

<p><b>责任编辑:何乐</b> <b>欢迎投稿:3229489556@qq.com</b></p>	<p><b>2017年6月6日</b> <b>纯思·启慧·明心</b></p>
---	---

**心语心苑**

**岁月神偷**

2015级历史学 陈紫榆

物是人非的事不断上演  
事失踪,人失踪,物失踪,情失踪  
回首过去,我们到底失去了多少?  
本期,让我们用笔来记录那些已经失踪的东西

时间是让人猝不及防的东西  
晴时有风阴时有雨  
争不过朝夕又念着往昔  
偷走了青丝却留住一个你  
——狮子座·金玖岐

听说阳逻大草原的青草已然葱葱,我却沉浸在那有蝉鸣声的夏天里静静回忆:清晨还未滴落的水珠璀璨了破晓的彩霞,间津宛面容平和的阿姨露出了开心事儿正爽朗地笑,惶松睡眠中仍是模糊的操场上由远及近的身影……猛抬头,手肘不经意碰倒的书稿扬起空气中的尘,其中哪一粒又与当初的相似呢?彩霞里闪耀着的?阿姨抹布里噤了声的?脚下跳跃着的?寻遍了,却发现记忆里的尘无处可觅。

走出回忆,悄然发现武昌区的繁华里有璀璨,却失了彩霞的惊艳;灯红酒绿中迷离了太多人的眼睛;笑依旧是爽朗的,愁却也更深了,融在一片霓虹闪烁的夜里,显得凄凉又惆怅;好在越来越多的人一起夜跑,挥

**失踪的排子车**

2016级历史学 杨二创

岁月刻下了一个字,一撇一捺;  
岁月吻下了一张脸,一沟一坎;  
岁月爬上来一座墓,一黑一白。

有时候,我想回忆起一些流年往事,好在斑驳流光里安息片刻,然而,越是努力回想,越是杳渺依稀。近来看我看到一辆骡子车在马路上吱吱走过,爷爷赶牛车的影像便朝我随风飘来,虽遥远却还是不可忘怀。

我儿时在农村,大部分人家会养一头骡子、驴或牛来拉车干农活。而相应的,这些人家都会购置一辆车,像马车,但我们那里不叫马车而叫排子车。

那时候,爷爷下地干农活时会叫上我,让我帮些小忙。出发时,爷爷用支子支起排子车,牵来牛,喊“稍”,牛便自觉地后退,到合适位置时,放下支子,挂好钩,套车便完成了。爷爷坐在排子车前方左边“掌舵”,手拿长鞭不时虚晃,好催促牛快走,摇晃累了便把鞭绳搭在牛背上。爷爷总是头戴一顶草帽,半弯着腰,依靠在车帮上,不时吐着唾烟圈。随着岁月流逝,爷爷已成了墙上的黑白照。

那时的我则坐在车帮上,随车子上下颠簸,左右摇摆。手牢牢攥着扶手,生怕掉下来。走在青山小道上,蓝天白云下,望着远方上下抖动的山峦草木,清新空气随我任意吞吐。不时听闻几声婉转鸟鸣,偶尔传来老汉们深沉的腔调,一句话如同那霹雳闪电,一腔热血往上翻。“击鼓!鸣锣!鸣锣!击鼓鸣锣响三点,天大祸事包某承担! 开锣!”真是醉了也!

在仅有的一条小道上,来往的排子车总会自觉避让,有序行进。那些不会说话的特牲,在一辈人的调教下,在“喔”、“站”声中,竟是那么有灵性!那么令行禁止!那么可爱忠诚!车夫们相遇时也总要热情的打声招呼,好像都认识一样。那个年代的人儿总是那么淳朴热情,让人可亲可敬!

其实我怀念的又何止是排子车啊,还有那个时代的老物件,那个时代的人的真诚品行,那个时代的故乡啊!

只可惜时过境迁了,现在,许多人家已经把排子车闲置,上面灰尘厚厚积累,木朽铁锈。也许,再过几年,便再也见不到排子车的踪影了吧。那个曾经山清水秀的小山村,不见了松鼠兔獾的影子,现在被挖沙、采石、丢垃圾搞得满目苍夷。人家也盖起了洋房高楼,逐渐封闭自己,人际关系变得冷漠不堪……

昔日古朴的日出而作,日落而息的小山村啊,再也看不见了。只剩老农务农,小孩儿上学,青年人则外出打工,青年在外发家致富了便把一家人搬出去了,去前住外表繁华,实则人际关系更为冷漠的城市。里面的人想出去,外面的人不想进来,这便是目前偏远农村的模样。这是乡村走向国际化的阵痛,亦是时代进步必不可少的阵痛。我希望阵痛过后,换来的是社会的舒缓与安宁。

岁月不堪,谁知沧桑世间物易换,空留思忆一声叹;  
岁月不堪,谁知人世短暂暂不老,只留当年人徒伤感;  
岁月不堪,谁知故乡已然成梦影,仅有多情旧人长思怨。

……

失踪的排子车啊,你去了哪里?  
小编有话说:失踪的排子车,去世的爷爷,不见的淳朴热情。岁月不堪,谁知故乡已然成梦影,仅有多情旧人长思怨。(晓晚君)

<p><b>心语心苑</b></p>	<p><b>2017年6月6日</b> <b>纯思·启慧·明心</b></p>
--------------------	---

**缤纷彩虹跑,奔跑吧青春**

在这里,  
给心灵一个家!

每一位沙湖蕊报人都怀有这样一个愿望:  
当您苦惱无助时,能为您解开心灵的死结;  
当您情绪波动时,能为您抚平心灵的褶皱;  
当您内心禁锢时,能为您打开心灵的窗户。

于是,我们来了……

带着温暖和爱建立的温馨“小窝”——沙湖蕊报社。对于这个成立于2011年9月,今年已满四岁的小家庭来说,没有人知道它会变成什么模样,能有多大出息,但我们一直在努力。

每季度办一期报纸,从定主题、写稿、改稿、编辑、版式设计、报纸发放,每一流程我们都非常认真仔细;内容上也力求创新,期望给您带来独特的视角,帮助您从心理学的角度了解自身、社会各类现象;形式上更是与时俱进,不断改进风格以迎合您的需求。迄今为止发行的50期报纸,都凝聚着沙湖蕊所有社员的智慧和心血,我们期望为您的生活提供更多精彩,愿最大限度地让您感到轻松愉快,舒适宁静。

“彩虹跑”起源于美国,被称为“地球上最快乐的赛跑”。参赛者用自己喜欢的方式参与跑步活动,把彩色粉末撒向空中,营造出五彩斑斓、绚烂多姿的氛围。作为一项“健康、快乐、彰显自我”的跑步活动,近年来在国内风靡一时,公众参与跑步的热情高涨。

在晚饭后,参赛者们陆陆续续来到操场。随着一声令下,同学们迈开步子,轻松愉快地奔跑。在经过第一个彩虹拱门时,早已蓄势待发的工作人员,用喷射器将五颜六色的彩粉喷出,氤氲出一片彩色的“雾气”。同学们的衣服裤子甚至头发都被彩粉染成了各种各样的颜色,似乎要与这彩雾融为一体。同学们在彩粉中穿行,犹如在彩虹中奔跑一般。在选手们的尖叫声、欢笑声、呐喊声中,大家陆续跑到终点,完成赛程。每个人都无一例外的“光荣挂彩”。选手们在酣畅淋漓的跑步过程中,虽然付出了汗水,但也释放了压力,收获了彩虹般的好心情。“很好玩的活动,还有奖品,虽然衣服脏了,但是心情一下子就好了”高分子材料专业的余正康同学如是说。热情的参赛选手,漫天飞舞的彩虹粉末也引来了不少同学驻足旁观,现场欢声笑语不断。

当谈到这次活动的目的时,湖北大学通识教育学院学生会心理健康部分管主席林雨欣说到:“最近几天正逢体育测试,大家在测试长跑的时候都不太情愿。我们举办这次彩虹跑活动就是希望大家能在这种趣味性的体育活动中放松身心,爱上跑步,重拾体育锻炼的乐趣。”

在活动结束之后,参赛者在终点处的彩虹拱门前合影留念,每一位参赛者还可以到心理健康中心领取一份精美的纪念品。参赛者们合影时的笑容感染了心理健康部的工作人员。他们也不甘寂寞,用手中原有的彩粉互相喷洒,丝毫没有顾及平日严谨认真的工作形象,玩得不亦乐乎。在一片欢声笑语中,在轻松愉悦的氛围里,同学们肩头的压力似乎都消失不见。大家都体验到了彩虹跑特有的魅力。

就像心理健康中心的周慧玲老师说的那样:“举办这次彩虹跑活动就是想让同学们能意识到跑步锻炼也能给自己减压。呼吁更多的同学走出寝室,走向操场,加强日常体育锻炼,通过锻炼来放松自己的身心。”彩虹跑活动虽然已经谢幕,但是奔跑带来的乐趣会一直萦绕在我们的心里,被我们传递下去。

**消失的戒指**

2016级播音学 于笑寒

乔治和玛丽已经交往两年了。今晚我要向玛丽求婚,乔治想。两个人已经有了自己的房子,还有一个漂亮的花园,今后的生活一定会很幸福。

乔治吻了一下求婚戒指,银闪闪的指环上镶嵌着两克拉钻石,环内被巧妙的刻上了玛丽的名字。乔治小心的把它放进了已经给玛丽切好的蛋糕里。

“乔治,亲爱的,我迟了。”玛丽气喘吁吁的坐到了乔治的对面,额头泛着汗珠,在灯光下显得特别可爱。

“亲爱的快喝水,喝杯水。”乔治倒了一杯水,玛丽接过来,却不小心洒到了衣服上。

“亲爱的,我去拿一些餐巾纸,等我一会。”乔治起身去了前台,“服务员,请给我一些餐巾纸,我还需要看一下我预定的乐队。”“好的先生,乐队在楼上。”乔治上了楼,穿着红白色制服的乐队已经准备好了。“听着伙计们,今天对我来说十分重要,按原计划那样做,我期待你们的表现。”“是,先生,不会让您失望的。”指挥说,乔治满意的点了点头。

乔治回来时看见玛丽面前的蛋糕已经被吃了些,心中暗喜,“亲爱的,蛋糕怎么样?”说着把纸巾递给玛丽。“亲爱的,这些蛋糕真的很棒。”“嗯,我还给你准备了表演。”乔治拍了拍手,乐队有序的来到桌子旁边开始演奏。乔治幸福又满怀期待的看着玛丽吃蛋糕,可是直到蛋糕被吃完了,乔治所预想的事也没有发生。

“亲爱的,你有没有吃到什么东西呀?”“没有呀,怎么了?”“哦……没事……”

戒指呢?戒指怎么没被吃到?玛丽不可能一下子把

**失**

2016级英语 赵彩萍

似是刚刚瞥见了远方的晨光熹微,又将日送云岫间晚霞漫天,世间走得最快的,该是时间吧。时年易逝,光阴里刻下的或浅或深的痕迹,在时钟的滴答声中一点一滴消散,化作过往云烟,一路前行,一路失去。

浮生百年,会路过千万人的春夏秋冬。幸遇知己,从擦肩而过到高山流水,余生多少年,眸中还会藏着结识对方的欢欣。牵手走过的放学小路,蝉声掩盖了互相“借鉴”作业的秘密;冬天的第一场雪,皑皑茫茫,是一定要等着某人一同留下足迹。后来,会遇到专属的小幸运,翘首以盼着,渴望听到电影散场后砵骨寒风中的细语叮哼;并肩走过的香樟路,小心避开的泥泞,裹挟着雨后青草香的声音,最是婉转动听。

翩然而逝的时光,漫不经心地,红了樱桃,绿了芭蕉,也会不动声色地,蚕食着曾经的信誓旦旦,以为会携手一生的莫逆之交与一往情深,失散在人潮拥挤中。曾经比肩而立的距离被拉长到地图上冰冷的几百公里,年少的悸动难禁起岁月的琢磨。短暂的迷失:抑或永远的离开,无从知晓。只余一句悠悠的喟叹:自此,这世间三千繁华再也不是那个独一无二的人来并肩欣赏了。

易安失去明诚,赌书泼茶的时光化作尘粉,飘散在历史烟云中,她挥泪写下的《声声慢》,后世无人堪望其项背;再游沈园,故人相见,却已物是人非,一曲《钗头凤》听得杜鹃啼血,百花凋零……而我,失去过那么多的青春迤邐时光,笔下的心绪是否也能行云流水般一泻千里?想写下窗外的水杉郁郁葱葱,浓浓的绿意便浸

<p><b>在这里, 给心灵一个家!</b></p>	<p><b>2017年6月6日</b> <b>纯思·启慧·明心</b></p>
--------------------------------	---

**缤纷彩虹跑,奔跑吧青春**

在这里,  
给心灵一个家!

每一位沙湖蕊报人都怀有这样一个愿望:  
当您苦惱无助时,能为您解开心灵的死结;  
当您情绪波动时,能为您抚平心灵的褶皱;  
当您内心禁锢时,能为您打开心灵的窗户。

于是,我们来了……

带着温暖和爱建立的温馨“小窝”——沙湖蕊报社。对于这个成立于2011年9月,今年已满四岁的小家庭来说,没有人知道它会变成什么模样,能有多大出息,但我们一直在努力。

每季度办一期报纸,从定主题、写稿、改稿、编辑、版式设计、报纸发放,每一流程我们都非常认真仔细;内容上也力求创新,期望给您带来独特的视角,帮助您从心理学的角度了解自身、社会各类现象;形式上更是与时俱进,不断改进风格以迎合您的需求。迄今为止发行的50期报纸,都凝聚着沙湖蕊所有社员的智慧和心血,我们期望为您的生活提供更多精彩,愿最大限度地让您感到轻松愉快,舒适宁静。

“彩虹跑”起源于美国,被称为“地球上最快乐的赛跑”。参赛者用自己喜欢的方式参与跑步活动,把彩色粉末撒向空中,营造出五彩斑斓、绚烂多姿的氛围。作为一项“健康、快乐、彰显自我”的跑步活动,近年来在国内风靡一时,公众参与跑步的热情高涨。

在晚饭后,参赛者们陆陆续续来到操场。随着一声令下,同学们迈开步子,轻松愉快地奔跑。在经过第一个彩虹拱门时,早已蓄势待发的工作人员,用喷射器将五颜六色的彩粉喷出,氤氲出一片彩色的“雾气”。同学们的衣服裤子甚至头发都被彩粉染成了各种各样的颜色,似乎要与这彩雾融为一体。同学们在彩粉中穿行,犹如在彩虹中奔跑一般。在选手们的尖叫声、欢笑声、呐喊声中,大家陆续跑到终点,完成赛程。每个人都无一例外的“光荣挂彩”。选手们在酣畅淋漓的跑步过程中,虽然付出了汗水,但也释放了压力,收获了彩虹般的好心情。“很好玩的活动,还有奖品,虽然衣服脏了,但是心情一下子就好了”高分子材料专业的余正康同学如是说。热情的参赛选手,漫天飞舞的彩虹粉末也引来了不少同学驻足旁观,现场欢声笑语不断。

当谈到这次活动的目的时,湖北大学通识教育学院学生会心理健康部分管主席林雨欣说到:“最近几天正逢体育测试,大家在测试长跑的时候都不太情愿。我们举办这次彩虹跑活动就是希望大家能在这种趣味性的体育活动中放松身心,爱上跑步,重拾体育锻炼的乐趣。”

在活动结束之后,参赛者在终点处的彩虹拱门前合影留念,每一位参赛者还可以到心理健康中心领取一份精美的纪念品。参赛者们合影时的笑容感染了心理健康部的工作人员。他们也不甘寂寞,用手中原有的彩粉互相喷洒,丝毫没有顾及平日严谨认真的工作形象,玩得不亦乐乎。在一片欢声笑语中,在轻松愉悦的氛围里,同学们肩头的压力似乎都消失不见。大家都体验到了彩虹跑特有的魅力。

就像心理健康中心的周慧玲老师说的那样:“举办这次彩虹跑活动就是想让同学们能意识到跑步锻炼也能给自己减压。呼吁更多的同学走出寝室,走向操场,加强日常体育锻炼,通过锻炼来放松自己的身心。”彩虹跑活动虽然已经谢幕,但是奔跑带来的乐趣会一直萦绕在我们的心里,被我们传递下去。

**趣味心理,健康成长**

湖北大学  
主办:湖北大学心理健康教育中心  
编发:沙湖蕊心理健康教育报社  
指导老师:柳珺珺 社长:王伊珺  
联系电话:本部 88739571 阳逻 89637001  
网站: http://soft.psy.com.cn/2008/hbdsx/

**本期导读**

一版“心”闻纪事  
二版 心理趣味说  
三版 心理聚焦  
四版 “失踪”征文

**学校举行 2017 年“携手前行,共筑未来”心理健康教育月开幕式**

本报讯 (通讯员 孙维燕)4月20日中午,学校在灯光篮球场举行2017年“携手前行,共筑未来”心理健康月开幕式。副校长杨鲜兰,学工部、研工部、校团委负责人,各学院党委副书记、负责心理健康教育工作的辅导员及各班心理委员、学生骨干参加开幕式。

学工部负责人介绍了我校2017年“携手前行,共筑未来”心理健康教育月活动的总体方案,此次心理健康月活动从学校、学院、班级三个层面展开,活动内容丰富、形式多样,如“巧用音乐,舒展身心”户外体验式活动,将音乐与心理学知识相结合,还有团体辅导系列活动、专题讲座、“5.25户外心理咨询暨心理嘉年华”以及学院、班级心理委员和学生团队自主申报的活动等,活动的针对性、专业性、自主性和覆盖面进一步提升。

副校长杨鲜兰发表了热情洋溢的讲话,她首先对参加此次开幕式的老师、同学表示热烈欢迎,对支持心理健康教育的各部门、各单位表示衷心地感谢。她指出,加强和改进大学生心理健康教育工作,是落实立德树人根本任务、促进大学生健康成长的重要途径。学校一直高度重视这项工作,并取得了较好的工作成效,心理健康教育中心先后获批全省达标中心和示范中心立项,全校学生心理健康水平得到整体提升,近年学生群体总体和谐稳定。今年围绕构建和谐人际关系设计“携手前行,共筑未来”的主题,形式和内容切合学生实际,体现了马克思主义于“人的本质是一切社会关系的总和”的思想,对培养当代学生互帮互助的合作精神和团队意识具有积极的作用。她希望各学院、各班认真扎实做好组织工作,引导全校学生积极参与心理健康月系列活动,共同营造温馨的心理康家。

开幕式结束后,中国表达性艺术治疗协会常务理事赵翠荣副教授做了“巧用音乐,舒展身心”体验式专题讲座。在活动现场,赵老师通过“雨的节拍”、“欢乐歌舞”帮助同学们彼此熟悉,增加信任;在“挑战不可能”活动环节,同学们围成紧密的同心圆,跟随音乐节拍变幻舞蹈动作,每个人脸上都洋溢着明朗的笑容。“生命的河”和“十年后的自己”环节更是将活动氛围推向高潮。一名男生说:“我非常紧张,担心自己做得不好看,当我硬着头皮摆了一个POSE被所有人模仿时,我发现这个动作男生、女生都做得挺好看的。相信在这场音乐与心灵的互动中,每位同学都收获了心灵的成长。”

**责任编辑:余正康**

<p><b>在这里, 给心灵一个家!</b></p>	<p><b>2017年6月6日</b> <b>纯思·启慧·明心</b></p>
--------------------------------	---

**缤纷彩虹跑,奔跑吧青春**

在这里,  
给心灵一个家!

每一位沙湖蕊报人都怀有这样一个愿望:  
当您苦惱无助时,能为您解开心灵的死结;  
当您情绪波动时,能为您抚平心灵的褶皱;  
当您内心禁锢时,能为您打开心灵的窗户。

于是,我们来了……

带着温暖和爱建立的温馨“小窝”——沙湖蕊报社。对于这个成立于2011年9月,今年已满四岁的小家庭来说,没有人知道它会变成什么模样,能有多大出息,但我们一直在努力。

每季度办一期报纸,从定主题、写稿、改稿、编辑、版式设计、报纸发放,每一流程我们都非常认真仔细;内容上也力求创新,期望给您带来独特的视角,帮助您从心理学的角度了解自身、社会各类现象;形式上更是与时俱进,不断改进风格以迎合您的需求。迄今为止发行的50期报纸,都凝聚着沙湖蕊所有社员的智慧和心血,我们期望为您的生活提供更多精彩,愿最大限度地让您感到轻松愉快,舒适宁静。

“彩虹跑”起源于美国,被称为“地球上最快乐的赛跑”。参赛者用自己喜欢的方式参与跑步活动,把彩色粉末撒向空中,营造出五彩斑斓、绚烂多姿的氛围。作为一项“健康、快乐、彰显自我”的跑步活动,近年来在国内风靡一时,公众参与跑步的热情高涨。

在晚饭后,参赛者们陆陆续续来到操场。随着一声令下,同学们迈开步子,轻松愉快地奔跑。在经过第一个彩虹拱门时,早已蓄势待发的工作人员,用喷射器将五颜六色的彩粉喷出,氤氲出一片彩色的“雾气”。同学们的衣服裤子甚至头发都被彩粉染成了各种各样的颜色,似乎要与这彩雾融为一体。同学们在彩粉中穿行,犹如在彩虹中奔跑一般。在选手们的尖叫声、欢笑声、呐喊声中,大家陆续跑到终点,完成赛程。每个人都无一例外的“光荣挂彩”。选手们在酣畅淋漓的跑步过程中,虽然付出了汗水,但也释放了压力,收获了彩虹般的好心情。“很好玩的活动,还有奖品,虽然衣服脏了,但是心情一下子就好了”高分子材料专业的余正康同学如是说。热情的参赛选手,漫天飞舞的彩虹粉末也引来了不少同学驻足旁观,现场欢声笑语不断。

当谈到这次活动的目的时,湖北大学通识教育学院学生会心理健康部分管主席林雨欣说到:“最近几天正逢体育测试,大家在测试长跑的时候都不太情愿。我们举办这次彩虹跑活动就是希望大家能在这种趣味性的体育活动中放松身心,爱上跑步,重拾体育锻炼的乐趣。”

在活动结束之后,参赛者在终点处的彩虹拱门前合影留念,每一位参赛者还可以到心理健康中心领取一份精美的纪念品。参赛者们合影时的笑容感染了心理健康部的工作人员。他们也不甘寂寞,用手中原有的彩粉互相喷洒,丝毫没有顾及平日严谨认真的工作形象,玩得不亦乐乎。在一片欢声笑语中,在轻松愉悦的氛围里,同学们肩头的压力似乎都消失不见。大家都体验到了彩虹跑特有的魅力。

就像心理健康中心的周慧玲老师说的那样:“举办这次彩虹跑活动就是想让同学们能意识到跑步锻炼也能给自己减压。呼吁更多的同学走出寝室,走向操场,加强日常体育锻炼,通过锻炼来放松自己的身心。”彩虹跑活动虽然已经谢幕,但是奔跑带来的乐趣会一直萦绕在我们的心里,被我们传递下去。



图 邵社

**趣味心理,健康成长**

湖北大学  
主办:湖北大学心理健康教育中心  
编发:沙湖蕊心理健康教育报社  
指导老师:柳珺珺 社长:王伊珺  
联系电话:本部 88739571 阳逻 89637001  
网站: http://soft.psy.com.cn/2008/hbdsx/

**本期导读**

一版“心”闻纪事  
二版 心理趣味说  
三版 心理聚焦  
四版 “失踪”征文

**学校举行 2017 年“携手前行,共筑未来”心理健康教育月开幕式**

本报讯 (通讯员 孙维燕)4月20日中午,学校在灯光篮球场举行2017年“携手前行,共筑未来”心理健康月开幕式。副校长杨鲜兰,学工部、研工部、校团委负责人,各学院党委副书记、负责心理健康教育工作的辅导员及各班心理委员、学生骨干参加开幕式。

学工部负责人介绍了我校2017年“携手前行,共筑未来”心理健康教育月活动的总体方案,此次心理健康月活动从学校、学院、班级三个层面展开,活动内容丰富、形式多样,如“巧用音乐,舒展身心”户外体验式活动,将音乐与心理学知识相结合,还有团体辅导系列活动、专题讲座、“5.25户外心理咨询暨心理嘉年华”以及学院、班级心理委员和学生团队自主申报的活动等,活动的针对性、专业性、自主性和覆盖面进一步提升。

副校长杨鲜兰发表了热情洋溢的讲话,她首先对参加此次开幕式的老师、同学表示热烈欢迎,对支持心理健康教育的各部门、各单位表示衷心地感谢。她指出,加强和改进大学生心理健康教育工作,是落实立德树人根本任务、促进大学生健康成长的重要途径。学校一直高度重视这项工作,并取得了较好的工作成效,心理健康教育中心先后获批全省达标中心和示范中心立项,全校学生心理健康水平得到整体提升,近年学生群体总体和谐稳定。今年围绕构建和谐人际关系设计“携手前行,共筑未来”的主题,形式和内容切合学生实际,体现了马克思主义于“人的本质是一切社会关系的总和”的思想,对培养当代学生互帮互助的合作精神和团队意识具有积极的作用。她希望各学院、各班认真扎实做好组织工作,引导全校学生积极参与心理健康月系列活动,共同营造温馨的心理康家。

开幕式结束后,中国表达性艺术治疗协会常务理事赵翠荣副教授做了“巧用音乐,舒展身心”体验式专题讲座。在活动现场,赵老师通过“雨的节拍”、“欢乐歌舞”帮助同学们彼此熟悉,增加信任;在“挑战不可能”活动环节,同学们围成紧密的同心圆,跟随音乐节拍变幻舞蹈动作,每个人脸上都洋溢着明朗的笑容。“生命的河”和“十年后的自己”环节更是将活动氛围推向高潮。一名男生说:“我非常紧张,担心自己做得不好看,当我硬着头皮摆了一个POSE被所有人模仿时,我发现这个动作男生、女生都做得挺好看的。相信在这场音乐与心灵的互动中,每位同学都收获了心灵的成长。”

**责任编辑:余正康**

<p><b>在这里, 给心灵一个家!</b></p>	<p><b>2017年6月6日</b> <b>纯思·启慧·明心</b></p>
--------------------------------	---