附件3

“角逐心知”心理健康知识竞赛方案

一、竞赛内容

心理健康知识、朋辈心理互助队伍工作实务相关知识、常见心理问题的识别与处理、心理危机预防与干预、心理咨询与治疗、心理政策文件等相关知识。

二、比赛时间

初赛：4月3日8:00-4月4日24:00

决赛：4月9日15:30-17:00

三、竞赛流程

竞赛活动通过易班优课“心理易站”优课群（邀请码：EQTLJQZP）开展，分初赛和决赛两个环节。初赛题型有单选题和不定向选择题；决赛题型有单选题、不定向选择题和简答题；初赛和决赛满分均为100分。即日起至4月3日，可登录易班优课“心理易站”优课群的“在线考试”模块不限次练习。

**（一）初赛**

初赛要求全体朋辈心理互助总会、朋辈心理互助分会成员（含班级心理委员、宿舍心理信息员）必须参加，其余学生可自愿选择参加。初赛以抽题赛的形式开展，在开赛时间段范围内，参赛选手均可多次登录易班优课“心理易站”优课群的“在线考试”模块参与答题，取最后一次成绩作为最终成绩。

**（二）决赛**

初赛成绩排名前100名的参赛选手直接进入决赛。决赛以整卷赛的形式开展，统一一份试题，其中单选题和不定向选择题通过易班优课“心理易站”优课群的“在线考试”模块提交，简答题通过易班优课“心理易站”优课群的“在线作业”模块提交，要求所有参赛选手在规定时间内完成答题。

请各位参赛人员答题前在易班app“校园信息”板块再次核实个人信息是否完备、准确（学院、班级、姓名等），以便准确统计答题成绩。

四、奖项设置

（一）本次竞赛设一等奖5名，二等奖10名，三等奖15名，优秀奖若干名。学校将结合竞赛成绩与日常综合表现遴选优秀朋辈心理互助员，组建团队参与全区高校大学生朋辈心理辅导技能大赛。

（二）所有初赛成绩达90分（含）以上的参赛选手可获得2个思想成长类第二课堂学时，进入决赛的选手可额外再获得2个思想成长类第二课堂学时。