

绘心脸谱 见我本色——5·25 心理健康主题活动圆满举办

为引导广大学生关爱自我、悦纳自我，营造阳光向上、温暖包容的校园心理氛围，5月25日至26日，教育学院在篮球场外承办“绘心脸谱 见我本色”5·25心理健康主题活动。本次活动面向全体在校生开展，以艺术创作与沉浸式互动为载体，将传统脸谱文化、情绪表达与心理疗愈深度融合，为同学们带来一场治愈心灵、赋能成长的温暖体验。



活动现场设置本色脸谱绘制、情绪树洞倾诉、心理趣味互动、朋辈暖心分享四大板块。同学们以脸谱为画布，用色彩与线条勾勒内心情绪，绘就专属心灵脸谱，作品集中展示形成“本色长廊”；在情绪树洞匿名倾诉烦恼，由专业教师与志愿者现场疏导解惑；通过趣味游戏放松解压、增进交流；在朋辈分享中倾听成长故事，实现自我觉察与包容接纳，在沉浸式体验中释放压力、舒缓情绪。



本次活动以艺术为桥、以心灵为媒，创新心理健康教育形式，帮助学生正视情绪、接纳自我，提升心理调适能力，营造了温暖包容、积极向上的校园心理育人氛围。学院将持续完善心理健康服务体系，常态化开展心理育人活动，助力全体学子以健康阳光的心态成长成才。

供稿：教育学院团总支

一审：贺汉明

二审：傅渊

三审：匡灿

核发：教育学院