学生组获奖名单：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 微课名称 | 作者 | 学院 | 指导教师 | 奖项 |
| 1 | 《当“铁饭碗”遇上“追梦人”——亲子冲突背后的关系重建》 | 王玖翔 杨梦琪 孙福琦 施冠熙 杨槟瑞 | 基础教学中心 | 吴玥玥 | 一等奖 |
| 2 | 《从被控到掌控：短视频成瘾该如何破局》 | 彭靓、胡家馨、刘佳艺、李梦晓、张赛赛 | 食品科学与工程学院 | 程亚格 | 一等奖 |
| 3 | 《解压“三步走”，重启情绪能量》 | 徐绮 | 水产学院 | 刘鹏 | 一等奖 |
| 4 | 《顺其自然，为所当为——考试焦虑的调适》 | 李源、刘佳慧、王康森、朱天、李晨 | 外国语学院 | 李筱 | 二等奖 |
| 5 | 《四把沟通钥匙：解构大学人际关系的“通关秘籍”》 | 陈元宵 | 化学化工学院 | 孔佑然 | 二等奖 |
| 6 | 《社交媒体中的自我表达与真实社交》 | 秦佳琳 汪旻阳 田汶冉 | 海德学院 | 朱鑫磊 | 二等奖 |
| 7 | 《解锁逆境反弹力：将挫折转化为成长契机》 | 肖兴阳 | 工程学院 | 刘孜 | 二等奖 |
| 8 | 《情绪与压力调试》 | 胡金欣 黄思博 谭佳雨 张文悦 姚文浩 | 材料科学与工程学院 | 王祥宇 | 二等奖 |
| 9 | 《心弦松紧之间——压力调适的三阶锦囊》 | 孙咏姿 | 文学与新闻传播学院 | 杜楠玥 | 三等奖 |
| 10 | 《柔语化冰 爱暖心灯——非暴力沟通，点亮家庭教育爱之灯塔》 | 赵昱玮、余可、冯显云、谢深友、逄皓雯 | 经济学院 | 孙明涵 | 三等奖 |
| 11 | 《“元宇宙”emo急救指南》 | 董毅杉 秦沐言 张书娜 司艳文 郎智杰 | 地球科学学院 | 李坤伦 | 三等奖 |
| 12 | 《自我认知——认识真实的自己》 | 赵若涵 申祥生 陈洋意 | 信息科学与工程学部 | 张子扬 | 三等奖 |
| 13 | 《心理健康，你我同行》 | 蒋欣仪 | 海洋生命学院 | 王音波 | 三等奖 |

教师组获奖名单：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 微课名称 | 作者 | 学院 | 奖项 |
| 1 | 《我的心上有道疤——与伤痕温柔相见》 | 刘孜 | 工程学院 | 一等奖 |
| 2 | 《解密依恋密码：从“恋爱脑”迈向理性共生的亲密关系构建》 | 张一凡 | 医药学院 | 一等奖 |
| 3 |  《茶田里的生命课：耕耘大学生积极心理的试验田》 | 赵真、黄凯 | 管理学院 | 一等奖 |
| 4 | 《重新出发，遇见更好的自己》 | 程亚格、程振明、朱富江 | 食品科学与工程学院 | 二等奖 |
| 5 | 《我的心情谁做主——解码情绪ABC》 | 李晓 | 工程学院 | 二等奖 |
| 6 | 《焦虑的科学认知与应对》 | 刘鹏 | 水产学院 | 二等奖 |
| 7 | 《轻松“课题分离”》 | 王祥宇 | 材料科学与工程学院 | 三等奖 |
| 8 | 《认识情绪》 | 杜楠玥 | 文学与新闻传播学院 | 三等奖 |
| 9 | 《破窗效应：环境对心理的影响与应对》 | 吴玥玥 | 基础教学中心 | 三等奖 |
| 10 | 《破解压力密码—三步科学调适法》 | 罗晨 | 环境科学与工程学院 | 三等奖 |