## 内向寡言-较弱-兴趣培养类-个案社会工作

一、活动基本信息

活动主题：“指尖花开，静待绽放”扭扭棒花束疗愈计划

活动内容：

1. 扭扭棒花束制作：通过塑形、配色完成个性化花束，培养专注力与创造力
2. 光影花语：结合灯光展示花束投影，创作无声故事场景
3. 情感联结：通过花语文化传递非语言情感表达

活动目的：

1. 通过触觉手工活动缓解社交焦虑，在安全环境中建立自我表达信心
2. 利用结构化任务设计“微小成功体验”，逐步增强自我效能感
3. 通过视觉化成果积累积极心理资本，为后续社交互动奠定基础
4. 在个案互动中观察并强化正向行为（如主动选择颜色、完成分步任务）

活动人数：1对1

二、活动流程

材料准备：彩色扭扭棒（6色以上，含毛绒款防划伤）；花艺胶带、安全剪刀、塑料花杆；LED小夜灯（用于光影展示）；花语卡片（如向日葵=勇敢、满天星=陪伴）；个案记录册（含「成长花瓣」进度追踪表）

具体流程：

1. 破冰互动：颜色心情匹配（8分钟）

操作方式：

* 展示扭扭棒颜色，邀请儿童选择一种颜色代表当前心情（如粉色=温柔）
* 社工同步选择颜色并轻声分享：“我选绿色，像春天的小草一样有生命力”

2. 个性化任务设计（10分钟）

分步引导：

* 花型选择：提供3种基础模板（单朵/小花束/创意盆栽），强调“所有选择都值得尊重”
* 自由创作权：允许打破模板规则（如将玫瑰花瓣改成星星形状）
* 目标拆分：将制作步骤分解为“茎干塑形-花瓣组合-整体装饰”三阶段，每完成一阶段点亮一颗“能量星”

3. 花束制作（40分钟）

1. 分层支持策略：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 阶段 | 介入重点 | 专业技巧 |
| 启动期 | 降低操作压力 | 示范“螺旋缠绕法”并同步制作 |
| 进行期 | 维持任务持续性 | 使用沙漏划分15分钟专注单元，配合呼吸引导 |
| 突破期 | 应对创作卡顿 | 提供“灵感急救包”——内含半成品花瓣组件备用 |

1. 非语言互动设计：

* 建立「手势暗号」系统：社工竖起大拇指表示“需要调整节奏吗？”
* 设置「静默创作时段」：前20分钟仅通过点头/微笑传递支持

4. 光影叙事与总结（12分钟）

1. 成果延伸：

将花束置于LED灯前，观察墙面投影并引导想象：“灯光下的花影像在说什么故事呢？”

结合花语卡片轻声反馈：“这朵向日葵朝着光的方向，就像你坚持完成作品的勇气”

1. 反馈要点：

强调过程性成长：“你尝试了三种方法才固定好花瓣”

使用「隐喻联结」：“每根扭扭棒的弯曲都记录着你的耐心”

三、注意事项

1. 环境配置：

配备可调节护眼台灯

播放自然白噪音（鸟鸣/风铃），音量<15分贝

1. 安全设计：

所有材料通过安全认证，工具边缘采用圆角处理

设置「安全暂停角」：摆放压力球供随时取用调节情绪

1. 节奏控制：

采用“10分钟聚焦+3分钟自由观察”注意力单元

预留「放空缓冲」：每15分钟提供1分钟花材整理时间

1. 延续性设计：

制作「心灵花园手账」：每次活动记录作品照片与成长笔记

建立「勇气花墙」：用完成的花束拼成成长树图案，标记进步轨迹

四、专业支持策略

1. 疗愈性技术

触觉脱敏训练：通过反复扭折动作缓解肌肉紧张

色彩叙事疗法：分析颜色选择规律，探索潜在情感需求

2. 评估工具

三维度观察量表：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 维度 | 评估指标 | 记录方式 |
| 任务参与度 | 持续专注时长/主动优化次数 | 时间采样法 |
| 情绪稳定性 | 操作失误后的应对策略（0-3级） | 等级评分法 |
| 非语言互动 | 眼神接触频率/手势回应有效性 | 行为编码法 |

五、方案特色：

独创「光影花语」技术将手工成果转化为情感媒介

通过「微目标可视化」系统强化渐进式成就感

结合园艺疗法原理设计低压力创作空间