

“80后”科学伉俪“种草”贵州

本报记者 向淳



郝俊(中)带着学生做实验。



程巍(左二)手把手教自己所带的研究生熟悉相应操作规范。



“哪里的山更美?”“我觉得是贵州!”郝俊、程巍夫妇异口同声回答。

郝俊是贵州大学动物科学学院草业科学系系主任、副教授,程巍同为草业科学系副教授。从三尺讲台到希望田野,这对心怀志向的科学伉俪,如生命力顽强的香根草,把根深深扎进了祖国大西南腹地贵州的泥土里。

和这对“80后”科学伉俪一样,一大批高校教师追寻“诗与田野”,将论文写在贵州大地上,让科技春风吹暖田间地头,驱动农业现代化提速前行。



缘起奔赴大山 种好“幸福草”

郝俊的家乡在山西,程巍则来自内蒙古,两人在中国农业大学和兰州大学各自攻读研究生期间,因共同热爱“一株草”而结缘相识。

2013年上半年,博士毕业之际,异地恋、异国恋多年的德国基尔大学博士郝俊和中国科学院成都分院博士程巍面临择校选择。举棋不定之间,研究生同样毕业于中国农业大学、当时担任贵州大学动物科学学院草业科学系系主任的刘洪来发来邀请。

这一次贵州之行,郝俊缘定贵州大学,还向学校推介了自己的恋人程巍。当年9月,两人一同受聘,成为挑起大梁的青年骨干教师。

“放弃发达地区相对优越的科研、教

学条件,是为了追寻‘幸福草’。”面对亲朋好友的疑惑,郝俊给出答案。

“幸福草”,就是彼时贵州大学刚驶入发展“快车道”的草业科学专业,正犹如扩建的苗圃等待植入一批好苗一般,急需一批优秀人才注入。

这对来自北方的“80后”很快度过短暂的适应期,两人简单又温馨的婚礼在2013年底举行,结束了“牛郎织女”般隔空守望的生活,贵州成为“第二故乡”。

如今,贵州大学草业科学这株“幸福草”在春风里越长越高。“2015年,刘洪来师兄积劳成疾,病倒在工作岗位上。”郝俊回忆往事,坦言将延续师兄的未竟事业。



寻梦科研教学 绽放“大舞台”

登台授课,郝俊、程巍每次面对学生们求知若渴的目光,心中总会升腾着感动。奋战在教书、育人、科研、助农一线,两人认为教师与科学家是等量齐观的两个身份。

程巍在学生面前还是一个“知心姐姐”。有一次,程巍得知自己带的一名研究生打算放弃学业,早点找份工作,减轻家庭经济压力。作为导师,程巍立刻联系系里其他老师,一起为他垫付学费,还帮他申请了助学贷款。此后,程巍几次三番找他谈心。在程巍鼓励下,这名学生顺利完成学业,并考上公务员,扎根基层服务“三农”。

2013年至今,沐浴着新时代春雨雨露,草业科学系的学科之树苗茁壮成长。

郝俊先后主持、参与过国家及省部级重大科研课题10余项,在喀斯特区域饲料饲草资源开发利用技术研究领域造诣颇深,还申报专利多项,并先后获得贵州省科技进步奖三等奖、贵州省研究生教学成果奖等。

“虽然我们专业在全国相对起步较晚,但后劲足、潜力大,在贵州‘黄金十年’里取得了不俗成就。”郝俊十分庆幸一到贵州就赶上了好时候。

亲历引才工作蝶变的贵州大学动物科学学院院长陈超感触最深:“郝俊、程巍在贵州这些年,贵州逐渐变为吸引各类高层次人才‘强磁场’,一系列好政策落地见效,学校、学院发出的‘招贤榜’,揭榜的外省名校博士逐年递增。”

比起掌声和鲜花,郝俊更喜欢埋头教学、科研和下乡,他现在的愿望就是盼望草业科学系早日获得博士学位授权点,让凝聚一代代贵州草业人心血的“幸福草”长势更茁壮。



坚守兴农之志 跋涉“春风里”

10多年光阴的故事,贵州这片喀斯特地貌广泛分布的土地,郝俊倾注了和对对自己家乡山西一样的特殊情感。

执教贵州大学不到半年,2014年2月,郝俊响应同步小康驻村工作的号召,主动请缨来到黔西南州贞丰县平街乡小花江村驻村。

回望短短一年驻村帮扶,郝俊和村两委一起定下走农文旅融合发展的路子、邀请“娘家”贵州大学的专家前来调研招、联系捐赠信息化办公器材。一晃多年过去,那山那水那人,始终挂在心。

肉牛产业是贵州农业特色优势产业之一,三度领衔科技特派员,郝俊深入农业生产一线解民生、治学问,帮助养殖户破解饲料“拦路虎”。

多年来,郝俊、程巍在各自实验室里孵化出的一系列成果,在田间地头这个更大的“实验室”,一项项落地生根。

郝俊几乎跑遍省内肉牛产区,每年有80余天时间早出晚归直奔养殖一线开展牧草栽培、青贮饲料制作等集成技术的相关应用指导;程巍则深耕矿山生态恢复,让开阳、水城等地座座荒山恢复绿意。



“80后”科学伉俪郝俊、程巍夫妇扎根贵州10余年。受访者提供

青少年是否患抑郁症有标准——

医生提醒:注意隐性情绪信号

10月10日是“世界精神卫生日”,今年主题为“共建共治共享,同心健心安心”。

近年来,抑郁症、儿童注意力缺陷、双相情感障碍、睡眠障碍等心理疾病逐年高发。《2023年度中国心理健康》蓝皮书数据显示,中国成人抑郁风险检出率达10.6%,就诊率为9.5%。医学杂志《柳叶刀》的数据显示,中国目前大约1.73亿人患有各类精神疾病,其中91.4%的人从未接受专业治疗。

情绪起伏不定 学生三次诊疗

“医生,我是不是疯了?”在第三次就诊时,高中生小梁忍不住问。

上了高一后,小梁从心情低落至极兴奋,再到悲观轻生,经历情绪的剧烈波动。第一次就诊,小梁由父母带到福州市第二总医院神经精神防治院。“整天唉声叹气,感觉脑子像生锈了一样,作业都不会做,睡不好,也吃不香。”小梁说。经过精神功能检查和心理评估,该院副主任医师郭少楠按照“抑郁状态”对其治疗,不到1个月就改善了症状。

但是一段时间后,小梁的情况开始失控,变得“十分爱说话,无节制地买东西,而且易怒、不顺心时就破口大骂或者乱砸东西,甚至打人”。医生考虑她患上了“双相情感障碍”,于是调整用药。不到1个月,病情得以缓解。

仅仅半个月后,小梁再次心情低落。她说:“我感到自己思维、嗅觉都变得迟缓了,做事提不起精神,没法听课。”这种剧烈的情绪变化让小梁及其家人十分困惑和担忧。

“双相情感障碍是既有躁狂发作又有抑郁发作的一类心理障碍,这个类型的疾病,症状变化很快,我们需要更加耐心地调整治



精神科门诊医生在看诊。

疗。”面对疑问,郭少楠解释。

充分认识疾病后,小梁及其父母积极对待。经过多次用药方案调整及物理治疗,小梁病情好转,学习和生活回归正轨。

是否患上抑郁症 甄别信号很关键

“某一天,你发现对什么事情都失去了兴趣;后来,发现自己的活力又回来了。这两种状态或许会隔很久,也可能一天反复出现。”林涌超介绍,根据国际疾病诊断标准,常见的精神疾病有400种。在各种精神疾病中,抑郁症和焦虑症相对普遍。

据介绍,导致抑郁症的因素有很多,比如个性、社会压力以及应对压力的方式等,最主要的是遗传和自身生物因素。

在快节奏的现代生活中,总有不少人时

常觉得心里烦闷、无处发泄,不免怀疑自己患了抑郁症。

“判断是否患抑郁症是有标准的,实际上大多数人是产生了抑郁情绪,一般可以通过心理调节及生活方式的干预来缓解,这时要多注意隐性信号。”林涌超介绍,抑郁症患者一般表现为不同程度的睡眠障碍,比如失眠、嗜睡、早醒等;对日常生活丧失兴趣,没有动力做任何事情,包括那些以前能让自己感到快乐和有成就感的爱好;不愿和人接触,常常整日卧床、闭门独居、疏远亲友、回避社交;突然间行为大变样,记忆力减退,无法集中注意力。

短暂情绪低落时,要学会向家人和朋友倾诉,或通过体育锻炼等,培养积极心态。一旦这样的情绪持续半个月及以上仍未缓解,那就

要及时寻求专业的干预,必要时辅以药物治疗。作为抑郁症患者的亲人,要时刻关注他们的情绪变化,并鼓励及时接受治疗。

“只要积极治疗,抑郁症并没有想象中那样可怕。”林涌超说。

早识别早干预 减少发病风险

有调查表明,一旦确诊为精神疾病而不进行干预治疗,疾病就会反复,甚至让大脑结构产生变化。因此,针对这类疾病的治疗,提倡进行早期干预。

“针对抑郁症做到早识别、早干预,完全可以恢复到正常状态。”林涌超告诉记者,早期干预不是简单疾病的早期治疗,而是对学生早期筛查,发现情绪、行为等有异常时,及时追踪。很多精神障碍疾病都是从青少年时期开始的,此时进行干预,就会大大减少发病风险。

随着大众对心理健康的重视,现在很多青少年都愿意到医院接受早期心理帮助。在林涌超接诊的青少年中,多数人的心理问题和学习有关,其中焦虑、抑郁和物质冲动症状占据前三。

每个阶段都有不同的焦虑特征,比如小学阶段以分离性焦虑为主,这是与亲人分离时产生的急性焦虑;初中阶段,主要是不适应人际关系产生焦虑感;高中阶段,以学业压力和对现实不满而产生的矛盾性焦虑为主。

“维护心理健康不是一朝一夕的功课,需要长期关注和实践。”林涌超建议,大家可以从小日常生活中的小习惯入手,比如规律的作息、健康的饮食和适量的运动。研究表明,运动能有效缓解心理压力,改善情绪,促进心理健康。此外,保持良好的人际关系与社交互动也是心理健康的重要方面。

来源:福州日报



资讯

贵州省教育评价改革优秀案例之⑨

铜仁学院: 健全社会服务制度 改革双师队伍评价

“双师型”教师作为应用型高校、职业院校建设的主力军,在综合育人、产教融合、教学改革、社会服务和教师专业发展等方面,发挥着积极的示范引领作用。

铜仁学院以《高等教育法》《关于全面深化新时代教师队伍建设改革的意见》等政策为依据,以完善“社会服务”管理办法为小切口,撬动应用型高校“双师队伍”评价改革,有效克服重科研轻教学、重教书轻育人现象。



扫码阅读本期案例

教育评价改革事关教育发展方向,事关建设教育强国成败。2020年中共中央、国务院印发《深化新时代教育评价改革总体方案》(简称《总体方案》),提出到2035年基本形成富有时代特征、彰显中国特色、体现世界水平的教育评价体系,将在教育评价的理念、理论、主体、对象、内容、标准、方法、技术、制度、文化等方面进行体系性重塑。

《总体方案》印发以来,省委教育工委、省教育厅高度重视,把教育评价改革作为教育领域综合改革的总牵引,综合施策,稳步推进各项改革任务落地落实。各地各校发挥基层首创精神,着力在打破思想禁锢、冲破体制障碍、改变行为方式等方面先行先试,形成了一批典型经验。

贵州教育报微信公众号、微博陆续刊登“贵州省教育评价改革优秀案例”,充分发挥优秀案例的示范引领作用,全力推动教育评价改革走深走实。

省委教育工委宣传部
省教育厅法规处
贵州教育报

包揽“国赛”冠军

茅台学院学子笑傲品酒大赛



学生在参赛中。

本报讯(记者 周朝义 特约通讯员 李利利)10月9日,“汉酱杯”2024年第五届全国大学生白酒品评技能大赛总决赛在上海富悦大酒店顺利举行,在17个赛区79所高校共计206名参赛选手的比拼中,茅台学院学子不仅包揽了大赛冠、亚军,其他多名选手也取得了较好成绩。

大赛分为白酒理论考试(占比20%)和白酒品评技能考评(占比80%),理论考试主要考核选手对酒文化、酿造工艺及相关知识的掌握。白酒品评技能考评共8轮,主要考评技能包括质量鉴别、重现性、再现性等,侧重于选手的品酒能力和现场表现。

参赛选手纷纷表示,通过学校的培养和酿酒工程系老师们的保驾护航,让他们实践能力 and 综合素质不断提升。今后,将把大赛中获得的知识与技能融入日后的学习、工作及生活中,成为中国白酒文化传承与创新的重要力量,用年轻的力量去感受中国白酒的魅力。

茅台学院相关负责人表示,学子在此次品酒大赛中的积极表现,不仅展现了他们对白酒文化的热爱与追求,更通过系统的培训与激烈的竞技,了解更多白酒的酿造知识,熟练掌握了品酒技巧,让“以赛促学、以赛促教、学赛结合”教学模式得到了生动实践和检验。