第三届“我绘我心”自画像绘画大赛的活动安排

1. **活动介绍**

绘画艺术治疗是表达性艺术治疗的方法之一。此方法是让绘画者透过绘画的创作过程，利用非语言工具，将混乱的心理状况和不良感受导入清晰、有趣的状态。可将潜意识内压抑的感情与冲突呈现出来，并且在绘画的过程中获得抒解与释放，达到诊断与治疗的效果。可以在有限的空间（纸张）呈现出完整的内心世界。画者的任何一个涂鸦、画幅的大小、用笔的轻重、空间配置、颜色、涂抹等都有着特定的代表意义，都在传递着他的个体信息，通过绘画我们可以更清晰的了解一个人的内心世界。

认识自我、了解自我是处在建立角色统一性关键时期的大学生们必修的成长课程，建立健康的自我意识是大学生获得心理健康的前提和基础。通过自画像绘画这一独特的方式，可以激发大学生认识自我、了解自我、探索自我，从而达到悦纳自我、激发自我潜能的教育目标。

**二、活动主题**

我画我心 心意灵动

**三、参与对象**

全体在校学生

**四、比赛安排**

1.初赛：4月20日前由各二级学院自主开展学院内初评，选出不超过10件优秀作品上报经济管理学院团总支（思贤楼609办公室）。

2.决赛：4月下旬，由经济管理学院党委会同学工部、大学生心理健康教育与咨询中心对各二级学院上报作品进行集中评选。

**五、组织机构**

1.主办单位：学工部、大学生心理健康教育与咨询中心

2.承办单位：经济管理学院团总支

**六、作品要求及参赛方式**

1.作品必须以自画像为主题，上报作品同时附作品介绍，并注明参赛者所在学院、年级、专业、姓名、联系方式。

2.如果是纸质作品，统一采用A3大小纸张进行绘画创作。

3.作品可采用素描、蜡笔画、水粉、水彩画等多种类型进行创作；也可以提交其他形式的作品，如泥塑、木雕、布艺等。

4.各学院将推选作品原件送至经管学院609办公室（思贤楼），截止日期为4月23日。

**七、奖项设置**

本次比赛，按照一定比例进行奖励，一等奖设为总数3%，二等奖设为总数8%，三等奖设为总数15%，颁发获奖证书和奖品。

未尽事宜，请咨询经济管理学院党委。

联系人：李富民

咨询电话：0917-3566090