职业技术学院
7	让爱的阳光照耀心灵成长	敬璇	杨凌职业技术学院
8	裂缝里的阳光	刘莹	宝鸡职业技术学院
9	如阳光，明媚不忧伤	李思敏	陕西职业技术学院
10	看见自己	陆俊秀	西安财经大学
11	内我与外我	丁茹艳	西安建筑科技大学
12	微光·沉浮	张梦琪	西北大学现代学院
13	相遇	聂欣童	西安医学院
14	身心健康—伴我成长路	刘宗阳	西北大学现代学院

15	温暖你我，感恩相遇	易晓琴	安康学院
16	最熟悉的陌生人——我和舍友们的那段青春岁月	佟泽	西安石油大学
17	世间美好与你环环相扣	周叙	西安汽车职业大学
18	疫情无情，人间有爱	王世博	西安外事学院
19	人间有味是清欢	牛一婷	延安大学西安创新学院
20	当下已是最好	刘娜	西北政法大学
21	岁悠悠爱永远同在	柏其栋	西京学院
22	心灵的救赎	谢姣	西安科技大学高新学院
23	夏天的风	赵晓文	西安汽车职业大学
24	我不忘的，是你的皓齿明眸	高戈莹	西安音乐学院
25	心中有光，眼角带笑	王宇彤	陕西警官职业学院
26	当碎裂也成为一种美丽	宁渊文	西安工业大学
27	感谢相遇，感恩同行	杨莉	西安思源学院
28	转变	夏玉凤	西安翻译学院
29	皎皎如月与爱同行	党哲	咸阳师范学院
30	向阳花开	刘胜男	陕西铁路工程职业技术学院
31	心若向阳无谓悲伤	李嘉敏	铜川职业技术学院
32	平凡人生烟火气	冯用萍	西安工程大学
33	在爱与包容里，成就最好的自己	王菲玉	西安交通大学
34	携手心灵·点亮心灯	张焱星	西安交通大学城市学院
35	我好喜欢现在的自己	李雯汝	西安建筑科技大学华清学院
<b>三等奖（61篇）</b>			
1	意义	杨康	陕西科技大学
2	你若盛开，蝴蝶自来	张锦雯	安康职业技术学院

3	心中的世界·成长的足印	吴雅茹	陕西学前师范学院
4	为你的心灵栽下一枚鸡蛋	程驰	西安财经大学
5	与爱同行不负韶华	刘璇	西安工商学院
6	爱与被爱下的内心救赎	郑杨	西安科技大学高新学院
7	成长·蜕变	喀丽比努尔·阿布力米提	西安医学院
8	于疫情中看见	龚健	西安电子科技大学
9	从心出发一路向阳	拜宁宁	西安职业技术学院
10	遗失的幸福	胡芷珊	西安工业大学
11	你若盛开，清风自来	刘洋河	延安大学
12	成长之路	崔芳丽	安康职业技术学院
13	心理委员自述	李诗琪	西安翻译学院
14	走出来	刘芝妤	西安美术学院
15	遇见、拥抱	张泽洲	神木职业技术学院
16	抛却桎梏，破茧成蝶	闫姣姣	渭南职业技术学院
17	心理育人，健康你我	庞凤梧	西安建筑科技大学
18	与压力“和解”	刘芳	咸阳职业技术学院
19	携手共进，与爱同行	马鹏龙	陕西警官职业学院
20	“心理小白”的个人成长	任佳超	西安欧亚学院
21	心中之花	谢璠	西安工商学院
22	我与世界拥抱你	于洁	西安科技大学
23	看，阳光洒满大地	许璐怡	西安航空学院
24	听我说，谢谢你	王珊	渭南师范学院
25	我心向阳春暖花开	刘腾飞	西安体育学院
26	心理健康永驻心弦	王妍	西安建筑科技大学华清学院

27	同气连枝共盼春来	连艺凡	宝鸡文理学院
28	心理与生命	赵莹	陕西职业技术学院
29	成己成人	宋雨	陕西科技大学
30	“蜕变”从“心”开始启航美好人生	张莹	咸阳职业技术学院
31	宅家生活的点点温暖	莫晓毓	西安理工大学
32	心花向阳，安暖自来	艾翠翠	商洛学院
33	从一个人到一群人的心理适应	邓琪	陕西理工大学
34	同心战“疫”同“屏”共振	吴童	宝鸡文理学院
35	远方的路	王海洋	宝鸡职业技术学院
36	心之所在爱之常伴	张茵	陕西交通职业技术学院
37	“心相遇，爱同行”——相信爱！传播爱！	罗凯丽	陕西学前师范学院
38	愿以微光照亮世界	张悦	西安科技大学
39	青春的花路	仪睿	铜川职业技术学院
40	两公里的信念	孙亭	西安航空学院
41	长长的路慢慢地走深深的话浅浅地说---阳光心理助我成长纪实	赵冰冰	陕西工业职业技术学院
42	心相知，爱相随	庞晨洁	渭南师范学院
43	透入心里的光亮	刘仁英	西安医学高等专科学校
44	带着心理健康教育上路	邵心儿	陕西交通职业技术学院
45	点亮心灯扬帆起航	吴子涵	西安音乐学院
46	感谢爱伴我成长	马守苹	西安海棠职业学院
47	谢谢你陪我走过这段青春	姜少敏	西安电子科技大学
48	快乐就在转念间	黎玲	陕西国防工业职业技术学院
49	我与“心语”一同成长的日子	高冰莹	西京学院
50	换双眼睛看世界	周壮壮	陕西工业职业技术学院

51	我的心理健康成长报告	李博	神木职业技术学院
52	沙盘游戏与我	陈熙玥	西安医学高等专科学校
53	遇见心想事成的自己	严宇轩	渭南职业技术学院
54	美丽人生从“心”开始	蒙甜	陕西能源职业技术学院
55	心理联络员带给我的快乐	黄玎怡	西安职业技术学院
56	打开心让阳光住进来	魏洋	西安体育学院
57	暖暖的风	殷浩杰	汉中职业技术学院
58	想	李怀玲	汉中职业技术学院
59	月撒湖面微风吹	李栋蓉	陕西国防工业职业技术学院
60	心灵的两端,我们彼此站成了岸	赵梦佳	商洛职业技术学院
61	一路成长,紧追梦想	赵勇勇	商洛职业技术学院

