关于开展“疫情中的成长”征文比赛的通知

2020年的“热搜”关键词莫过于“疫情”二字，在这场全民“战疫”里，我们想听听你的故事！“宅”在家里，自我隔离的日子，你是否会为有史以来最长的寒假感到开心，而后默默的感到无聊，焦虑，担心着学业、毕业和未来？你是否会不时盯着不断飙升的数字，担心着这些数字会持续增长？抑或是感到愤怒无助，甚至自责的在想“我怎么什么都做不了！”？还是默默的立志要更加努力，未来有一天也能在国家需要的时候冲上前线？

疫情的发生对于我们的心理发展来说既是一次严峻的挑战，同时也是一次难得的成长机遇，它促使我们重新思考生活、生命和未来，也在改变着我们的某些观念、想法和行为。为了记录这段在我们的生命中留下深深痕迹、令人难以忘却的回忆，也为了展现大学生和谐、温暖、积极向上的精神风貌，在第十六届大学生心理健康节期间，我们将开展全民抗疫，请说出你的故事 ——“疫情改变你我”征文比赛，现将有关事项通知如下：

**一、活动主题**

疫情改变你我 塑造阳光心态

**二、活动时间**

2020年5月6日-5月25日

**三、参与对象**

全体在校生

**四、活动进程**

**1.初赛**

时间:5月6日–5月15日

要求：

（1）初赛在各学院内部进行，形式自拟。各学院可根据参赛作品的主题、内容、文笔、情感等方面进行评选。

[（2）各学院选出优秀作品后，学院负责人将参赛作品及报名表电子版（见附件）于5月15日18点前发至邮箱1633230337@qq.com。征文文稿以“学院+参赛选手姓名+文稿题目”的形式进行命名。](mailto:（2）各学院选出优秀作品后，学院负责人将参赛作品及报名表电子版（见附件）于5月15日18点前发至邮箱1633230337@qq.com。征文文稿以\“学院+参赛选手姓名+文稿题目\”的形式进行命名。)

（3）各学院提交作品数量

|  |  |
| --- | --- |
| **学 院** | **作品数量** |
| 理信学院、管理学院、机电学院、食品学院、化药学院、建工学院、经济学院、传媒学院、资环学院 | 3 |
| 园林学院、外语学院、人文学院、动科学院、艺术学院、动医学院、海洋学院、农学院、园艺学院、生科学院、植医学院、国教学院 | 2 |

**2．决赛**

时间：5月16日-5月23日

地点：线上云评审

决赛由大学生心理发展指导中心聘请评委，根据参赛选手的参赛作品予以评分。最后按分数高低确定名次，选出获奖作品。

**五、活动要求**

1.作品必须是本人原创，严禁抄袭。必须是真实生活的记录，严谨虚构。否则一经发现取消参赛资格。

2.心理征文要求电子版体裁，题目不限，题材不限，字数在800字至1200字之间，做得言简意赅。

3.内容要求积极向上，作品内容背景为疫情发生期间，有事例有感悟。比如通过你的故事阐释你的心理变化的心灵地图、情绪困顿的心灵自助、挑战挫折的心理体验，积极向上的阳光心态；或者是发在发生在身边他人故事以及对此事件的启迪感悟；或者是疫情期间个体内心心理路程的起伏变化或感受，对人生的思考、对生命的感悟等等。  
 4.参赛作品若涉及到个人隐私等，参赛选手应提前做好沟通，征得同意、进行适当处理后再展示在作品中。

**六、奖项设置**

视情况设一二三等奖，优秀作品将在青岛农业大学学工在线进行展示分享。

**七、活动单位及联系方式**

青岛农业大学心理发展指导中心

联系人：牟欣尚，15589641020，邮箱：1633230337@qq.com

学生工作部（处）学生心理发展指导中心

2020年4月30日

**附件：**

“疫情改变你我”心理征文比赛报名表

主题：疫情改变你我，塑造阳光心态

学院：

联系人：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 班级 | 姓名 | 参赛作品 | 联系方式 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |