

表达性艺术治疗在高职二级学院心理团体活动中的实践探索

汪小芳¹,许明星²,沈静²

(1. 安徽商贸职业技术学院信息与人工智能学院,安徽芜湖 241002;

2. 安徽商贸职业技术学院马克思主义学院,安徽芜湖 241002)

[摘要]针对高职院校心理团体活动中存在的学生参与被动、形式单一、效果不明显等实际问题,创新性引入表达性艺术治疗理念,紧扣“非语言表达”与“创作过程即疗愈”核心原则,结合高职生心理特点,设计并实施“安心之旅”与“以美润心”两大自我探索导向品牌活动。研究构建了“需求调研—资源整合—活动设计—宣传动员—过程引导—成果固化—反馈评估”七步闭环实践路径,该路径与品牌活动联动形成的干预模式,显著提升了学生参与主动性与心理体验深度。总结出“以学生为主体、以艺术为媒介、以体验为中心”的高职心育工作新模式,为后续深化二级学院心育实践提供具体路径与参考。

[关键词]高职教育;表达性艺术治疗;心理团体活动;七步闭环路径;协同育人

[作者简介]汪小芳(1987—),女,安徽潜山人,安徽商贸职业技术学院讲师,硕士,研究方向:心理健康教育。

[基金项目]本文系安徽省2024年高校“三全育人”综合改革和思想政治能力提升计划项目“表达性艺术治疗在高职二级学院心理团体活动中的实践”(项目编号:sztsjh-2024-1-25);安徽商贸职业技术学院校级一般项目“存在主义视域下高职二级学院心理育人工作实践研究”(项目编号:2024KYF04)。

[DOI] <https://doi.org/10.62662/ysxk0203002>

[中图分类号] G444

[本刊网址] www.oacj.net

[投稿邮箱] ysxk2025@163.com

一、表达性艺术治疗

表达性艺术治疗是一种在支持性环境中,运用多种艺术形式(如沙盘、绘画、音乐、舞动、戏剧等)促进个体心灵成长与心理治愈的专业方法。其核心在于,借助非语言的创作过程(而非依赖言语交流)来帮助个体释放情绪、探索自我并实现心理整合(McNiff,2004)。该疗法的理论根基深厚,融合了荣格分析心理学对象征与潜意识表达的重视、人本主义疗法对个体潜能与自我实现的强调,以及创造性治疗理论对艺术媒介疗愈价值的肯定,共同构成了其“艺术即疗愈”的核心理念。

表达性艺术治疗的实施依赖于几个关键原则。其首要原则是营造一个安全、不评判的心理空间。Malchiodi(2005)在其表达性艺术治疗的框架中特别强调,这种接纳性的环境是激发创造性表达、促进疗愈发生的先决条件。在此空间内,个体因其表达内容与形式获得全然接纳,从而敢于进行自发性的情绪宣泄与自我表达。其次,其强调参与者的主

体性。艺术创作被视为个体意识与无意识内容的表达途径,引导者的角色并非指导或诠释,而是通过完全接纳来维持氛围的安全与自由。第三是过程导向。该方法弱化对艺术技法的关注,强调“创作过程本身即具有疗愈性”,艺术媒介与技术仅是服务于个体表达与成长的工具。

高职学生普遍情感丰富,但情绪调节能力不足与学业就业压力并存。因此,将表达性艺术治疗引入高职院校心理团体活动,具有显著的现实需要与独特优势。相较于传统以语言为核心的咨询方式,表达性艺术治疗能有效绕过言语防御机制,为内向或不善言辞的学生提供安全的情感表达渠道。同时,面对个体心理咨询资源有限的普遍困境,以团体形式开展表达性艺术治疗能够以更具预防性与发展性的功能,高效地服务于更广泛的学生群体,促进其情感表达、心理资源整合与心理空间的拓展。

国内对于表达性艺术治疗的研究实践始于21世纪初,最初更多地应用在精神分裂症、自闭症等

群体的治疗过程中。团体表达性艺术治疗能够显著改善慢性精神分裂症患者的精神症状,提高药物治疗的疗效,增强其社会功能及自尊。随着社会对心理健康重视程度的提升,其应用领域已逐步扩展至学校教育、社区服务等非临床范畴,形式日趋多样,但研究质量参差不齐,亟待提高。表达性艺术治疗在中国已经存在一定理论基础和实践经验,但是各领域对它的接受相当不平衡,它的未来如何,还有待观望。其在高校心理健康教育体系中的规范化、本土化应用模式仍需深入探索,这也构成了研究的出发点。

二、高职院校心理团体活动的困境

当前,我国高校心理健康教育工作已基本形成“教育教学、实践活动、咨询服务、预防干预”四位一体的宏观格局。学校及二级学院层面对此给予高度重视,并积极部署落实,长期以来,持续推进心育工作落实落地。然而,在具体的二级学院心理团体活动实践层面,理想思路与落地成效之间仍存在显著落差,暴露出若干普遍性困境。

当前高职院校心理团体活动主要面临以下挑战:一是服务供给的“受众窄化”与“需求泛化”矛盾。专业个体心理咨询因资源所限,服务覆盖面小;而占比更大的学生发展性心理问题,则普遍面临自我调适能力不足与普适性心理教育活动针对性不强的双重困境。二是活动形式的“吸引力缺失”与“实效性不足”并存。许多活动内容设计未能紧扣学生实际心理需求,教育方式偏重理论宣导,缺乏实践性与体验感,导致学生参与积极性不高,活动实效难以保障。高校心理健康教育课面临课时少、形式单一、体验感不强等困境。三是实施层面的“资源约束”与“专业能力不均”。在二级学院的具体操作中,普遍存在专项经费有限、活动空间不足、艺术创造材料匮乏等资源约束;同时,心育教师的专业背景与受训经历差异显著,人员配置不均衡,制约了心理团体活动在专业深度与创新形式上的探索。

表达性艺术治疗具有多样性、体验性和创造性等独特优势。表达性艺术治疗以其独特优势,为此提供了可行的破局路径。该模式无需高额经费投入,可依托自然材料如树叶、植物,非遗简易工艺如扎染、拓印开展活动,适配二级学院资源约束现状;覆盖面广、包容性强;媒介多元、形式灵活,易于推广;其自发性、创造性与疗愈性核心,能显著增强活动的实践体验感与趣味性。表达性艺术治疗提供

了一种创新性的方式,可以满足不同个体的需求,有助于个体自由地表达情感和想法。非言语的表达方式如沙盘、绘画、摄影、主题创作等媒介,使得学生参与过程中不必强求语言层面的表达,参与门槛的降低客观上调动了更多学生的主动性。从学院层面来看,这一路径既回应了学生情感表达与自我探索的现实需求,也为二级学院心理团体活动注入了新的可能性。

三、“安心之旅”与“以美润心”品牌活动创新设计

为解决实践过程中的现实困境,学院从表达性艺术治疗的核心原则出发,结合高职学生的实际心理需求,设计了两条各具侧重又互为补充的活动线路。一是聚焦于内在情绪的疏导与自我认知的整合,以结构化团体辅导为主要形式,形成了“安心之旅”心理团体系列活动;二是依托自然与人文体验,重在审美浸润与积极情绪培育,形式更为开放,形成“以美润心”心理团体系列活动。两条线路一内一外,“安心”重在向内探索,“润心”重在向外联结,共同构成面向高职生发展性心理支持的活动框架。

(一)“安心之旅”:情绪管理与自我觉察的团体支持

针对高职学生普遍存在的学业压力、自我认知模糊、情绪冲突、人际矛盾及就业焦虑等发展性议题,可通过结构化团体支持,在互动中促进学生的情绪管理与自我觉察。遵循表达性艺术治疗的安全、接纳、过程导向原则,通过沙盘、绘画等媒介展开活动。

1. 人际关系互动沙盘小组

带领者营造安全与包容的氛围,6~8人小组遵循特定规则,依次进行多轮沙具摆放,共同完成一幅团体沙盘作品。“抚沙—挑选—摆放—观察—分享”,协助学生探索人际边界,缓解人际压力,觉察互动模式。

沙盘创建了一种“非言语的社交空间”,可以直观呈现个体的内在世界与人际互动模式差异。在多次共同创作与后续的分享倾诉中,成员之间经历“表达—观察—碰撞—理解”的过程,感受彼此差异,遇见真实自我,看见彼此。相较于个体沙盘,团体形式更能让学生在真实互动中觉察自身的沟通模式,在体验与他人彼此互动、亲密交流的同时培养了归属感与接纳感,通过见证彼此世界的“差异性与独特性”,理解他人、尊重他人,从而在象征层面演练并改善现实人际关系。

2. 情绪曼陀罗绘画团体

绘画作为一种常用高效、普适性强的非语言表达媒介,为不善于语言表达或安全感不足的个体提供了自我探索与安全表达的途径。通过自由绘画涂鸦的持续交流,学生们会越来越能够自由地表达自己、发现自我、建立自信。活动中,带领者首先引导参与者放松冥想,随后参与者基于近期心境自由选择色彩,绘制并命名个人曼陀罗作品,在小组内进行创作感受分享。带领者全程秉持“不评价、不分析”的态度,仅作欣赏与鼓励。

曼陀罗的圆形结构本身就蕴含着整合的意义。从操作层面看,绘制过程引导个体经历“静、思、绘、写、悟”几个阶段,本质上是在进行一场与自己的对话。通过将无形的情绪转化为有形的色彩与图案,帮助参与者表达、释放内在未被处理的情绪。参与者在注意力集中于活动的同时,收获了内心的平静,有效促进情绪管理与自我意识的增强。

(二)“以美润心”:自然与人文融合的体验式成长团体

这一系列的出发点在于“与自然融合、与季节同步”。活动设计围绕自然时序与人文传统,包括:“播种春天”绿色种植、“我与春天有个约会”“秋冬的美丽心事”主题摄影、“我与秋天共作画”树叶剪贴画、“捡”秋创意手工、植物拓染、压花等自然美学系列,以及扎染、漆扇、非遗陶艺、国画体验等人文传承系列。学生在与自然材料打交道的过程中完成手工创作,在审美体验与动手实践的交织中获得心理层面的滋养。

活动的低技术门槛与自由创作的特点,极大提升了参与者积极性和主动性,这种“谁都可以上手”的特质,让学生愿意走进来、留下来。在捆扎、敲打、绘制等具体操作中,学生获得直接的感受性体验。手头的成果直接反馈让学生获得了真实的成就感和满足感,同时也增强了动手操作能力。团体氛围的宽松与不加评判,也让学生之间的交流变得自然,促进了成员间的积极交流与情感联结。活动引导学生主动感受自然与人文之美,在感受美、体验美、创造美的过程中,转换心情,调节情绪。

四、“需求—评估”七步闭环实践路径

为确保表达性艺术治疗团体活动能科学、系统地融入高职心育工作,研究构建并实施了一套“需求—评估”闭环实践路径。路径以学生需求为基础,持续评估与优化活动过程和方案,形成一个持续优化的良性循环。

(一)精准调研,明确学生成长需求

精准的需求分析提升活动针对性与有效性。学院通过面向各年级的问卷调研与深度访谈,系统收集学生在学习生活、情绪管理、人际关系、生涯发展等方面的具体困扰及对学校、学院心育活动开展的期望。调研的目的是将模糊的个人心理需要转化为清晰的、可操作的需求清单,为后续心育活动的主题设计、形式选择提供直接依据,确保活动的针对性。

(二)整合资源,形成协同育人合力

建设心育工作团队确保活动持续有效开展。学院层面成立了跨职能的“心育工作室”,整合心育专员、劳育专员、美育专员及专兼职辅导员的多方力量。在学院统筹下,团队分工明确。心育、劳育、美育专员协同进行活动创意与元素设计,实现“心劳美”融合。辅导员及班级心理委员、寝室信息员负责班级活动的宣传与组织。学校心理中心提供全程专业指导,在组织层面确保了活动的专业性、创新性与可落地性。

(三)专业赋能,筑牢理论根基

系统的理论准备与专业培训是确保活动科学开展的关键。团队成员在正式开展活动前,需完成一定学时的理论学习与实操培训。学习内容涉及表达性艺术治疗的基本框架、不同媒介(沙盘、绘画、手工等)的适用情境与注意事项,以及团体带领中的伦理问题。同时明确学生的普遍性需求并在不同心育活动中进行有机关联与匹配,避免活动的随意性,为“艺术”与“疗愈”的结合奠定坚实的理论基础。

(四)系统规划,搭建实操框架

系统化方案设计是活动有序开展的前提。组织者进行系统谋划,明确活动的参与对象、核心主题(如新生适应、压力应对)、预期效果及评估方式。根据活动主题选择最适配的艺术媒介,并设计包括暖身、创作、分享、结束在内的完整流程。以“情绪管理”主题为例,绘画比沙盘更适合单次活动中的情绪外化表达;而涉及人际互动的议题,则团体沙盘更能发挥作用。此外,场地、时间、物料的协调也需要提前落实。同时设计方案需兼具结构化与灵活性,以在实际开展过程中包容即兴的创造。

(五)宣传动员,构建心育新场域

有效的宣传是连接方案与参与者的桥梁。学院尝试“线上线下一线”同步推进,线上利用学校官网、学院新媒体平台(如抖音、公众号)发布活动预

告,用短视频或图文形式展示往期活动成果;线下运用学院公共区域进行学生作品展示。创建专项活动群实现精准通知与互动,提前进行活动学习材料的推送;同时依托班级心理委员和朋辈网络进行深入组织动员。有效组织宣传,畅通信息渠道,吸引学生主动参与,营造积极参与的心育文化氛围。

(六)过程引导,聚焦体验生成

活动实施中最关键的角色是带领者。带领者除了“组织者”角色外,更是“安全空间营造者”与“过程陪伴者”。在创作阶段,严格秉持接纳、尊重、不评判的原则,鼓励学生自由表达与创作,只在需要时以温和的提问引导学生关注当下的感受。分享环节参与者可以自愿选择是否发言、说到什么程度。确保活动疗愈性、体验性,是实现心理效益的核心操作环节。

(七)评估优化,形成良性循环

闭环的终点与新的起点是评估与优化。每次活动结束后,通过即时反馈(活动结束时的感受分享、结构化反馈表)来评估每一次的活动成效。同时成果展示(作品展览、活动推文)让学生获得“可见”的认可与成就感,强化参与体验的延续性。反馈意见和建议还可以进一步识别活动不足、优化后续活动方案。实践经验促进理论转化,驱动整个实践路径进入下一个质量更高的循环,确保项目活动持续优化与发展。

五、实践效果评估

为系统评估表达性艺术治疗团体活动的实践效果,研究采用混合方法研究设计,综合量化与质性资料进行分析。

(一)评估方法

研究采用自编的《团体活动过程与感受反馈问卷》。在每次活动结束后匿名发放,采用开放式提问,从参与者视角收集活动中的主观感受与情绪体验、认知与行为上的主要收获、后续参与意向、对活动的具体建议等。研究历时18个月,共开展14项主题活动,涵盖植物拓染、扎染、沙盘、陶艺等,累计回收有效问卷198份,独立参与者157人,其中41人参与超过2项活动。

对数据如参与意向进行描述性统计。对开放式问题获取的质性文本材料,采用主题分析法进行系统归类与分析。由研究者独立阅读文本,提取观点、感受,随后通过合并、归类,凝练出若干核心主题,以揭示活动影响的多维层面。

(二)评估结果

统计显示,92%的参与者明确表示“愿意继续

参加此类活动”,8%表示“有时间则愿意参加”,说明了该模式在学生群体中具有极高的接受度与吸引力,为持续开展活动提供了现实依据。

团体治疗一直是心理治疗中长效不衰的治疗方式,这种方式在疗愈患者对他人关系认知的过程中取得了良好的效果。研究通过对活动反馈文本的主题分析,归纳出三大核心效益主题:

主题一:积极情绪体验与压力宣泄。“开心”“解压”“放松”“治愈”是最高频的词汇。参与者描述,在专注创作如捆扎、敲打、绘制中,能够“将内在压力转化为创造性行为”,实现即时性的情绪疏解与心理放松。例如:“参加扎染活动……每一次解开扎好的布料,都让我充满惊喜。”

主题二:自我效能感提升与成就获得。许多参与者反馈此类活动直接关联到能力增长与具体成果。“收获了一个很漂亮的帆布包,带给我成就感”“增强了动手能力”等表述表明,活动通过提供可完成任务与可见的作品,有效满足了高职学生渴望获得及时正向反馈的心理特点,提升了其在非学业领域的自我效能感。

主题三:自我觉察、人际联结与意义发现。在安全、不评判的氛围中,活动促进了向内探索与人际交流。参与者报告了“自我对话”“遇见真实自己”的觉察时刻,以及“一群互不认识的陌生人可以互相倾诉,每个人发言时都是闪闪发光的”等反馈,体现了团体带来的归属感与情感共鸣。此外,活动也激发了学生对生活、自然与文化的重新感知与意义发现。

(三)结果讨论

表达性艺术治疗的创作过程即心理疗愈。实践活动提供了“疗愈性”与“成长性”。它不仅提供了低防御性的情绪宣泄渠道,更通过技能获得、团体互动和审美体验,锻炼了专注力、耐心。这一路径精准回应了高职学生面临的发展性课题,促进了学生心理成长。表达性艺术治疗为我们的内在感觉赋予了外在形式,正是各种创造性的外在艺术形式帮助我们表达、释放内心深处被压抑的感受,才能鼓励我们觉察身体与心灵的语言,促进我们成长和治愈。

研究所构建的“七步闭环路径”及品牌化活动方案,证明了该模式在二级学院层面具有高度的可操作性与可推广性,能有效拓宽心理服务的覆盖面。其次,活动成功与非遗技艺如扎染和陶艺、自然教育、专业特色相融合,表明该模式具备强大的跨领域融合潜力,易于打造“一院一品”的特色心育

品牌,实现文化育人、实践育人、心理育人的协同。最后,其非言语、重体验的特质,能天然地绕开学生对传统心理健康教育的抵触,引发深度共鸣,这从100%的续期意愿中得到了最直接的体现。

六、讨论与启示

(一)跨职能团队协作是模式运行的基石

实践表明,心育工作不能仅靠心育专职力量单打独斗,建设跨领域的心理协同育人团队至关重要。学院通过整合心育专员、劳育专员、美育专员、辅导员的专业力量,形成了目标统一、优势互补的心育协同机制。同时将心理育人从单一的知识宣传,有效融入劳动实践、审美体验等学生真实生活,提升了教育的亲和力与浸润性。活动设计、实施与评估各环节形成了专业支撑网络,确保了活动的科学性与创新性。新形势下的心育工作必须主动打破部门与职能壁垒,构建资源整合、协同发力的共同体。

(二)组织者专业成长是模式专业化的保障

表达性艺术治疗的有效应用,需要带领者的专业素养。组织者不仅是流程管理者,更是安全氛围的营造者与疗愈过程的守护者。其自身需要有强大的情绪稳定性与抱持能力。组织者需进行持续的专业学习与个人体验,深化对不同艺术媒介疗愈特性的理解。组织者能依据自身特质、受训背景及活动目标,恰当地选择与运用艺术工具如绘画、沙盘、舞动等。过程重于技术,表达重于审美,活动的主体聚焦于人,组织者需始终关注参与者的当下体验与内在表达,而非艺术成果的技术水平。

(三)安全包容氛围是激发学生潜能的关键

区别于传统评比式、竞技性活动,该模式致力于营造一个“心理安全”的团体氛围。研究反馈中,“放松”“被接纳”“可以自由表达”是学生提及的高频感受。通过“不评价、不分析、不解释”原则所构建的空间,降低了参与者的防御与焦虑,使其敢于进行可能笨拙却真实的自我表达;为无意识材料的涌现与整合提供了容器。当学生不必担心被评判时,其内在的创造力、情绪感受乃至未解决的冲突得以通过艺术象征性地表达,从而为自我探索与人格成长提供了关键契机。

(四)学生主体性是成效内化的根本理念

表达性艺术治疗的哲学基础深深植根于对人本自具足成长潜能的信任。表达性艺术治疗尊重每个个体的独特性,强调个性化和创造性的重要性。实践践行“以学生为主体”这一根本理念,尊重并信任学生的自主性与创造性,学生不是被动的

“受教育者”,而是自身问题的“专家”和成长的“主体”。工作重心应从“矫正缺陷”转向“激发资源”,善于发现并利用每个个体对美、对创造、对联结的内在渴望与天生能力。所有活动设计的终极目的,在于引导学生将活动中获得的积极体验如成就感、平静感、联结感转化为日常生活的心理资源,学会“以美润心”,从而自主地构建更有意义和幸福感的

七、结语

研究针对高职院校心理团体活动存在的现实困境,创新性地引入表达性艺术治疗理念,在高职二级学院层面进行了一系列本土化实践探索。“以学生为主体、以艺术为媒介、以体验为中心”的高职心理团体活动新模式有效契合了高职学生情感丰富、动手能力强的心理行为特点,显著提升了活动的吸引力与学生参与的内在动机。“一院一品”的“安心之旅”与“以美润心”双品牌驱动及特色鲜明的活动体系分别聚焦于内在情绪疏导整合与外在审美体验培育,并通过沙盘、绘画、非遗手工、自然艺术等多种媒介落地,实现了心理育人与文化育人、实践育人的有机融合。系统化的“需求—评估”七步闭环实践路径从团队建设、需求调研到专业引导、反馈优化,为在资源有限的二级学院层面科学、规范、可持续地开展表达性艺术治疗团体活动,提供了清晰可行的操作框架。实践表明,该模式具有高接受度、高参与性的显著优势,能够有效促进学生积极情绪体验、自我效能感提升、自我觉察与人际联结,为实现从“情绪宣泄”到“认知构建”的发展性心理成长提供了有效载体。

高职院校表达性艺术治疗心育模式为不同需求的学生个体提供了一个充满创造力和可能性的空间,对于高职学生而言,这更是一种易于接受且富有活力的心育工作方式。未来,高职院校表达性艺术治疗心育模式的深化在实践层面应致力于将成熟的模式制度化,争取稳定的资源支持,并加强跨学校的交流与推广;在专业层面,需建立系统的师资培训与督导体系,不断提升带领者的专业能力;在研究层面,未来可开展多中心、大样本的对照研究,运用更严谨的实证方法检验其效能,并深入探索其在不同学生亚群体(如不同专业、性别)中的应用特点与作用机制,展现研究的延续性与深度。持续推动这一充满活力与创造性的心育模式,在提升高职学生心理素养、培育积极人格方面可发挥更大作用。

参考文献:

- [1] McNiff S. *Art as Medicine: Creating a Therapy of the Imagination* [M]. Boston: Shambhala Publications, 2004: 45-52.
- [2] Malchiodi C. A. *Expressive Therapies Continuum: A Framework for Using Art in Therapy (1st edition)* [M]. New York: Guilford Press, 2005: 78-83.
- [3] 高慧, 闫妍, 陆如平. 团体表达性艺术治疗对慢性精神分裂症患者的疗效对照研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24(8): 1189-1193.
- [4] 蔡静. 表达性艺术治疗在大学生心理健康教育中的应用思考[J]. 湖北开放职业学院学报, 2025, 38(2): 50-53.
- [5] 教育部. 中共教育部党组关于印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知[EB/OL]. (2018-7-6) [2026-1-21]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201807/t20180713_342992.html.
- [6] 王威. 表达性艺术治疗团体心理辅导在高校心理健康教育课中的实践[J]. 教书育人(高教论坛), 2025, 24(8): 61-65.
- [7] 严文华. 表达性艺术治疗的多样性、体验性和创造性[J]. 大众心理学, 2022, 22(1): 34-36.
- [8] 吴琦. 表达性艺术治疗在高校育人体系中的应用[J]. 艺术教育, 2024(12): 117-120.
- [9] 闫红, 沈科娜, 李亚龙, 等. 教育神经科学视角下表达性艺术治疗在青少年心理健康教育中的应用[J]. 心理月刊, 2024, 17(17): 223-226.
- [10] 陈禅, 刘毅. 布兰肯伯格“自然自明性的失落”的治疗裨补——以表达性艺术治疗为例[J]. 陕西理工大学学报(社会科学版), 2022, 40(5): 22-28.
- [11] 蒋惠君, 马琛. 表达性艺术治疗的源起、应用与展望[J]. 中国美术学院学报, 2023, 44(5): 225-227.
- [12] 龚凯韵. 表达性艺术治疗的疗愈和实践应用[J]. 大众心理学, 2022, 22(1): 28-30.
- [13] 侯恒飞, 赵潇. 创意释放: 表达性艺术治疗在大学生心理健康促进中的应用研究[J]. 濮阳职业技术学院学报, 2025, 38(5): 52-55.

Practical Exploration of Expressive Arts Therapy in Group Psychological Activities at the Secondary College Level in Higher Vocational Institutions

WANG Xiao-fang¹, XU Ming-xing², SHEN Jing²

(1. School of Information and Artificial Intelligence, Anhui Business College, Wuhu Anhui 241002;

2. School of Marxism, Anhui Business College, Wuhu Anhui 241002, China)

Abstract: In response to the practical issues of passive student participation, monotonous formats, and limited effectiveness in group psychological activities at higher vocational institutions, this study innovatively introduces the concept of expressive arts therapy. Anchored in the core principles of “non-verbal expression” and “the creative process as healing”, and integrating the psychological characteristics of vocational college students, two brand self-exploration-oriented activities—“Journey of Inner Peace” and “Nourishing the Heart Through Beauty”—were designed and implemented. The research constructed a seven-step closed-loop practical pathway: “needs assessment→resource integration→activity design→outreach mobilization→process facilitation→outcome consolidation→feedback evaluation”. The intervention model formed through the synergy of this pathway and the brand activities significantly enhanced students’ initiative in participation and the depth of their psychological experience. The study concludes by summarizing a new model for psychological education in higher vocational institutions—“student-centered, arts-mediated, and experience-focused”—providing concrete pathways and reference for further advancing psychological education practice in secondary colleges.

Key words: higher vocational education; expressive arts therapy; group psychological activities; seven-step closed-loop pathway; collaborative education