

一花一叶 一心一艺

——旅游航空学院第三届 5·25 心理健康月参观花艺室活动

园艺疗法在心理健康教育的运用是一项新的理念，作为心理健康教育领域的新途径和手段，正在融入校园生活、融入教育的全过程中。5月26日下午，旅游航空学院联合农林学院花卉实践教学基地开展了“一花一叶，一心一艺”心灵花艺心理健康活动，心理辅导教师张敏老师带队，各班心理委员参加。



活动时，在农林学院心理辅导教师郭蓉老师的带领下，全体人员参观了农林学院园艺基地的植物和各种草本花卉，她介绍了相关园艺种植知识和各种植物花卉的特点习性。讲解了花卉实践基地的发展历史及种植现况。感受人与自然界、植物间产生的心灵对话，体验生命的美好和珍贵。随后，同学们分为小队跟随老师进行了参观，学到了花卉种植的基础知识与操作技能。通过一系列的种植过程身体力行促进了自己的平和心态、达到积极品质的生成与释放。参观完成后，同学们以小组为单位进行了交流讨论，相互分享了自己在参观中

学习到的知识，讲述了心得体会，表示在活动中愉悦了身心，得到了放松。



此次活动以园艺活动为载体，用艺术的氛围，打开心灵的边界，通过活动让同学们拥抱自然，身心放松。将人文绿色理念植入学生心间，引导学生走进大自然、亲近土地，从而调节自己的情绪、达到身心放松。感受绿色植物的四季变化和顽强的生命力，达到以生命感动生命的目的。让学生感受园艺魅力，实现身心治愈。培养同学们对美好生活的向往和热爱，珍爱生命，增强责任感，促进学生形成健康的心理和健全的人格。