

2023 年江西师范大学心理健康脱口秀大赛决赛圆满落幕

让世界听见青春声音，让每一颗心灵都充满光芒。5 月 16 日，由心理健康教育中心主办的“妙语绘心·秀出精彩”主题脱口秀比赛暨 2023 年江西师范大学心理健康脱口秀大赛决赛在音乐艺术广场圆满落幕。



本次比赛规模宏大，得到各层的高度关注。比赛特别邀请副校长董圣鸿老师、校心理教育中心主任王敬群老师以及来自各学院的党委副书记莅临指导。由招生就业处处长彭小云老师、江西教育舆情分析研究中心主任刘芳华老师、校团委副书记汤美丽老师、学生处教育科科长占淑荣老师、心理教育中心心理危机与预防科科长刘玲玲老师担任评委。老师们与来自各学院的心理辅导员以及学生代表欢聚一堂，共赏今夜的视听盛宴。

回首来时路，郁郁满芳华。照片记载着十五组选手的欢笑与泪水，在大屏幕上以视频的形式依次铺陈开来。在主持人的引导下，我们首先回顾了从初赛一路走来的点点滴滴。



随着主持人热情洋溢的比赛介绍结束，十五组选手的角逐正式开始。本次比赛将全校的青年聚集在一起，共同演绎着青春这场没有彩排的剧本，让我们看到青春心灵的多姿多态。世界参差，美由谁来定义？他们说，他人即地狱，每一个独一无二的我，都注定幸福。深陷紧张焦虑，出路在何方？他们说，当你身处黑暗之时，乐观是至上的光芒。换个角度想，你竟战胜了太阳。人生要遇见很多人，我们是否因为他们而改变而成长？他们说，我们因此学会了倾听，学会了以笨拙的爱去回馈他人，学会了不再保持懒散的模样。



比赛现场金句频出，爆梗不断，选手们以自己的亲身经历为基础，在“妙语绘心·秀出精彩”这一主题下进行幽默输出。打破焦虑迷局，克服社恐；接纳我的不完美，成为自己的女王；找回那些遗失的快乐，让回忆镶嵌成水晶的圆，让健康的心灵奋起扬帆。

美术学院选手何依伶与李佳琪表示，这场比赛是一次难能可贵的经历，既有利于克服怯场的毛病，又锻炼了语言表达能力。音乐学院王辛怡同学也提及了这一观点，她还分享了从初赛一直走来的故事，提倡大家都自信积极地表达自己的声音。外国语学院的种子选手王帅则将脱口秀视为自己的爱好，希望积累更多的舞台经验，期待再次绽放。诚然，因为热爱我们绽放，因为共同的热爱，我们相遇。

比赛接近尾声，统票期间，舞蹈队的同学们为我们带来活力四射的街舞表演《As if it is your last》，将会场的气氛推向新一轮的高潮，为迎接最为激动人心的时刻——颁奖仪式做准备。在轻松、活泼、大联欢的气氛中奖项一一公布，其中，外国语学院选手王帅以最



高分拔得头筹。

脱口而出的是生活，秀出的是青春勾勒出的昂扬向上的模样。愿每个人都善待自己，愿每个人都学会关爱他人，永远以一颗积极向上的心，自信地迎接每一天地挑战。

未来，期待再一次相遇！

