

美术与设计学院2024年大学生心理健康教育活动季心理团辅活动方案

为进一步提升我院学生心理健康素养，结合《百色学院2024年大学生“3·25”心理健康教育活动季活动方案》要求，美术与设计学院开展心理健康教育相关活动，特制定本方案。

一、活动主题

携手共进、共筑未来

二、活动目的

通过团体心理辅导活动，增强参与者的心理素质，提升团队合作能力，促进成员之间的沟通与理解。

三、活动时间

2024年5月27—29日，80：00—12：00

四、活动地点

澄碧校区田径场

五、参与人员

美术与设计学院21-23级全体同学

六、活动流程

1. 开场介绍（10分钟）

由主持人介绍活动目的、流程和注意事项。

2. 热身游戏：“大风吹”（15分钟）

全体成员围成圈，通过游戏活跃气氛，打破隔阂。

3. 团队建设（30分钟）

分组并选出组长，设计队名、队旗和口号，展示团队风采。

4. 主题活动一：“信任之旅”（40分钟）

成员两人一组，一人蒙上眼睛，另一人引导其通过障碍路线，体验信任与被信。

5. 分享与讨论（20分钟）

小组内分享信任之旅的感受和体会，然后进行大组交流。

6. 主题活动二：“齐心拼图”（40分钟）

各小组领取拼图任务，共同合作完成拼图。

7. 总结与结束（15分钟）

引导成员总结活动收获，主持人进行总结发言，结束活动。

（注：各班级可根据具体情况设置其他相关活动）

七、活动准备

1. 准备足够的眼罩、拼图等活动道具。
2. 布置活动场地，确保安全和舒适。
3. 安排工作人员负责组织和协调。

八、注意事项

1. 确保活动过程中的安全，避免意外发生。
2. 鼓励成员积极参与，但不强制。
3. 尊重成员的个人感受和隐私。
4. 活动结束后，对活动效果进行评估和反馈。

九、其他事宜

活动结束后，请各班级于2024年6月15日前将本班级相关活动开展情况形成总结材料报送至学院辅导员办公室。邮箱：450738714@qq.com。未尽事宜，请与邹老师联系。联系人及电话：邹老师，联系电话：13557269865。

