2018年大学生心理健康节活动项目

“心认识，心成长”心理绘画大赛活动方案

1. **活动主题**

结合2018年大学生心理健康节“新时代，心梦想，心健康”的主题，以“心认识，心成长”为主题，以自我成长经历或心灵感悟为主要内容，通过手绘或计算机等形式进行绘画创作。

**二．活动背景**

为响应国家教育部加强大学生心理健康教育的号召,为响应北京市委教育工委的号召,广泛深入地对大学生进行心理素质教育，特举办此次2018年大学生心理健康节的心理绘画竞赛。此次活动我们将心理健康教育融入在创新式的绘画活动中，在实践中感悟知识、在交流中提升认识, 推动实现其自我价值，发展当代大学生积极向上的主观动力。

**三．活动目的**

借助新颖的绘画形式，将心理健康的内容生动形象地展现出来，促进大学生认识自我、接纳自我、重塑自我，营造关注心理健康的氛围，引导大学生明确自我发展并结合时代特色，最终达到培育自尊自信、理性平和、积极心态、心怀梦想、健康成长的目的。此外，活动与本学院学生心理中心的工作有机结合，将作品展示常态化，实现多方共赢。

**四．活动对象**

全体在校大学生

**五．活动时间**

2018年4-5月

**六．活动细节**

（一）作品要求

1. 内容要求：以自我成长经历或心灵感悟为主要内容进行绘画创作，作品不单只是自我经历的客观展现，更多的是心理层面的主观投射。能体现当代大学生内心世界，能体现心理健康主题，例如“一次心情从坏到好的变化”、“爱意”、“激动”、“美丽的梦”、“春风拂面”、“焦虑”等等。如有需要，可以适当添加简要文字介绍（限**30字**）。

之所以涉及一些“消极”的主题，是因为这些也是学生们会有的必然情感，而且，一些伟大的艺术创作表达的也是“消极”的主题，例如，图1是爱德华•蒙克在1895年创作的经典名作《呐喊》，但同时欣赏它们的观众也能够感受到一种成熟的、升华的体验。



（图1 爱德华•蒙克 《呐喊》，彩粉木板画，1895年）

1. 形式要求：绘画形式不限，漫画、素描、水彩画、油墨画、国画、电脑PS、刺绣、版画、雕刻、剪纸等多种形式均可。画风不限，写实、唯美、抽象等均可。色彩不限，黑白彩色均可。除了和画面相配合、理解情节所需要的文字，画面上不允许出现作品名称、作者的学院、姓名、联系方式等信息。单图、组图不限。
2. 其他要求：一人限一份作品，参赛作品均须作者原创，一旦发现抄袭现象，立即取消参赛资格。

（二）参赛要求

1、每班择优推荐绘画作品参加竞赛（最多不超过5幅）。请将每幅作品拍成一张电子版照片（无论单图还是组图，同一作品必须呈现在一张照片上），图片文件名为“**作品名+作者+手机号+班级名称**”，格式为JPGE或GIF文件，长边不小于800像素，图片原则上要求高清。为保证评比的公正性和一致性，电子版照片一律不得加入边框、水纹、签名等修饰。

2、各班于**5月2日20:00前**将本院择优作品的照片和信息汇总表（见附件1）集中打压缩包发送至**绿萝花负责人公邮：568478590@qq.com**，名称为“**班级名称+心理绘画竞赛**”。

（三）作品评比

学校将组织专家进行评审，根据艺术性、切题程度、感染力、启发意义等标准对对参评作品进行评价。

1. 参赛奖励

评审结束后综合评选出一、二、三等奖。