

疫情居家“疫”样快乐

——“居家有爱”摄影、短视频征集活动

根据疫情防控形势和学生心理状况,为更好帮助全校学生以积极的心态投入开学复课后的学习,进一步促进学生科学认识心理健康的重要性,形成正确的心理健康观念,引导学生以积极的态度面对生活,增强耐挫能力,促进学生健康成长,我院心理咨询中心开展了疫情居家“疫”样快乐——“居家有爱”摄影、短视频征集心理健康教育活动的。

本次活动促进了学生和家长在疫情期间的心理健康,引导学生和家人一起发现身边的美好事物、发现亲人的优点。各班同学都积极参加,展示自己的居家生活。



形象设计2班的一位同学说不能出门在家的日子很无聊,但是不能荒废自己,养花、绘画、听古典名

曲，给无聊的时间增添一份色彩。



帮父母干农活，和妈妈学做饭，陪爷爷下象棋，画画，上网课，饭后陪伴奶奶散步。同学们用照片和视频记录下了自己的居家生活。居家变成一种日常。居家让我们多了和家人相处的机会，也多了与孤独相处的思考。人的感知触角也开始唤醒，不断发现“家”原来有很多我们忽视的美好。厨房有了热气腾腾的烟火气，亲子时光也不仅是辅导学习，可以和父母话话家常，可以有一首歌的时间健身，拥挤的小角落也不影响居家学习，有机会体验社区志愿服务，认识更多的邻里街坊，对“远亲不如近邻”有了更深的认识，开始关注花花草草的成长，也终于看到了久违的夕阳……



原来我们的生活中从不缺少美，只是缺少了善于发现美的眼睛。尽管疫情禁锢了我们去发现自然美的脚步，但就在我们居家学习的日子里，只要我们足够细心，就会发现身边有这么多的“真善美”相伴！重新理解了“美”的内涵，用自己的实际行动增强必将战胜疫情的信念，为居家抗疫的自己鼓舞打气！生活点滴都值得被记录，只要心中有爱，居家也阻挡不了生活的精彩。