

# 计+心理 | 关于北京工商大学举办心理成长演讲比赛的通知

## 一、活动目的

为响应北京市教委号召，积极开展大学生心理健康节活动，努力营造积极向上、健康文明的校园文化氛围，培养学生积极健康的心理，引导学生以良好、阳光、理智、健康的心态去面对生活，北京工商大学举办以“磨砺生命韧性，绽放青春光芒”为主题的演讲比赛，以疫情防控为契机，突出生命就是在各种压力的磨砺中才能变得坚韧，青春也只在不断迎接挑战中才能成长，绽放光芒。通过演讲比赛，旨在宣传心理健康教育知识、引导学生科学看待挫折与压力、提升学生心理调适能力，同时，也为学生提供一个展现自我、提升自我的机会和舞台，锻炼学生的演讲能力和口头表达能力，把心理健康教育工作与学生校园文化生活紧密结合，坚守为党育人的初心、站稳为国育才的立场，为助力实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴的中国梦做出积极贡献。

## 二、活动主题

“磨砺生命韧性，绽放青春光芒”主题演讲比赛

## 三、活动内容与形式

1. 围绕“磨砺生命韧性，绽放青春光芒”主题，自拟题

目。

2. 演讲内容主要围绕有关大学生自己在成长经历中的故事和感悟，阐述对“磨砺生命韧性，绽放青春光芒”的理解，如“走过人生的困境”、“挫折中的成长”、“我经历过的一次成长”等等。

3. 演讲主题明确，观点鲜明，内容积极，见解独到；演讲材料真实，内容原创，实例生动，结构严谨；文字简练流畅，体现时代气息，富有真情实感。

#### 四、活动对象

北京工商大学全体学生

#### 五、活动承办单位

北京工商大学计算机学院、法学院

#### 六、活动安排

本次比赛分为初赛、决赛两阶段进行：

初赛：以选手提交的稿件进行文稿初选，附有音、视频的作品可依情况获得附加分，2021年4月16日-2021年4月22日

决赛：文科实践中心模拟法庭，具体评分标准见下方评分表，2021年4月28日。

## 七、活动流程

初赛：所有选手于4月22日（星期三）18:00前将电子版演讲稿发至邮箱939556702@qq.com，作品格式要求：字体应使用宋体，字号为黑色，标题居中、加粗、字号为三号，正文内容字号大小为四号，行距以1.5倍为标准，文稿字数要求不少于800字，邮件命名为学院+姓名，文稿末尾写明学院、班级、姓名、联系方式（便于初选通过后联系通知后续事宜）等信息。有演讲比赛经验的同学可附自己演讲的音频或视频作为加分项。

决赛：经筛选后，选手集中进行现场评比，第一名将作为学校代表参加市级“北京高校学生心理成长演讲比赛”活动。

附件一：北京工商大学心理成长演讲比赛评分表

北京工商大学心理成长演讲比赛评分表

序号	姓名	学院	演讲题目	演讲内容 (30分)	语言表达 (30分)	综合印象 (30分)	现场效果 (10分)	总分
				要点：观点鲜明；材料充实 新颖；结构严谨；思想性强	要点：语言规范；吐字清晰；表达流畅；语速适中	要点：精神饱满；着装端庄大方；举止得体	要点：感染力、吸引力强； 时间控制在5分钟以内	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								

撰稿人：刘子雅祺 审核：张焯 李原 常祎琳

2021年4月16日