**2019年大学生心理健康节活动**

**“以梦为马”校园微故事比赛通知**

**一、活动名称**

“以梦为马”——校园微故事比赛

**二、活动目的**

为了响应2019年首都大学生心理健康节“筑梦，追梦，圆梦”活动，激发每个大学生内在的成长动力，倡导树立目标、追逐梦想、勇于创造的人生理念，培育自尊自信、理性平和的积极心态，实现健康幸福的人生，特举办“以梦为马”校园里的微故事征集活动。

**三、活动主题**

“以梦为马”校园里的微故事征集活动，注重收集学生本人或者与他人之间的故事。在筑梦、追梦、圆梦的路途中，也许有时候要独自奋斗，也许有时候会结伴而行，不论经历的哪种方式，都鼓励学生记录下来、分享出来，让更多的老师和同学见证与陪伴学生在梦想道路上的付出与体验。

“以梦为马”微故事活动，一方面可以提升学生对自我生活、学习有更多地体验、觉察，另一方面增强对生活中重要他人、校园中熟悉的陌生人有更多地关心和关注，更是希望激发学生对生活的持续热爱、对美好的持久探寻，以及对未来的不尽憧憬。各学院可结合

**四、活动形式和材料**

以“以梦为马”——校园里的微故事作为活动主题，征集内容与学生在校园生活、学习有关，同时结合了本次心理健康节梦想的内容相关。例如，“校园里的筑梦师”“梦想之路上的DDL”“挫折中的成长”等等。最终各学院评选出2篇优秀文章参加学校的比赛，并在截止日期前将参评故事统一发送至指定邮箱，邮件名称：**学院名称+“以梦为马”微故事参赛文章**。