## 外向活泼-较弱-兴趣培养类-个案社会工作

**一、活动基本信息**

**活动主题：**“用心感受美好，共赴自然山水之约”风景画创作活动

**活动内容：**自由创作风景画

**活动目的：**

1. 通过听音辨物、冥想与艺术创作启动儿童的感官觉察

2. 通过冥想引导与艺术创作，帮助儿童在安全环境中释放日常压力，学习通过可视化方式管理情绪。

3. 在艺术创作中培养儿童的想象力

**活动人数：**1人

**二、活动流程**

**材料准备：** A3白纸一包、油画棒、马克笔、彩笔、铅笔、橡皮

**具体流程：**

**1. 破冰游戏：听音辨物（5分钟）**

志愿者播放不同场景中的声音（风吹麦浪、洗碗、打篮球……）让儿童进行猜测。

**2. 冥想导入（10分钟）**

播放冥想引导视频，与儿童一同进行冥想。

**3. 风景画创作（35分钟）**

志愿者与儿童分别创造一个让自己感到舒适放松的场景，将该场景通过画笔展现。

**4. 分享创作思路（10分钟）**

志愿者与儿童阐述作品中令自己感到放松的元素，并为作品命名并编造一个场景互动的小故事。