

一花一世界，我心入榄雕

——4.28 园艺疗法初体验之科技文化节精彩活动回顾

4.28 迎来了我校丰富多彩的科技文化节，2017 年我校心理中心给大家带来了一个有趣的体验呢？下面我们一起来回顾整个活动的精彩环节：

园艺疗法

它是运用植物与人之间的一种亲密关系，通过从事园艺活动，在这个过程中，帮助自己放松心情、舒缓压力、增加自信心、培养成就感、建立良好人际关系。即通过植物及万物运行之道，调节人的身心状态，使接触者具有发展、康复及治疗的辅导效果。园艺治疗所关注的对象非常广泛，从孩子到老人，对一般压力减缓、情绪障碍的调整、各种关系的协调（人际关系、情感关系、亲子关系、社会关系）以及各个科别的康复，都有积极的作用，它既能照顾整体，又能体现出个体差异，可见，园艺治疗是一个系统的过程。

（一）前期策划与海报宣传

前期策划

每一个生命都值得我们用心去呵护、尊重与培育，在这个过程中让每一个生命个体都能感受生命中每一天的喜悦或体悟。正是基于这样的想法或信念，并结合当下所处的环境，我找到了园艺疗法。这是我策划前期的一个 idea，它的内涵丰富而有趣。本次科技文化节是我们第一次开展园艺疗法，所以定为“园艺疗法初体验”，在本次活动中给大家带来很多新奇而有趣的体验。

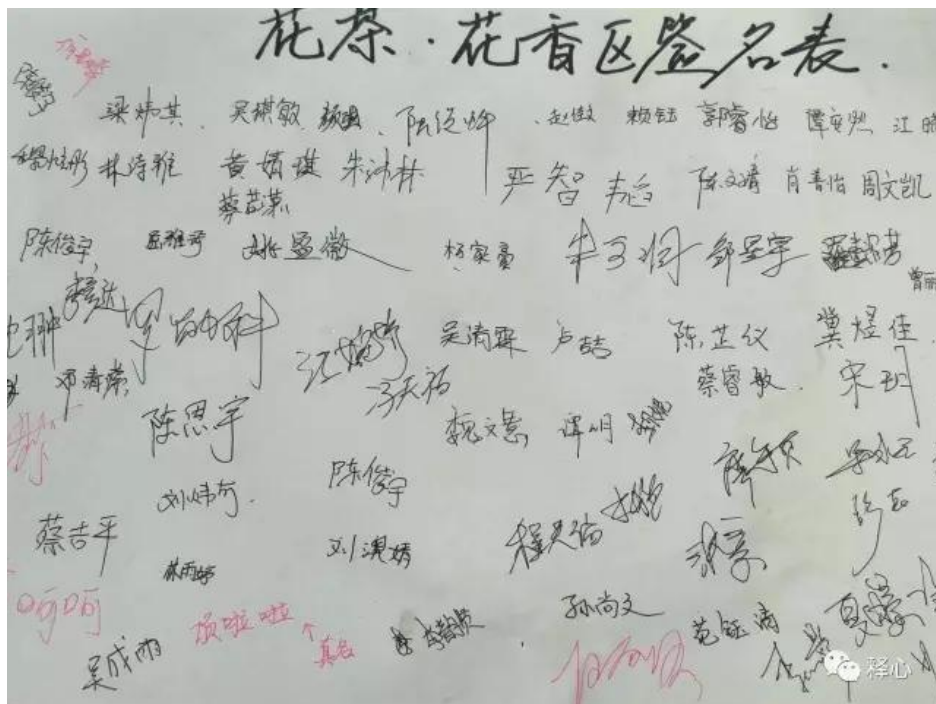
平日里，很多家长反映，孩子学习不够专注，作业拖拉。而专注，确实是一项非常重要的心理品质。一次偶然的的机会，我接触到了非遗项目“榄雕”，这项让人日渐遗忘的技艺却以她娴静沉着的姿态低调地展现着她的美。我脑海中浮现出智慧课堂里那句话“大道相通，大道至简”。于是，“当榄雕遇上心理学”和大家见面了。

海报宣传



(二) 花茶花香区

花茶集茶味与花香于一体，茶引花香，花增茶味。花茶最适合春季饮用，春天喝一杯花茶，可以帮助人们提神醒脑，发散寒邪。本次专区，我们提供了一些多功效的花茶及茶点，如茉莉花茶、玫瑰花茶、金丝黄菊、洛神花茶、金银花等，供大家在品茶中赏花香，各种富有个性的签名，大家在愉悦的心情中释放自己，并体验茶文化的趣味及礼仪文化。



学生签到处



花茶区



品茶赏花香，茶文化礼仪



花茶花香文化讲解

（三）压花与绘画区

一花一草皆风景，压花更是一种工艺美术。压花是指将各式各样的花或植物，经过设计构思，细心地粘贴在卡纸、画纸或布料等衬物上，制成漂亮的花卡、书签或压花画等。压花需要经过采摘植物素材（花、叶、果、根、茎），并运用物理或化学方法，经脱水、保色压制和干燥耐心并细致处理而成平面花材，接着通过巧妙构思及配合运用乳白胶而制成精致的植物工艺品，还可继续题字、诗曲等文化元素进行补充创作花语，最后再封膜而成精品。在现场，我们看到大家有序地前来体验趣味压花，有的同学放下手机而正聚精会神地创造属于自己的佳作，有的同学正在欣赏着自己的作品，有的同学小心翼翼地构思花草的排列，体验了什么是心静平和、什么是不能得意忘形——还未弄好的花瓣、叶子在自己的开心笑声中“飞走了”……大家在创作中获益良多。



压花区——签到领卡纸



创意压花构思制作



专心创作



题文、创意压花成品

（四）园艺沙盘体验区

本次沙盘结合园艺主题，尽显绿色代表着春天的生机，万物蓬勃的生命力。在这个地球上，植物给了我们营养，在照顾植物的过程中，我们也收获了滋养。园艺、植物和“我”之间会有什么故事吗？让我们呈现——花开无声的状态。在本专区活动中，三个流程很美好地结合起来：选择沙具讲一个小故事，再转换一种新的故事呈现方式——绘画，最后学生自由发挥谈谈自己较大的一些触动点。在现场中，我们的嘉宾和蔼可亲、笑意十足地与学生进行互动交流中。



我们的嘉宾们热情洋溢地与前来体验的学生互动



沙盘区签到处



学生正投入创作构画中



绘画创作成品一



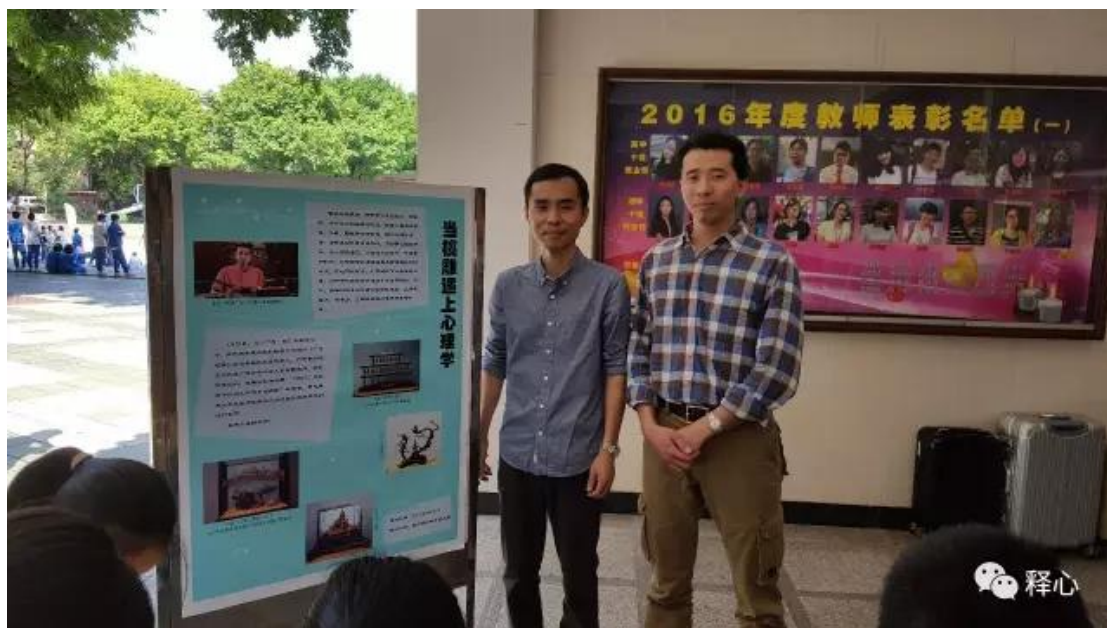
绘画创作成品二



绘画创作成品三

（五）榄雕工艺区

我们荣幸邀请到著名非遗文化继承人曾宪鹏先生及其夫人欧丽平女士亲临指导交流。



江平主任和曾宪鹏老师合照

活动展示了曾宪鹏老师的部分榄雕作品。在众多作品中，同学们最感兴趣的是《核舟记》。作品引来了同学们的惊叹：在那么小的榄核里，竟然雕刻了五百多字，还有那两扇可活动的窗、栩栩如生的人物表情。



榄雕《核舟记》

此外，还有把整部两百多字的波罗蜜多心经雕刻在背面的《观音》；整件用榫位镶嵌技术组装起来的算盘等等。



在活动中，曾老师非常耐心地手把手指导学生进行榄核打磨及艺术创作。



曾宪鹏老师耐心指导学生进行榄雕创作



欧丽平老师耐心指导学生进行榄雕创作

活动吸引了很多老师兴致勃勃地参与体验。



活动吸引了很多老师参与体验

这位男生还和曾老师谈起了模型制作，看来很多技艺都是相通的。



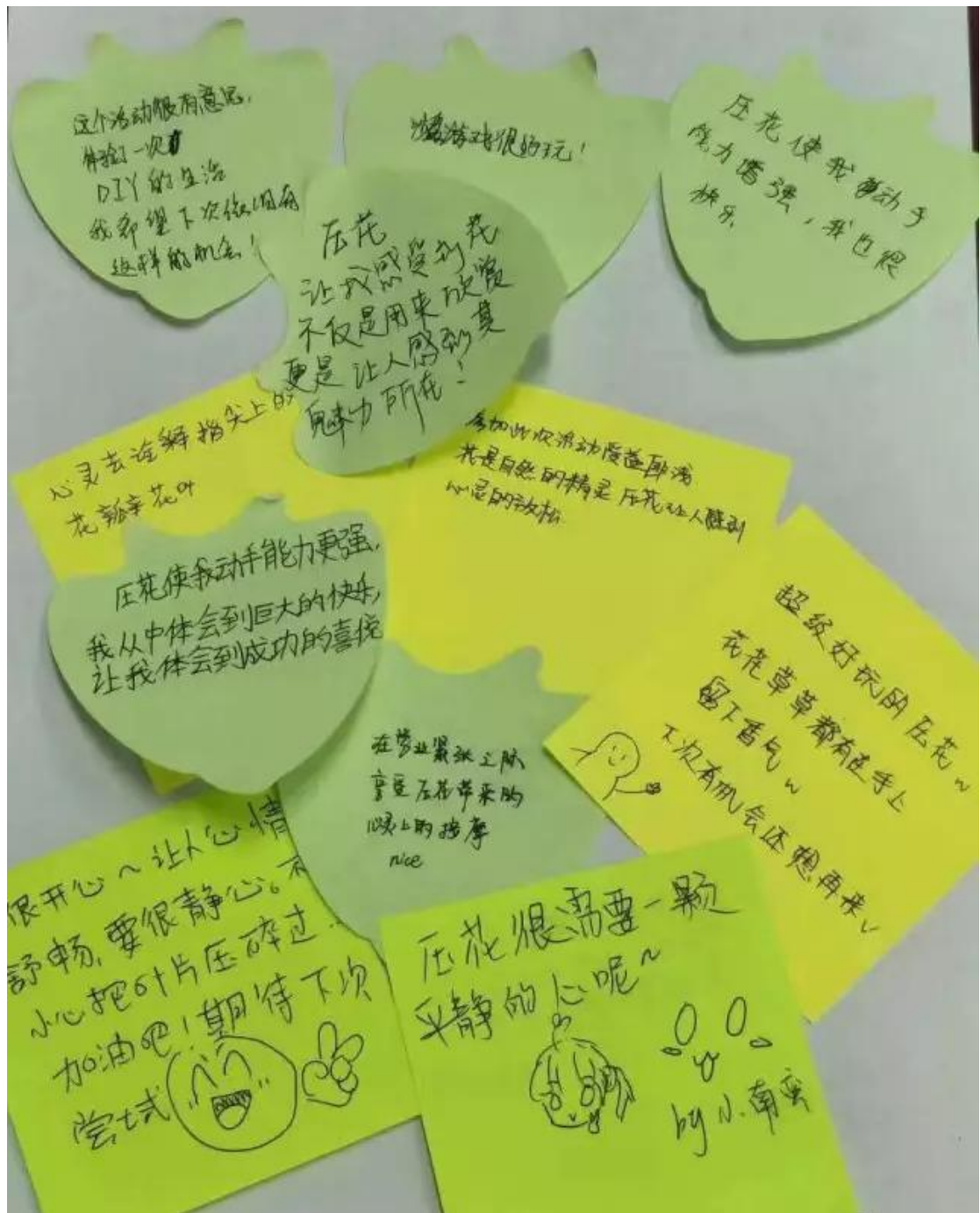
这位男生还和曾老师谈起了模型制作

榄雕使同学们的专注力和创造力都得到了锻炼。“当榄雕遇上心理学”让同学们在打磨榄核的同时也打磨了自己的身心。

(六) 体验分享



学生感言一



学生感言二

本次园艺疗法初体验现场活动，大家热情洋溢地参与各个环节，花茶花香区俨然变成一个美食休闲区，压花区体验的活动劲还不够过瘾，大家还想再继续创作；沙盘区各种沙具好玩、绘画随意走心，画完后笑意十足；榄雕让人心静，打磨榄核更打磨了身心。大家还在期待我们下一期活动的开展与相会！感谢大家给我们的鼓励，我们会更加努力继续前行！