**5.25心理健康月“秀出健康 青春绽放”系列活动（6）**

**“慧心绘色 秀出自我”自画像大赛通知**

春风浩荡，万紫千红。在万物萧条尽头，千姿百态的生命正孕育而出。设计与艺术学院借5.25心理健康活动月的契机，开展以学生为主体，聚焦学生自我认识与健康成长，以学生自画像设计与绘制为主要特色，鼓励学生进行自我觉察与创意表达，展示学生理性平和、自尊自信、积极向上的精神。

**一、活动目的**

本次活动以发展性心理健康教育与积极心理学理念为主导，关切学生成长需求及凸显问题，结合学院实际，经研究，决定在上海电子信息职业学院内开展以“慧心绘色 秀出自我”为主题的自画像活动，借此宣传、普及心理健康知识，引导学生自我探索，加强学生自我认识及自助互助意识，促进学生健康成长，营造良好校园心理氛围。

**二、活动主题**

**慧心绘色 秀出自我**

**三、活动对象**

全体在校学生

**四、活动时间**

2022年3月至6月

第一阶段，4月18日至5月10日活动宣传及作品提交；

第二阶段，5月11日至5月20日决赛；

第三阶段，5月25日作品展示。

**五、活动内容**

**1、形式：**自画像（电脑设计、手绘均可）

**2、内容：**

（1）以“自己”为题，创作一幅画像。可以从自己的认知、情绪情感、行为表现、人格特点等方面着手。

（2）可以画人，也可以画动物、植物，以及任何可以表达自己的事或物。

**3、格式要求：**

（1）手绘作品采用4K铅画纸；

（2）电脑打印作品材质不限，尺幅为4K（389mm\*546mm）；电子版，则格式为PDF，文件名为作品名称+作者+学院

（3）每位参赛者须提交1-3张绘画过程的照片。与参赛作品、登记表一起以压缩文件形式发至295066789@qq.com

**六、奖项设置**

“慧心绘色 秀出自我”自画像大赛，设置一等奖2名(300元/人)，二等奖3（200元/人）名，三等奖5名（150元/人），最佳人气奖1名（150元/人）。

一、二、三等奖将根据评委评选产生，最佳人气奖将根据线上投票产生。

**七、评分标准**

1、作品内容：参赛作品须为原创，想法新颖、具有个人特色。

2、参赛作品主题鲜明突出。能够突出大学生应有的思想风貌，表现出积极乐观的心理过程。

主办单位：学工部 心理健康教育与咨询中心

承办单位：设计与艺术学院

2022年4月15日

**表1 2022年度设计与艺术学院“慧心绘色 秀出自我”主题自画像参赛登记表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **二级学院名称** |  | | |
| **作者姓名** |  | **专业** |  |
| **班级** |  |
| **学号** |  |
| **手机号码** |  |
| **银行卡号** |  |
| **指导教师** |  | **手机号码** |  |
| **电子邮箱** |  |
| **作品名称** |  | | |
| **主要内容及特色说明（500左右字）** |  | | |