

# 佛光大學 112 學年度第二學期

## 「粉彩畫話·和諧人際」活動成果

- 1、 依據：「教育部 113 年度校園心理健康促進計畫」辦理。
- 2、 目的：本活動結合導師生會議與書院涵養課程，主要對象為雲慧書院大一的學生，邀請大一導師與同學溝通大學生活與社交調適相關的議題，之後接續在講師的帶領之下，提升情緒管理與抗壓能力，培養自信心並建立人際親和關係。
- 3、 活動日期：113 年 5 月 22 日(三)，12:10-15:00。
- 4、 活動地點：本校雲慧樓二樓階梯教室 (U208 室)。
- 5、 講師：蘇麗秋心理師與助教。
- 6、 參加人員：本校學生共 34 人、師長 5 人、講師 2 人。
- 7、 主辦單位：身心健康中心、雲慧書院
- 8、 活動內容暨流程：

時間	活動流程	主持人
12:10-13:00	導師生交流活動與用餐	許惠美 (書院辦公室主任)
13:00-15:00	講座：粉彩畫話·和諧人際	蘇麗秋心理師

- 9、 活動照片：



圖片說明：書院主任介紹書院院學生代表



圖片說明：書院主任介紹書院課程



圖片說明：講師講授活動



圖片說明：學生積極參與活動



圖片說明：學生作品展示



圖片說明：學生積極參與活動

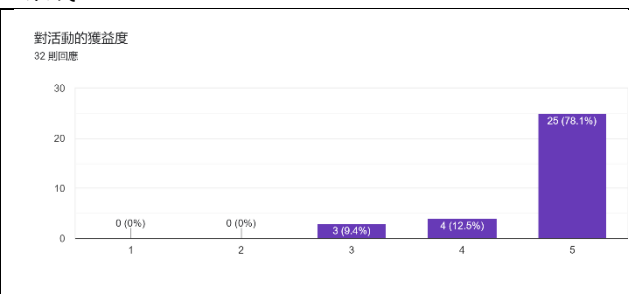
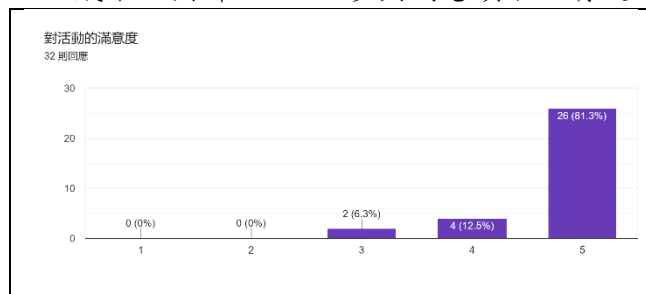


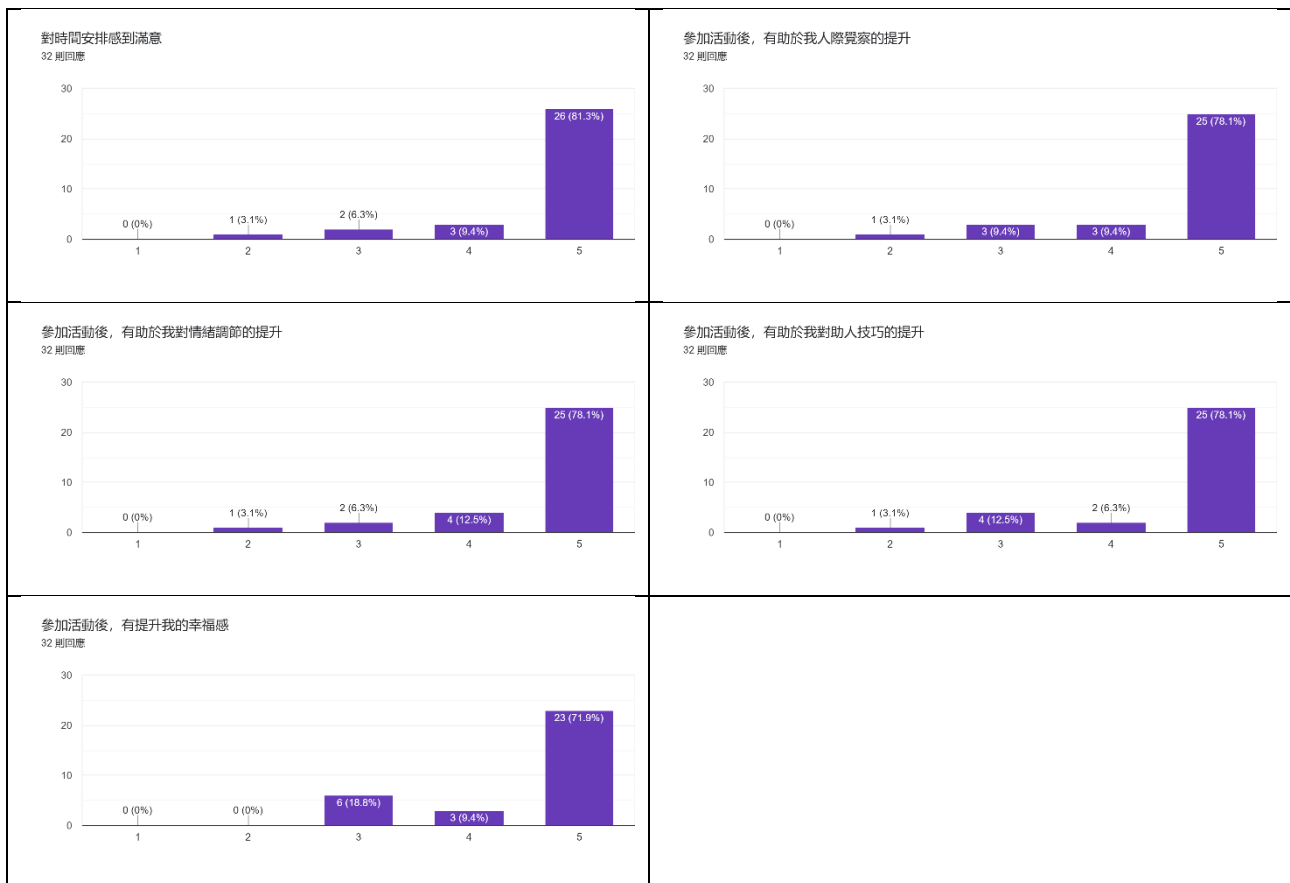
圖片說明：學生積極參與活動



圖片說明：學生積極參與活動

10、成果：共計 32 人次參與問卷填答，肯定活動成效。





### 學生心得

1. 這次活動讓我真正的得到舒壓的效果，希望未來能夠多辦理這些活動，而在這場活動中可以讓我認識粉彩的美妙效果
2. 好吃又好玩 內容很有趣 使用繪畫來療癒作畫人本身的身心靈健康 相當有趣 是一個很稀奇的體驗 good
3. 這堂課體驗的感受下來非常好，老師們都很用心的教我們如何使用粉彩，這也是第一次接觸這種著色道具我覺得非常新鮮有趣
4. 我覺得整體真的很棒，而且場地也很剛好，便當很好吃，活動安排也很不錯，如果有下次，我會再來參加，一定，真的。
5. 我覺得這個通識非常的有趣，可以體驗畫畫，還可以帶回家，全新的體驗，很開心，讓我非常的有興趣，會想自己去嘗試。
6. 謝謝這次的活動，讓我在緊張的情緒得到緩解，也希望下次能有更多的機會能夠參與這種動手繪畫的活動，非常有助於緩解緊張的情緒
7. 整個活動非常完善！非常喜歡非常的讚！導師也非常的親切熱心！整個活動是有關於粉彩的繪畫，內容非常的療癒！也讓我對粉彩更加的有興趣！
8. 對於這次的活動讓我體驗到粉彩的畫法並且放鬆心情，學會透過畫圖抒發壓力，另外也懂得如何去製作粉彩畫，在書院的各個方面都比較了解。
9. 這是我第一次接觸粉彩畫，對我來說特別新鮮，每個人畫出來的都不一樣，我前面的三位同學都畫出不一樣的風景畫，我覺得超級好看，之後我想自己買粉彩筆自己在家畫。
10. 第一次體驗粉彩畫，非常有趣，老師教的非常仔細，第二張看到老師畫的真的非常厲害，顏色線條都抓取非常優美，還有粗細暗淡分！
11. 場地很舒服，講師的分享也讓我有所收穫，這種演講內容很難得，如果還有這種演講應該會再來參加，也希望大家都能來體驗看看



