

绿色践行，你我共享

——《生态消费理论与实践》课程育人教学相长

陶开宇

湖南工商大学，中国·湖南 长沙 410205

【摘要】在《生态消费理论与实践》课程实践育人过程中，践行绿色生活我在行、师生共建务实行、你我共享勇敢行、学以致用幸福行，以教学相长来切实帮助更多人在双碳战略指导下落实身心与知行合一、意识与行为双升维。

【关键词】生态消费理论与实践；教学互动；师生共建；双碳战略

Enjoying and Sharing Green Practice between You and Me

—Development in both teaching and learning in the course of The Theory and Practice of Ecological Consumption

Tao Kaiyu

Hunan Technology and Business University, Changsha, Hunan Province 410205

[Abstract] In teaching the course of The Theory and Practice of Ecological Consumption, I try to achieve the development in both teaching and learning to help more people implement the unity of body and mind, knowledge and action, thus to promote the development of consciousness and behavior by practising, sharing and applying green life between students and teachers.

[Key words] the theory and practice of ecological consumption; teaching interaction; joint development in both teachers and students; dual carbon strategy

【课题来源】湖南工商大学 2022 年“培优计划”项目。

陶开宇老师在湖南工商大学连续开设了 11 期共 32 个班，近 4000 名学生受益的《生态消费理论与实践》课程，在实践育人、教学相长等方面做出了很多有益的试点探索和迭代升级尝试。

1 绿色生活我在行

1.1 如何理解绿色？仅从字面意思理解绿色，这是一种来自大自然的原本的颜色，给人宁静清秀的感受，正符合快时代的慢生活需求。早在 10 多年前，我就意识到推动环保低碳绿色消费对于社会发展的重要作用。虽然当时，环保对于大多数人来说，还是很陌生的词汇或者口号，与本身的生活还没有建立联系。在这样的背景下推广有机生活、践行环境保护，自然会面对一些不理解与不信任。比如 2008 年，我正处于职称评定的关键时刻，却为了组织有机团购，为贫困地区特色农产品带货，放弃了很多申报课题的机会，为保障集体利益而艰难地舍弃了个人利益。虽然处于学术新秀的良好发展阶段，依旧拿出啃硬骨头的干劲，义无反顾地走上了推广传播绿色消费生活方式的实践创新道路上。虽然在这方面也取得小小的影响，还是有不少领导同事纷纷惋惜。2013 年，创办了长沙绿动环保中心，积极参与社区宣讲和湖南图书馆讲座、长沙图书馆宣教等环保公益活动。因为这些实际事务都没有列入高校考核体系内，甚至要花更多时间来保障可持续性，多少也会留下很多遗憾。2017 年，不仅坚持几十年如一日地上好《微观经济学》、《宏观经济学》等商科院校的主干课程，还坚持开设《生态消费理论与实践》的全校自然科学通识课程，全程用心设计、复盘无数，在当时并不被人们理解。这种转变，让很多领导同事觉得我错失主业，深为叹息。

1.2 如何理解绿色行动？刚开设生态消费相关课程时，初次接触到项目管理式的课程设计系列创新举措，很多学生觉得麻烦而避免碰雷，甚至狭隘地以为是传销。我们不放弃不舍弃，始终相信方法一定比困难更多，循序渐进地寻找更合适的方式。其中有一个很重要的坚守，就是找到内心的力量。

即便面对困难，我们也不断创新实践，坚持推广和践行生

态消费理论。在直面环保意识淡漠的现实问题中，我们带动学生开展各类真实生活场景的生态消费实践，开阔思考和看待生态问题的视野，站得高看得远，慢慢摸索出一系列有效做法。同时，确定好研究方向也很重要，有的时候选择方向比盲目努力更重要。在整个行动过程中，对于所谓的不理解、不信任，换一种心态来对待又有了更好的觉察和提醒。所谓不理解，恰好就有了更理解的空间和破壳点；所谓不信任，恰好为建立信任奠定了基础。所以尽量不要被负面能量所困，重要的是我们要以绿色行动来改变一些固有局限性观念。

2 师生共建务实行

2.1 如何平衡时间管理？在《生态消费理论与实践》课程教学互动中，我们主要强调以输出促进输入，以团队带动个体。在时间管理方面，我们感觉时间就像海绵，挤一挤才会有。长期以来，每一周至少有三天以上的教学时间，一个学期下来有近 1000 节课。这样高频的工作节奏，自然要牺牲部分个人的时间，并在自我时间和工作时间两者中寻找一种平衡。首先，面对众多事务，强调要进行自我取舍的轻重缓急排序。作为老师，安排好教学时间肯定是第一位，抓紧抓实当下任务，持之以恒地找到规律提高效率。其次，充分利用课前课后时间，提高专注力解决相关事务，同时增强聚集效应。再次，学习见缝插针地有效休息。换一种形式工作也可以成为最好的休息方式。日常将时间进行一个分组次的排序，充分利用闲散零碎时间，尽量做到劳逸结合，有张有弛。同时，关于科研时间的投入，我们讲究不只是为了任务而战，更倾向于做长期性可持续安排，力求以此做为充电时间。我们把论文写在中国大地上，把论文写在乡野课堂中，把论文写在绿色行动中，将更多精力用于经济学的实践和探索。

2.2 如何践行师生共建？我们有一群志同道合的伙伴，就是樱慈公益团队。大家因为情怀聚集在一块儿，各尽所能，做好线上线下、课内课外的融合贯通。参加樱慈公益团队的条件很简单，首先，要个人自愿；其次，要有自己的信仰和比较

明确的想法；再次，就是在实干中选拔。我们会安排大家一些任务、给予大家合适的培养目标，再进行动态的选拔。尤其是2022年，我们给很多学生做过相应的内在探索和成长指导。因为我们现在掌握了把潜意识意象化的工具，比如欧卡、意象对话、一棵树等艺术治疗手段，也对有需求的学生提供相关的咨询。我们确实看到了各个不同专业的人在进行选择的时候都会觉得困惑、迷茫，但实际上你只要把不同人的潜意识的东西调动出来，就会发现每一个人在不同的年龄阶段和生活背景之下都会产生相应的答案，只是我们还不确定自己的选择。同时很多人只是靠表面上的想象，而且容易受身边人的影响，因此就可能走入一个误区，所以我们最终还是要听到自己内心的声音。越早确定适合自己的选择和目标，其效果就可能越好。

3 你我共享勇敢行

3.1 如何看待环保健康融合？有人以为“环保”与“健康”二者之间的关系有矛盾，其实这两者之间一直都是融合贯通的。正如老祖宗传授的天人合一、身心合一、形神合一、言行合一，他们本身就是自成一体的。面对人为割裂的情况时，我们只要找回四合一之间的链接，并把它更好地从身体的环保和健康层面，推广到心灵的环保和健康层面，乃至到整个社会的全面环保和健康层面，也就是国家强调的双碳目标战略思想的现实要求。

3.2 如何共享线上线下？目前樱慈公益团队开设很多日常特色课程和公益讲座，未来，樱慈团队会有什么新的课题想法？比如之前樱慈团队结合“互联网+”，推出了樱慈乐享生活联盟项目，樱慈团队接下来是否会将“互联网+”与其他项目结合起来？

对于互联网的使用实践，可以回顾到2006年的樱慈博客开设及圈粉建群历程。2013年左右，我们就开设了“樱慈团队”微信公众号，又在2016年重新开设现在都在运用的“樱慈”微信公众号。2020年开通了“樱慈时尚”视频号，并且将其广泛地运用在课堂上。同时我们也走在自编原创短视频的前列，不光是形式上，我们的内容也一直是每天都在更新和进步。樱慈团队做项目也是这样的精益求精。因为精力有限，目前没有去做很多的探索，但是只要想到全心投入做任何事情都不算太难，而且我们现在也已经有一个“樱慈蜜糖心”的挑战杯项目，并且会边干边练，增权赋能。对于创业创新项目这一块儿，我们还有很多想法。通过协调很多相关机构和朋友，融合我们的生态、消费、心理等相关主题，我们觉得创新创业创意的践行空间还很大。

4 学以致用幸福行

4.1 如何坐而论道？外界大多是看到我们在进行大量的文化和理念的输出，当然，渊博的文化储藏并不是一朝一夕能够做到的，我们又是如何在繁忙的工作中平衡自己知识学习的呢？增加自己的知识储备的呢？

只要我们拥有不断学习这个目标，那么每时每刻都可以输入输出。就像现在跟年轻人在对话，我会引导大家怎样去做采访、怎样做好准备工作，当然我也在大家身上发现现在的很多孩子们的一些需求。我也会在这个解决问题的过程中，不断扩展自己的知识。现在很多的孩子以为用眼睛看的东西才算学习，其实学习不仅仅是这一种方式。当我们真实打开身体去感受，更能获得全方位的学习体验。平时我会一边做家务，一边听书、听直播，所以可以把每个时间段都重复利用，不断地进行学习。我平时喜欢借各类实体书看，慢慢拓展自己的知识面。也许有些知识对于我们来说是跨界的或者超过了我们目前所处环境需要的知识量，但是只要我们愿意去学习，像做科研一样，你就会发现其实并不难，这是一个长期的过程。我们的学习是不分场合、不分时段、不分对象的，更是活学活用的，只要知道学习的目标、学习的意义在哪里，努力把自

己的生活变得更加丰富多彩，学习也会变得更加主动自如。

4.2 如何起而行之？古往今来，人们读书本是读知识、读思想。当今，我在湖南图书馆百姓课堂、长沙图书馆百师千课课堂开设公益课，从一群保护地球、爱护环境、追求返璞归真归真生活方式的志愿者脸上读到了幸福。我们来自四方：我们乘公交坐地铁，穿梭于城乡，不知疲倦地宣讲生态环保、循环经济、天人合一。我们个性十足：凡自己能做出的，尽量不浪费碳足迹购买；凡有天然物品的，尽量不用化学制品避免伤害环境。为减少厨余垃圾，吃水果我们以食全食美之名物尽其用，连水果皮我们也会用来制作环保酵素。我们还有自己的浪漫方式，情人节不送玫瑰而送药食双用的金银花，附上“诗句”：金银花友谊花，有金有银随便花。我们爱心满满：遇有经济困难的同学，我们捐赠被褥衣物加之精神滋养；遇到垃圾错放，我们俯身拾起并大方分类利用；看到地球脆弱受难，我们内心流泪，自愿充当一位保护环境的吹哨人、报警人。我们以良心、良知和善良驱使自己在环保道路上坚毅前行。我们把真诚和美好留给了这个世界。我们快乐盈盈：在这里，你可看到我们最真挚、最开心的笑容。我们全力以赴做手工，即便需要下大力、提重物；我们认认真真享耕读，即使是气喘吁吁、热汗淋漓。我们总是满脸笑容，乐在其中。伴随我们公益付出的，永远是无怨无悔的笑容。我们每天都向新的目标出发，即时分享幸福的故事，用心书写精彩人生，此刻，正伸出双手-----等待您的加入。

4.3 如何兼容并蓄？创办一个团队，运营一个团队都是劳神费力的事，樱慈公益团队有什么有特色的组织管理方式是值得后来者学习的呢？

不同的管理者有不同的风格，基于个人管理风格，团队成员一直都是比较平等、互相尊重的。大家在团队中各显所能、各取所需、各扬所长，我们这个团队最大的好处就是一直绽放着生命力，一直很年轻很青春。这一点是我特别引以为自豪的。不论年龄大小，大家都是活力满满、积极主动、目标明确、信仰坚定。我们主要以增权赋能方式开展项目管理，找到大家身上的闪光点，在你擅长的方面以实践实操进一步提升才干。只要在团队里的每个人都在进步，我们就一直在进步。在这样一个动态的过程中，获取个人和团队的双向成长。

5 教学相长永续行

5.1 坚守初心，真切热爱。“不理解恰好就有了理解的空间，不信任为信任提供了基础。”即便遭遇不理解、不信任，也可以转化为推动自己进步的更强动力，提供自我成长的空间。让热爱去消散一切的阴霾，守住初心保持最初的目标，对自己的工作一直保持着热情与纯真，归来少年，如此安好。

5.2 学无止境，与时代共舞。既然坚定了自己的热爱，就要一往无前。重视学习、终身学习，随时随地享受自我充电与滋养。我们将环保理念融入到生活的每一件小事中，对于学习也是高效利用时间。一个时段多重功能，劳逸结合、有张有弛，高效高能。我们一直在向更广更高的领域前进，同时将自己所学倾囊赠予学生。学习也可以变成一种热爱，时代发展就如大浪淘沙一般，只有终身学习才能不被淘汰。

参考文献：

- [1] 陶开宇. 论现代消费模式的和谐价值理性[J]; 求索, 2011(6).
- [2] 陶开宇. 以节约型消费模式扩大两型社会需求[J] 湖南商学院学报. 2009(4): 5-7.
- [3] 陶开宇. 生态消费模式合作案例研究——以樱慈有机生活体验馆为例[J], 湖南商学院学报, 2014(5): 55-57.

作者简介：

陶开宇(1973.08-)女，汉，湖南工商大学，副教授，博士；研究方向：中国经济增长、消费经济学、生态经济学等。