

心语·梦华|“心灵游园会·疗愈市集”完美收官啦！

青春吉利 青春吉利 2024年12月9日 22:50 四川



在这个快节奏的生活中
我们总渴望找到一片静谧之地
让心灵得以栖息
在一方温馨而神秘的治愈空间



随着社会节奏的加快，心理健康问题日益受到关注。为了提高大众对心理健康的认识，增强自我保健意识。

心理健康协会特此举办了心灵游园会疗愈市集活动。

11月29日下午，由心理健康协会和学生工作部携手各二级学院精心策划的心理健康主题活动——“心灵游园会·疗愈市集”，在秀园生活广场顺利落下帷幕。



活动回顾



本次活动由12个学院共同参与，每个学院都精心设计了富有创意的心理游戏，并据此设立了各具特色的趣味游戏区域和主题展示区。





在“拒绝蕉绿”游戏中，同学们领取明信片，写下自己的焦虑并抽鼓励信条，同时也撰写鼓励信条。提供一个交流和分享的平台，让参与者能够相互学习、支持和鼓励。同学们表示，在活动中他们感受到了前所未有的快乐和成就感，增强了自信心和动力。



“心绘共鸣”这一团队协作式游戏也获得了大家的积极参与和广泛好评。同学们发挥各自本领，努力通过绘画进行传递心理知识，表达传神有趣。

在“拒绝标签 自在逐光”游戏中，同学们勇敢地完成标签背后的挑战，突破自我。遇到没有足够勇气完成挑战的同学，也在工作人员的悉心引导下顺利完成。



同时其他活动也收到同学们的不断好评，如情绪气球、幸福刮刮乐、解锁爱自己的一百种方式、stroop挑战、猜emoji、校园落叶艺术品DIY、闪光的名字、投壶等活动。



活动总结



本次心理游园会活动，为同学们提供了一个放松心情，释放压力的空间。通过互动和体验，让参与者了解心理健康的重要性，以及如何维护和提升自己的心理健康。令

同学们勇敢表达真实的自我，享受内心的平静与自由。正如活动的主题“心灵游园会·疗愈市集”所言，在互动中交流，共享心灵的滋养，共愈心灵。



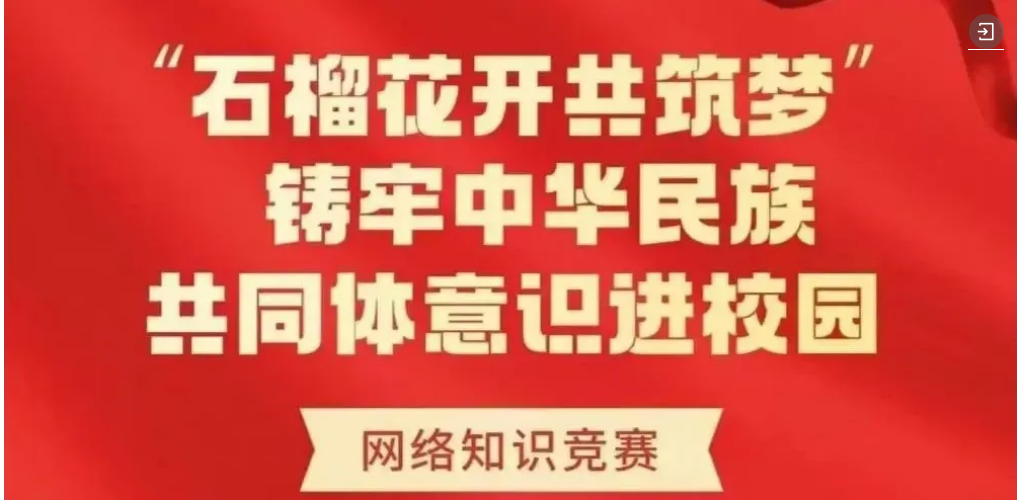
左右滑动查看更多



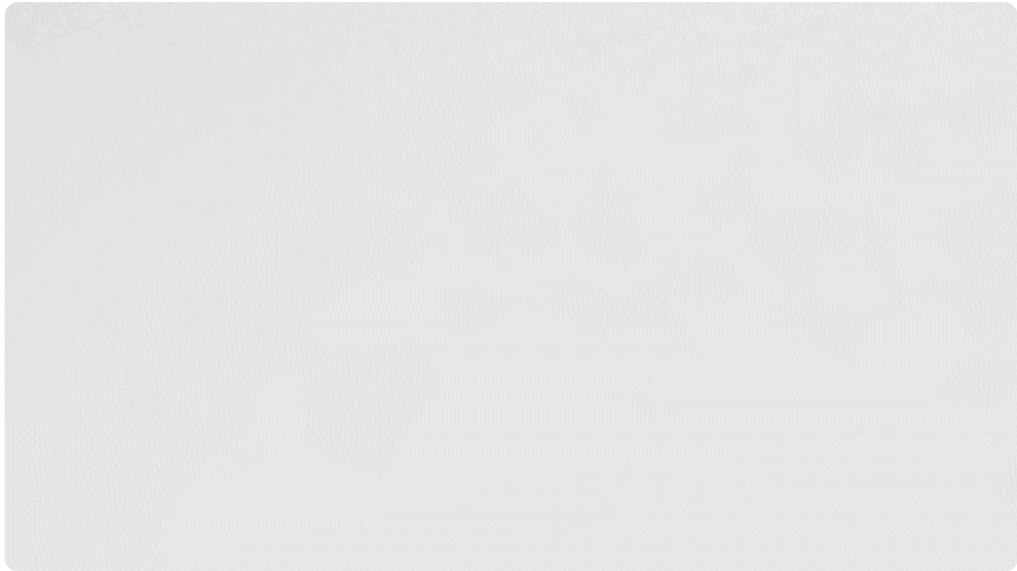
往期推荐



冬天就需要一点就“燃”!



“石榴花开共筑梦”——铸牢中华民族共同体意识进校园网络知识竞赛等你来参加！



投 稿 | 心理健康协会
校 对 | 林予璇 卢玉婷
编 审 | 胡之航
审 核 | 雍铎远