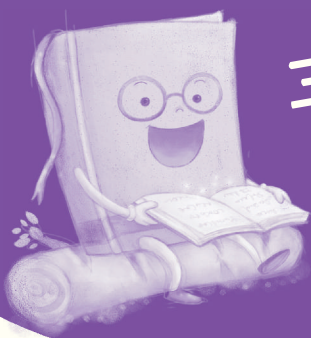


青少年閱讀心得徵文活動



# 青春不焦慮

## 寫下你的情緒故事



**參加對象** 本縣國中學生

**收件時間**

115年8月1日至9月30日將稿件送至澎湖縣圖書館1樓服務台或各鄉立圖書館櫃台。

**參加方式**

- (一) 利用本縣公共圖書館（含縣圖書館、澎南圖書分館及鄉立圖書館）、澎湖分區資源中心圖書、各校圖書館或班級圖書等館藏，請選擇一本與情緒管理有關圖書加以閱讀並撰寫心得。
- (二) 撰寫內容須包括：  
以情緒管理為主題的相關圖書抒寫心得。  
撰寫時可包含故事內容簡介、印象深刻的情節，以及對焦慮與壓力的感受與想法，並結合自身生活經驗，分享面對情緒的方法與收穫。鼓勵青少年表達真實感受，培養情緒覺察、同理心與自我成長能力，探索自我成長的多種面貌，理解並應對成長中的困惑。
- (三) 內容至少需300字，請發揮你的觀察力，好好介紹這本書，表達你的感受吧！

**獎勵方式**

預定錄取50名，每名給予200元禮券獎勵，另為鼓勵踴躍學生參加，未錄取者將抽出20名，可獲得100元禮券。

**其他**

- (一) 本稿件請務必以**黑色墨水**的筆書寫，黑色的原子筆、中性筆、鋼珠筆等都可（**勿用鉛筆**）。
- (二) 「青春不迷航」青少年情緒探索書展，115年7月1日~9月30日於縣圖書館一樓大廳展出，展出圖書可供同學外借參考。
- (三) 錄取作品將陳列於縣圖書館展示。
- (四) 本活動旨為鼓勵青少年學生踴躍參與閱讀活動非為競賽，錄選作品以禮券獎勵，不另頒發獎狀及印製證明文件。
- (五) 請務必以稿件字數不合規定者，將不列入評審。
- (六) 投稿作品須為原創，若有已發表、抄襲或違反徵文規則之情事者，主辦單位得撤銷得獎資格並追回獎勵，若涉及違法，由投稿者自行負責。
- (七) 參加者須提供正確且真實之個人資料，若故意提供不實資料者，主辦單位有權取消其得獎資格。
- (八) 參加徵獎之作品，概不退件，請自留底稿。
- (九) 本辦法可逕至文化局網站 (<http://www.phcc.gov.tw/>) 最新消息項下查詢及下載列印，或至縣圖書館櫃台、各鄉立圖書館櫃台領取（縣圖書館承辦人吳小姐，連絡電話：9261141-158）。
- (十) 本辦法若有未盡事宜，得予隨時修訂並公布。

| 指導單位 | 教育部 | 主辦單位 | 澎湖縣政府文化局

### 「青春不焦慮，寫下你的情緒故事」青少年閱讀心得徵文活動 報名表

姓名		書名		聯絡電話	
就讀學校		班級	年 班	手 機	

