核准日期：2019年4月01日
修改日期：9021年5月10日，2022年7月23日

精神药品

影像计划说明书

请仔细阅读说明书并在专业指导下使用

当“正能量”和“丧”齐头并进，当越来越多的现象被冠以“抑郁症”的标签，你会发现，抑郁症同时作为疾病分类标签和文化习语影响着我们，我们也在重塑抑郁症的内涵和外延。刺鸟栖息地是国内唯一一家专注于精神健康领域影像实践的非营利组织。我们相信影像实践是能够缓解时代症候的社会处方，也相信在精神健康专业介入层面影像还有巨大的潜力有待发挥。我们持续收集和整理来自世界各地聚焦精神健康议题的优质影像。这些影像不仅仅是强调痛苦经历的伤痕艺术、强调病人创造力的原生艺术，更是一份用光影呈现的社会调查报告。刺鸟栖息地致力于反思理所当然，打破话语垄断，让观众发现精神疾病作为个人体验和社会现象的多重涵义。

【计划名称】

通用名称：刺鸟影像计划

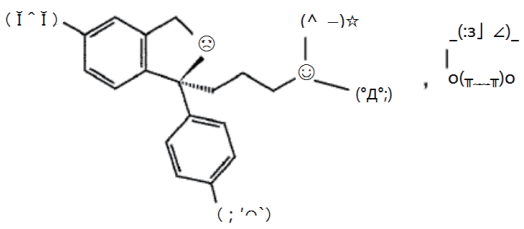
英文名称：Thornbirds Movie Plan

【成分】

活性成分：抑郁，躁狂

化学名称：我也不知道

化学结构式：



辅料：其他人类情感

【性状】

有色无味

【规格】

2h*365天

【适应症】

治疗伴有好奇、困惑等围绕各类精神障碍产生的当代生活迷思。

【用法用量】

眼服，建议近视者在眼镜的帮助下服用。

每周1次，1次120min，如需要，可每日服用。

【不良反应】

常见无聊、厌烦、想睡觉。

偶见伤心、想哭、触景生情。

罕见生气、感到冒犯、愤然离展。

发生率的定义如下:十分常见(≥1/10),常见(≥1/10至<1/10),偶见(≥1/1000至<1/100),罕见(≥1/10000至<1/1000),十分罕见(<1/10000),未知(不能通过已有的数据估计）。

【禁忌】

1、认为抑郁症、躁郁症等精神现象只有一种解释

2、随意对作品中涉及到的他人故事做评价

【注意事项】

1、随身携带开放心态

2、避免抱有过高期待

【有效期】

昨天，今天，和明天

【地点】

各类精神健康议题线下友善空间、刺鸟栖息地公众号和网站、街头……

【生产单位】

刺鸟栖息地，关注精神健康议题的公共艺术团体

【影像计划详情】

精神心理影像档案系列

我们相信影像实践是能够缓解时代症候的社会处方，也相信在精神健康专业介入层面影像还有巨大的潜力有待发挥。在精神心理影像档案系列，我们持续收集和整理来自世界各地聚焦精神健康议题的优质影像，尤其关注华人创作和华语创作，呈现独特而珍贵的创作风景。

学术研究/独立观察

我们从影像出发，结合社会学、心理学、人类学、精神病学、传播学等多学科展开学术探讨和观察思考，

身体力行地进行知识生产，呈现影像和精神健康议题的多种可能。我们相信大家能够借由阅读和交流达到自我赋能。我们提供工具/思维方式和行动经验，而非单纯的翻译/资源搬运等投喂式公共教育。注重批判性思考，关照当下现实，希望跨越学科藩篱，最终服务于行动。

影展/放映/活动

我们积极开展精神健康主题的各类影像活动。我们并不希望用精神健康专业知识穿凿附会，也并不认为这些片子看完就能让观众感觉到疗愈。而是更愿意将这些不同气质的影像当作打开讨论的引子和呈现不同生命状态的镜子，结合映后讨论与观众以另一种方式聊聊精神健康话题。同时作为有着专业心理和社会工作背景的组织，我们也积极以影像为媒介，开展各类支持团体。

扫码查看刺鸟影像计划更多信息