

湖北科技学院学生工作部(处)

湖科学通【2026】19号

关于举办湖北科技学院第六届阳光心理剧大赛的通知

一、活动目的

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，全面落实《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》部署，依据教育部《关于全面推进健康学校建设的指导意见》（教体艺〔2026〕3号）及“新一轮学生心理健康促进行动”工作要求，深入践行“健康第一”教育理念，进一步提升我校心理健康教育工作实效，现决定举办湖北科技学院第六届阳光心理剧大赛。本次大赛旨在充分发挥心理情景剧的情感共鸣与教育引导作用，帮助学生通过角色扮演与情境模拟，直观展现心理困惑、真实表达内心世界、主动探索解决方法，从而增强心理韧性，培育积极乐观的心理品质，营造健康阳光、五育融合的校园文化氛围。

二、活动主题

心欣向阳，剧映成长

三、参赛对象

湖北科技学院全体师生

四、赛事组织

主办单位：心理健康教育与咨询中心

承办单位：人文与传媒学院

参赛单位：各二级学院

五、比赛时间和地点

初赛：由各教学院自行组织

复赛时间：2026年10月17日

复赛地点：大学生活动中心

决赛时间：2026年11月13日晚7点

决赛地点：大学生活动中心

六、比赛安排

1. 初赛：由各教学院自行组织进行，各教学院推选1个剧目参与复赛，2026年9月20日前，将报名表（附件2）、作品原创承诺书（附件3）和剧本以院部为单位提交至邮箱 2038504634@qq.com，剧目负责人加QQ群（群号：1106503332）。

2. 复赛：参赛学院分赛区展开比拼，参赛剧目按照抽签顺序依次演出，评委会进行打分，按照评分的高低推选各赛区冠军进入决赛。

3. 决赛：参赛剧目按照抽签顺序依次表演，现场演绎，由评委会进行评分，确定最终奖项。

七、奖项设置

比赛设置一等奖、二等奖、三等奖、最佳男、女主角奖，最佳配角奖、最佳组织奖和优秀剧本奖等等。

八、剧目要求

1. 剧本要求：

(1) 围绕“心欣向阳，剧映成长”主题，参照创作指南（附件1），题目自拟。通过心理情景剧的表达方式，展现大学生对生活的观察、对心灵的探索、对成长的真诚思考。

(2) 剧本要具有引导性，传递积极向上的价值观。剧本有完整的情节架构，内容贴近大学生生活实际，可结合日常学习生活中的热点问题、普遍存在的心理困惑进行创作，着重反应内心的心理冲突和心理调适过程，给观看者带来启发和引导。

(3) 剧本格式需符合基本戏剧创作规范，包含场景说明、人物表、台词、舞台提示等。

(4) 鼓励创新形式，如融入独白、梦境、隐喻、替身、镜像、雕塑等表现手法增强心理呈现效果。

(5) 须为原创作品，不得抄袭他人现有剧本，作品原创承诺书（附件3）随剧本一同提交。

(6) 参赛作品的版权归作者所有，但主办方有权在非营利性活动中使用参赛作品进行展示、演绎。

2. 剧本上交格式要求： 剧目名称宋体小二号字加粗，居中；正文使用仿宋体三号字，单倍行距；剧本以“院部+剧目名称”

命名。

3. 剧目时长要求：**10—15 分钟**

4. 每个剧目要求组建一个团队，每个团队包含的基本人员构成见报名表（附件 2），可以根据实际情况有所增加，团队每个成员各司其职，共同完成剧目的创作、排练和表演。

5. 其他：现场表演特殊道具、服装、PPT、音频、背景物料等自主选择、自行剪辑和准备。

心理健康教育与咨询中心

2026 年 5 月 19 日

附件 1:

湖北科技学院第六届阳光心理剧大赛创作指南

1. 空心感与生命意义：直面内心虚无、存在感缺失与价值迷茫，在觉醒中重构生命定向，探寻存在的核心意义。

2. 网络社交依赖：聚焦 AI 陪伴过度、现实社交疏离、线下交流能力退化等问题，以回归真实联结为方向，重建健康社交模式。

3. 内卷与躺平拉锯：破解同辈压力下的焦虑与自我价值迷失，在努力与放松的摇摆中接纳自身有限性，寻找自洽成长节奏。

4. 情绪羞耻与微笑抑郁：打破“强颜欢笑、隐藏痛苦”的伪装，接纳情绪脆弱，走出独自崩溃的困境，实现自我和解。

5. 网络诈骗与自我保护：揭露虚假信息、钓鱼陷阱等风险，洞悉诈骗心理操控，克服侥幸与情绪弱点，筑牢心理防线，守护身心与财产安全。

6. 大学生生涯规划：破解专业价值困惑、职业方向模糊等问题，通过拆解目标、实践试错，锚定人生方向。

7. 学业压力调适：应对挂科焦虑、考研考公压力、学业倦怠等困境，探寻科学有效的情绪调节与学习方法。

8. 恋爱心理成长：围绕暗恋、失恋、异地恋、情感 PUA 等话题，传递平等尊重、独立自爱的健康恋爱观。

9. 自我认同接纳：摆脱容貌、身材焦虑、自卑等困扰，学会

欣赏自身独特性，建立稳定的自信与自我价值感。

10. 人际关系与边界：化解宿舍冲突、讨好型人格带来的困扰，厘清自我边界，构建尊重包容的人际联结。

附件 2:

湖北科技学院第六届阳光心理剧大赛报名表

剧目名称				
参赛院部		作品时长		
剧目负责人		联系电话		
指导老师		联系电话		
参赛团队信息				
角色	姓名	学号	联系电话	QQ
编剧				
导演				
场务				
灯光				
道具				
演员				
演员				

附件 3:

作品原创承诺书

本人承诺在湖北科技学院第六届阳光心理剧大赛中提交的参赛作品权利归本人所有，保证提交的作品属本人原创，真实、合法。如有不实，本人愿承担一切法律责任和后果。

作品名称:

特此承诺!

承诺人签名:

年 月 日

(注: 打印后手写签字, 提交纸质版的拍照件)

附件 4:

湖北科技学院阳光心理剧大赛细则

一、剧本（40分）：剧情曲折，富有戏剧性。		
一档：35-40	二档：25-34	三档：10-24
1、能准确解读人物心理，心理学术语使用恰当。	1、剧情完整连贯，有一定感染力。围绕心理剧大赛主题，表现大学校园生活。	1、剧情整体完整，不出现突兀难懂的情节。
2、人物刻画特点鲜明，富有个性。	2、人物的描写有一定的代表性。	2、表现大学校园故事，有对校园的一些心理问题的反应。
3、语言精练优美，富有感染力，能给人启迪。	3、语言准确到位，符合人物语境。	
4、对校园一些心理问题有一定预见性，并能给出合理的解决方案。	4、对人物心理有一定程度的解读，有一些心理学术语的使用。	3、有对人物心理的解读。
5、有一种或多种心理剧手法的运用，如独白，角色互换，镜观，空椅子等	5、描写校园生活贴切自然，能融入自己对生活得特别简介。	

二、演员表演(30分):表演流畅自然，注重细节表现。		
一档：30	二档：20-29	三档：10-19
1、演出富有感染力，表达感情准确，能带动观者的情绪。	1、表演准确到位，无偏台，笑场等表演失误。	能完成整部心理剧的演出，有个别偏台，笑场等表演失误。
	2、台词吐字清晰，能较为流畅的演出。	

三、舞台效果（30分）：音乐使用与演员表演融为一体，能产生烘托剧情的效果。		
一档：30	二档：20-29	三档：10-19
1、道具使用能准确表现剧情场景，道具切换快速安静。	1、道具使用能表现剧情场景，道具切换正常。	1、音乐的使用没有明显失误，影响演出效果。
2、服装要能准确表现人物身份。	2、音乐选择符合剧情，播放到位。	2、道具切换及位置没有明显失误。
3、旁白的使用能达到烘托演出效果的作用。	3、道具切换迅速到位。	

附件 5:

湖北科技学院阳光心理剧大赛评分表

剧目名称	
表演院部	
剧本得分 (40 分)	
演员表演 (30 分)	
舞台效果 (30 分)	
总分	