**关于开展“12·5”心理健康月系列活动之心灵解忧游园会的通知**

为进一步加强我校大学生心理健康教育工作，引导大学生正确感知自我、接纳自我，合理控制情绪，做情绪的主人，营造积极健康的校园心理文化氛围，校区决定举办“心之万象，情韵斑斓”心灵解忧游园会，具体事宜通知如下：

一、活动时间

2024年12月14日

二、活动主题

“心之万象，情韵斑斓”

三、活动对象

校区全体师生

四、活动主办方

学生工作办公室/团委

五、活动安排

本次活动场地位于大学生活动中心东、西大厅，现场设置多种心灵解忧游园会的项目，其中包括勇往直前，愤怒小鸟，快乐小狗等活动。参与者自愿选择并参与活动，依据相关规则获得印章，并凭借印章数量获得相应纪念奖品。

本次心理游园会以“心之万象，情韵斑斓”为主题，精心设计了一系列丰富多彩、趣味十足的活动，旨在为大家打造一个轻松愉快的心灵探索空间。在这里，你可以通过“心灵拼图”感受心理意象的魅力，在拼图过程中领悟深刻的心理启示；参加情绪大冒险，在挑战各种情绪任务的同时，更好地认识和表达自己的情绪；走进“心理树洞”，匿名倾诉内心的烦恼，也为他人送去温暖的心灵慰藉，释放生活与学习的压力，放松自己。

有意愿参加活动的师生可加QQ群进一步了解详情，群号：750268832

联系人：章老师    电话号码：0563-3831400

 学生工作办公室/团委