

教育学院心理健康月开展手工黏土 DIY 活动

（教工通讯员：王许达）5 月 25 日是一年一度的大学生心理健康日，为了进一步提高大学生的心理素质，促进大学生心理健康和谐，宣传普及心理健康知识，教育学院心理健康部及手工艺术爱好者协会于 5 月 19 日 16:00 在 N8 教学楼 A112 教室共同举办了以“指尖飞舞 心灵手巧”为主题的手工粘土 DIY 活动。

活动由教育学院心理学教授雷玉菊老师为同学们介绍粘土制作技巧，简单教授后同学们自己动手尝试捏造粘土，主持人在同学们制作间隙宣讲“525”相关知识。同学们在得到良好放松的同时了解到心理健康重要性，理解“525 心理健康日”的主旨——爱自己才能更好的爱他人。

手工制作不仅能够培养同学们的观察力、创造力、想象力，制作过程也能逐渐养成同学们细心观察周围事物的习惯，越来越精准地抓住事物的特征。从模仿到创作的手工活动，正是创造力不断提升的过程，同时也在同学们紧张的学习气氛中增添一抹亮色，释放压力，关爱自我。



审稿人：张 辉