

# 湖南师范大学研究生院

院通〔2026〕12号

## 关于开设湖南师范大学 2025-2026 年 第二学期研究生选修课程的通知

各学院：

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《算力工程与应用》、《研究生心理健康教育》，现将开课信息通知如下：

### 一、课程清单

课程编号	课程名称	课程学分
X00000001	研究生心理健康教育	1
X00000002	算力工程与应用	1

### 二、开课时间及地点

《研究生心理健康教育》

开课时间：2026年4月3日至5月24日每周五下午

开课地点：教科院 328 教室

《算力工程与应用》

开课时间：2026年4月2日至5月24日（前四周为每周四下午集中授课，后四周为学校算力平台运维实训）。

开课地点：图书馆 205 智慧教室

### 三、授课对象

面向全校研究生开通选修。

#### 四、课程考核与学分

《研究生心理健康教育》面向全校研究生开通选修（含心理学相关专业）。平时成绩主要包括出勤和课堂参与度等，占比40%；期末考核为课程论文形式，占比60%。

《算力工程与应用》面向全校研究生开通选修（含计算机相关专业）。课程考核合格，可计1学分，可兑换培养计划内任意选修课学分。课程成绩由两部分构成：平时成绩占40%，主要依据出勤情况、实训参与度等综合评定；期末考核占60%，以课程论文形式完成。

#### 五、网上选课要求及操作流程

网上选课时间为2026年3月25日-2026年4月6日。

网上选课要求及操作流程详见附件1。

#### 七、其它

1. 校选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，认真进行修课，严格按照要求完成课程考核，并自觉遵守相关纪律。

附件：1.选课要求及操作流程

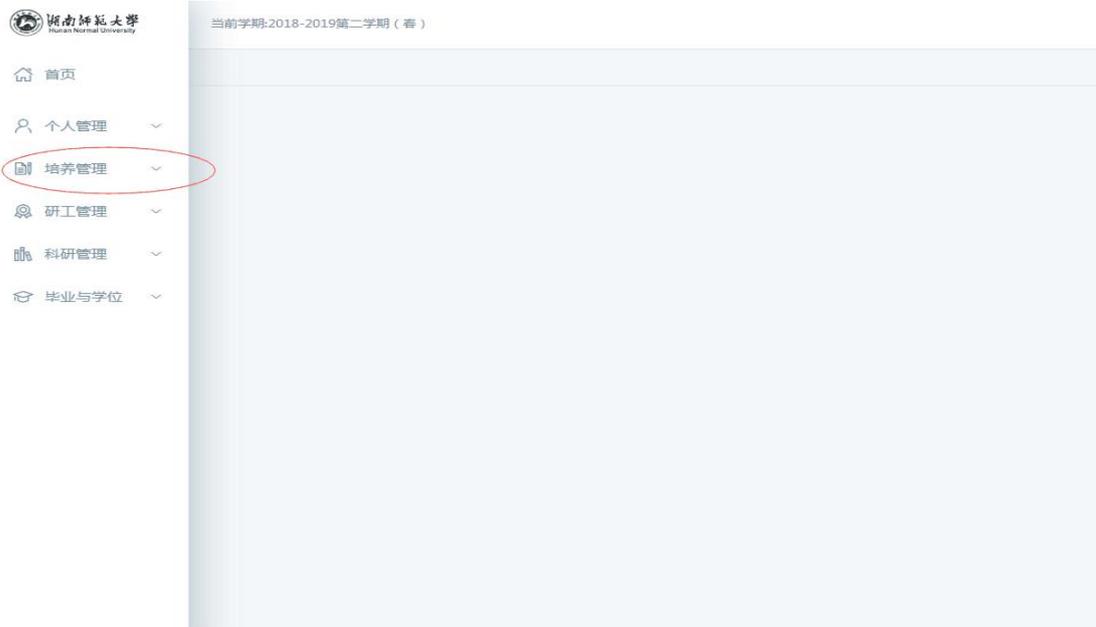
2.课程教学大纲



# 附件 1

## 选课要求及操作流程

### 一、登录学生界面。



### 二、依次点击“培养管理”->“学生网上选课”。



### 三、找到课程，点击“选课”，进行选课。

开课院系	课程编号	课程名称	班级名称	教室	任课教师	时间	学分	容纳人数	选课人数	开始时间	截止时间	操作
研究生院	W00000019	艺术中的美学与审美	艺术中的美学与审美1班	美术学院艺术地质屋			1	80	0	2019-10-14	2019-10-14	选课
研究生院	000010002	马克思主义与社会科学方	文科(专硕)2班	景德楼204	陈云凡	星期一 下午7:下午8	1	200	10	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	100010001	中国马克思主义与当代	博士政治	景德楼204	胡耀月	星期日 上午1-上午4	2	270	9	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	400010003	课程与教学论	课程与教学论1班(教育)	理学院大楼西头409#	蔺新生	星期三 上午1-上午4	2	120	14	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	300010001	硕士学位英语课程	英语A组10班(学硕)	至善楼211	梁斌	星期二 上午3-上午4	3	100	5	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	400010001	硕士学位英语课程	(专硕)英语6班	文学教学大楼408	黄谷会	星期二 上午1-上午2				2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	000010002	马克思主义与社会科学方	文科政治5班(学硕)	至善楼407	陈文珍	星期三 下午5-下午8	1	200	4	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	000010003	自然辩证法概论	理科政治3班(学硕)	景德楼204	张金	星期五 上午1-上午4	1	200	2	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	000010002	马克思主义与社会科学方	文科(专硕)3班	景德楼304	郑名琛	星期一 下午5-下午6	1	200	39	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	400010004	教育研究方法	教育研究方法3班(教育)	文学院410	钟文华	星期五 下午5-下午8	2	100	42	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	000010002	马克思主义与社会科学方	文科政治2班(学硕)	文学教学大楼416	肖根牛	星期一 下午7-下午8				2019-09-05	2019-09-22	选课
研究生院	000010002	马克思主义与社会科学方	文科政治2班(学硕)	文学教学大楼316	肖根牛	星期二 下午7-下午8	1	200	5	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	400010001	硕士学位英语课程	学科教学(音乐)非艺术	南院校区和乐楼402	熊静玲	星期二 上午1-上午2				2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	400010001	硕士学位英语课程	学科教学(音乐)非艺术	南院校区和乐楼206	熊静玲	星期四 上午1-上午2	3	100	3	2019-09-05	2019-09-22	
研究生院	000010002	马克思主义与社会科学方	文科政治3班(学硕)	立善教学大楼317	平译	星期一 下午7:下午8	1	200	14	2019-09-05	2019-09-22	

### 四、选课成功后，等待研究生院审核，审核通过后，学生可在“选课结果查询”中查到该门课程。

课程编号	课程名称	班级名称	学分	阶段	任课教师	起讫周	时间	上课地点	选课人数
1	000010001	中国特色社会主义理论与实践研	2	1	黄艳	3-11	连续周 星期一 下午7:下午8	文学教学大楼416	151
2	000010001	中国特色社会主义理论与实践研	2	2	黄艳	3-11	连续周 星期二 下午7:下午8	文学教学大楼316	151
3	000010002	马克思主义与社会科学方法论	1	1	肖根牛	12-15	连续周 星期一 下午7:下午8	文学教学大楼416	150
4	000010002	马克思主义与社会科学方法论	1	2	肖根牛	12-15	连续周 星期二 下午7:下午8	文学教学大楼316	150
5	W00000019	艺术中的美学与审美	1	1		8-9	连续周	美术学院艺术地质楼1#	1

## 附件 2

### 课程教学大纲

#### 《研究生心理健康教育》教学大纲

#### Course Outline of Postgraduate Mental Health Education

#### 第一部分 大纲说明

1. 课程代码: X00000001
2. 课程类型: 任意选修课
3. 开课时间: 春季学期或秋季学期, 第 5 周一第 12 周
4. 课程目标: 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。
5. 面向学科: 面向不同学科方向的研究生。
6. 考核方式: 考查, 学期末提交个人成长论文。
7. 预修课程: 无
8. 教学方式: 讲授法、互动式教学、体验式学习

序号	教学内容	课堂讲课	实践	课堂讨论	课外自学
		学时	学时	学时	学时
1	第一讲: 心理健康指标与常见困扰	0.5	1	0.5	
2	第二讲: 压力解码与时间管理策略	0.5	1	0.5	
3	第三讲: 情绪管理进阶策略	0.5	1	0.5	
4	第四讲: 心智模式重构与自我关怀	0.5	1	0.5	
5	第五讲: 人际关系困扰	0.5	1	0.5	
6	第六讲: 高效沟通与问题解决	0.5	1	0.5	
7	第七讲: 生涯愿景与资源规划	0.5	1	0.5	
8	第八讲: 个人支持系统与终身成长	0.5	1	0.5	
合计		4	8	4	

#### 10. 教材及教学参考资料:

**教材:** 李中莹.《重塑心灵: 每个人都拥有让自己成功快乐的能力》. 出版社: 民主与建设出版社, 2019 年版

#### **参考资料:**

李中莹.《简快身心积极疗法》. 出版社: 民主与建设出版社, 2019 年版

马歇尔. 卢森堡.《非暴力沟通》. 出版社: 华夏出版社, 2009 年版

罗伯特. 迪尔茨.《语言的魔力》. 出版社: 世界图书出版公司北京分公司, 2008 年版

#### 第二部分 教学内容和教学要求

本课程教学内容与目的概述: (1) 通过本课程的学习, 旨在让研究生可以更好地应对压力、缓解焦虑和抑郁等负性情绪; (2) 改善沟通技巧, 提高其人际适应性; (3) 改变负面思维模式和行为习惯, 促进个人成长和积极改变。

### **第一讲：心理健康指标与常见困扰**

1. 主要内容：阐述心理健康的多维标准（情绪、认知、行为、社会功能）；结合调研数据，深度解读研究生阶段学业、科研、人际、生涯、情绪等典型心理困扰的表现与相互关联；引入“理解层次”初步模型，帮助学生对自身状态进行系统定位。

2. 重点难点：重点是将抽象的心理健康标准与研究生具体生活学习情境相结合。难点是引导学生超越对“问题”的表面抱怨，转向系统性的自我观察和初步归因。

3. 预备知识：无特殊要求，鼓励学生结合自身体验进行思考。

### **第二讲：压力解码与时间管理策略**

1. 主要内容：分析学业压力与科研压力的共性与差异；传授基于 NLP “心略”和“状态管理”的时间管理与目标设定技巧；探讨“工作-生活平衡”的个性化定义与实现路径，破解“忙而无序”的困境。

2. 重点难点：重点为提供可立即上手的压力管理工具与时间规划方法。难点为帮助学生识别并调整在学业科研中固有的、低效的“自动化思维与行为模式”。

3. 预备知识：对自身当前的压力源和时间分配有基本觉察。

### **第三讲：情绪管理进阶策略**

1. 主要内容：讲解情绪的本质、功能与“情绪脑”机制；聚焦焦虑、孤独、抑郁等常见情绪，运用 NLP “位置感知法”、“次感元调整”等方法进行调节；学习从“被情绪控制”转向“主动管理情绪”，建立情绪韧性。

2. 重点难点：重点为掌握 2-3 种快速平复激烈情绪、提升积极情绪体验的实操技术。难点为理解并实践“接纳情绪”而非“对抗情绪”的范式转换。

3. 预备知识：对自身的主要情绪模式有初步认识。

### **第四讲：心智模式重构与自我关怀**

1. 主要内容：深入探讨 NLP “信念系统”与“自我概念”；识别并修正限制性信念（如“我必须完美”、“我不够好”）；学习“换框法”、“信念植入”等技巧，建立积极的自我对话与内在评价体系；培养自我关怀与自我接纳的能力。

2. 重点难点：重点为学会识别和挑战个人的核心限制性信念。难点为将新的、积极的信念真正内化，并转化为稳定的自我价值感。

3. 预备知识：对“理解层次”有基本了解，愿意进行一定程度的自我反思。

### **第五讲：人际关系困扰**

1. 主要内容：分析研究生阶段人际关系（同伴、导师、家庭）的特点与挑战；结合非暴力沟通原则，提升表达与倾听能力；运用 NLP “感知位置”与“亲和力”技巧，增进理解与共情；探讨如何主动构建和维护良性的社会支持网络。

2. 重点难点：重点为掌握非暴力沟通的“观察-感受-需要-请求”四要素模型。难点为情绪激动或观点冲突时，依然能运用沟通原则，并建立深层的情感联结。

3. 预备知识：有基本的人际交往意愿和体验。

### **第六讲：高效沟通与问题解决**

1. 主要内容：超越一般性沟通，聚焦于如何在学业协作、科研讨论、矛盾化解等具体情境中进行高效沟通。结合 NLP “米尔顿模式”与“隐喻”技术，提升说服与影响能力。学习“迪士尼创意策略”等系统性解决问题工具，将沟通力转化为生产力。

2. 重点难点：重点为在具体、困难的情境中（如与导师讨论课题分歧）应用沟通与问题解决模型。难点为整合“理性分析”与“创造性直觉”，形成灵活而有弹性的问题解决风格。
3. 预备知识：掌握基本的非暴力沟通原则，有解决实际问题的需求。

### **第七讲：生涯愿景与资源规划**

1. 主要内容：运用 NLP “逻辑层次”模型，从上至下（从愿景到行动）澄清职业价值观与人生愿景；处理对未来发展的迷茫与焦虑；学习整合个人兴趣、能力、价值观与市场需求；制定兼顾理想与现实的发展路径图，并将经济、家庭等因素纳入系统考量。
2. 重点难点：重点是帮助学生描绘出清晰、有动力的个人职业与人生愿景。难点是在愿景与当前现实（如经济压力、专业限制）之间搭建可行的桥梁，制定可执行的计划。
3. 预备知识：对自我有一定的认知（通过前几讲），对未来有思考但存在困惑。

### **第八讲：个人支持系统与终身成长**

1. 主要内容：回顾并整合前七讲的核心工具与方法（心智策略、自我关系、情绪调节、沟通模式等）；引导每位学生构建个性化的、可持续的“心理免疫与支持系统”蓝图；探讨如何将所学转化为终身受用的成长型思维与心理习惯，实现从“解决问题”到“主动发展”的跃迁。
2. 重点难点：重点是系统化整合所有知识点，形成个人专属的行动方案。难点是将课程中的“练习”真正转化为生活中的“习惯”，承诺于持续的自我实践。
3. 预备知识：完成前七讲的学习与相关练习。

# 《算力工程与应用》教学大纲

## Course Outline of Computility Engineering and Applications

### 第一部分 大纲说明

1. **课程代码:** X00000002
2. **课程类型:** 任意选修课
3. **开课时间:** 春季学期或秋季学期, 第 5 周一第 12 周
4. **课程目标:** 提升研究生在人工智能大模型及算力应用领域的专业认知, 助力其在学术研究与职业发展中拓展技术视野。
5. **面向学科:** 面向不同学科方向的研究生。
6. **考核方式:** 考查, 学期末提交个人成长论文。
7. **预修课程:** 无
8. **教学方式:** 讲授法、互动式教学、体验式学习
9. **教材及教学参考资料:** 任初轩.《科技前沿课: 算力》. 人民日报出版社. 2024

序号	教学内容	课堂讲课	实践	课堂讨论	课外自学
		学时	学时	学时	学时
1	第一章 大模型通识与智能体工作流	2	1	1	
2	RAG 技术原理与应用部署	2	1	1	
3	第三章 大模型微调原理与实践	2	1	1	
4	第四章 算力平台运维	2	1	1	
5	第五章 算力平台运维实训	0	4	0	
合计		8	8	4	

### 第二部分 教学内容和教学要求

本课程教学内容和目的: (1) 了解大模型基础理论、智能体工作流、RAG 技术、大模型微调及算力平台运维核心知识, 构建基础技术知识框架; (2) 熟悉相关技术的基本操作流程, 能够配合完成基础技术应用; (3) 培养对人工智能及算力领域的兴趣, 提升技术认知与应用思维。

#### 第一章 大模型通识与智能体工作流

1. **主要内容:** 主要介绍 AI 发展通识、大模型学习地图、智能体应用前景、通过基础对话实现聊天功能、提示词工程与 workflow 搭建、Agent 设计模式。
2. **重点难点:** 重点是掌握大模型核心概念、workflow 搭建, 以及 Agent 设计模式。难点是 workflow 搭建。

#### 第二章 RAG 技术原理与应用部署

1. **主要内容:** 本章主要介绍智能体搭建进阶、RAG 入门、构建强大的智能体 Prompt + 知识增强、知识库管理与 RAG 参数调优、设计高效 workflow、行业案例展示。
2. **重点难点:** 重点是 RAG 技术原理、知识库构建基础, 以及设计高效 workflow。难点是掌握知识库构建以及设计高效 workflow。

### 第三章 大模型微调原理与实践

1. 主要内容：本章主要理解大模型微调的核心必要性、掌握大模型微调的技术分类、动手实践大模型微调基础流程。
2. 重点难点：重点是掌握大模型微调的技术分类。难点是动手实践大模型微调基础流程。

### 第四章 算力平台运维

1. 主要内容：本章主要介绍算力平台硬件组成与架构、平台监控、性能优化与资源调度、安全防护与数据备份常识。
2. 重点难点：重点是掌握平台监控与故障排查、性能优化与资源调度。难点是性能优化与资源调度。

### 第五章 算力平台运维实训

1. 主要内容：本章主要是算力平台运维实践，预计每人每周安排半天。
2. 重点难点：重点是掌握平台运维方法。算力平台运维聚焦大规模集群、异构算力调度与高可用保障，需统筹硬件监控、资源调度、性能调优及安全合规。难点在于多场景负载波动、故障快速定位、能耗与算力平衡，以专业化运维保障业务稳定高效运行。