

驱散心中“阴霾” 守护青少年成长

福州仓山区青少年心理咨询中心,30年来接待省内外求助者近20万人次,帮助许多青少年回归正常生活

N海都记者 包华
实习生 兰瑾

“这里闹中取静,到访的人心情都会放松许多。”在福州烟台山公园附近,有一座两层小楼,这里是仓山区青少年心理咨询中心,1992年由仓山区关工委创办,是我省第一家公益心理咨询机构。30年来,福州多所高校的心理专业教师及社会爱心人士,来到该中心做志愿者,用专业和爱心,接待了省内外求助者近20万人次。其中200多名有过轻生念头的青少年,在志愿者的帮助下,回到正常的成长轨道,重新燃起对生命的希望。

打败“情绪怪兽” 心理辅导老师各有妙招

“我曾遇到一名孩子,我发现其手臂上有多处伤痕,不愿和别人交流。”该中心主任、仓山区教育局原副局长王碧琴告诉记者,咨询中心的林琳老师把这个孩子带到沙盘室时,里面各种可爱的人偶、精致的布景玩具立即吸引了孩子。慢慢地,孩子放下了戒备,自己拿起各种物件在沙盘上摆弄起来。

一直沉默的孩子在老师的引导下,打开心扉,坦言自己在父母分居之后的心烦意乱。抱着林琳老师

大哭一场后,孩子在开导下逐渐恢复了对生活的信心,找到了成长的方向。

今年4月,咨询中心的陈坚老师接到一位安徽家长的求助,说孩子的成绩从年段第四下滑到第二十名,这个打击让他产生了厌学情绪,不得不休学在家两个月,被医生诊断为中度抑郁。但是孩子非常抗拒医生,所有的药都不吃。

后来这位家长经福州亲戚的介绍,不远千里带着孩子来到咨询中心。“这个‘迷官’你想挑战一下吗?”

“这个‘不倒翁’你可以打打它。”陈坚老师带着孩子参观宣泄室、音乐治疗室,发现他有着强烈的好奇心,于是慢慢打开了突破口。经过两次的心理辅导后,孩子开始愿意和家人一起讨论未来的专业。陈坚老师又通过五周的交流,让孩子顺利回到学校参加高考,最终他顺利考入当地一所知名学府。

“你们能赶紧来吗?……”几年前,咨询中心接到一个电话,里头传来学校老师焦急的声音。一

名学生突然用刀划开手臂,血流不止,吓坏了全班同学,老师希望心理咨询中心能够马上派专家去学校,为学生做心理危机干预。

咨询中心黄晓夏老师很快到达该校,通过一系列的团队游戏与互动环节,让学生感受到爱和支持。活动最后,那名自残的学生主动冲上前拥抱了自己的老师。“那一刻在场的人都为之动容,孩子们知道了不管遇到什么困难,他们身后始终站着关心爱护他们的人。”

建立“家长学校” 将问题化解在萌芽状态

“每次接到热线电话,我心里都会‘咯噔’一下,默念孩子不要身处险境。”王碧琴感慨道。今年5月,她曾接到一个想要轻生的孩子打来的电话,“说自己当时已经从河堤上跳下去了,陷在河边的淤泥里。”

王碧琴耐心倾听孩子的诉说,得知孩子来自重组家庭,其父亲迫于一些现实原因,让其转到一所寄宿学

校。孩子抗争无果,想到了轻生。经过两个多小时的沟通,孩子终于说出了自己的位置,成功获救,并回到了原来的学校。

王碧琴表示,很多孩子心理问题的产生,都与不当的家庭教育方式有关。今年5月她曾接到一位家长的求助,称自己的孩子离家出走,联系不上。“女儿和同班的一个男生来往比较密

切,家长就怀疑孩子早恋,严厉地说教了一番。”

在咨询师的指导下,家长发出的信息终于得到了孩子的回应。经过面询,家长学会了用同理心、共情技术回应孩子,孩子也愿意袒露心声,亲子关系才逐步缓和。

记者还了解到,为让家长们足不出户学到家庭教育的相关知识,将青少

年心理问题化解在萌芽状态,福州市关工委、市教育局和市妇联联合创办了“福州市网络家长学校”,充分依托福州市教育局数字青少年宫、福州市网络家长学校公众号等云端打造家长学习、成长的互动平台,每周三定期上线课程,家长只需一部手机就可随时随地免费收听收看家庭教育相关知识。

海都到家助力 让老人安心用餐

福州鼓楼区长者食堂可拨打95060咨询报名,3个工作日内有机会获得免费公益消杀机会

海都讯(记者 陈江燕 马俊杰 文/图) 夏秋季节转换,正是部分虫媒传染病的高发季节。昨日,海峡都市报旗下生活便民服务平台海都到家95060的工作人员来到福州华大街道屏山社区,对社区长者食堂及办公场所进行免费公益消杀,让老年人能够安心用餐。

据悉,福州鼓楼区其他长者食堂若有相关虫害防治需求,可拨打海都热线95060咨询报名,在本报道发出之日起三日内还有机会获得免费公益消杀,名额有限先到先得。

昨天下午3时许,海都记者来到屏山社区长者食堂,海都到家工作人员正在巡查长者食堂。初步了解食堂内外环境的卫生

情况后,工作人员便将杀虫剂注入消杀设备,首先对食堂周边的草丛、树丛进行了消杀,避免蚊虫滋生进入室内。随后,工作人员来到长者食堂内,对用餐区、打餐区、厨房等场所,分区域、全方位地进行了消杀,有效防治虫害。

“由于长者食堂所在的场所主要面向老年人,我们专门使用了无色、无味、无毒的杀虫剂,不仅对人体无影响,还具有快速触杀、长效滞留的优点。”海都到家工作人员介绍道。

在完成药剂消杀后,针对厨房等蟑螂常出没场所,工作人员还在橱柜、下水道口、各类孔缝等边角处进行了点胶处理。“点胶



在橱柜等隐蔽边角,消杀人员使用膏状除虫剂防治虫害

使用的胶饵对蟑螂来说相当于一种掺了毒药的诱食剂,可摧毁整个蟑螂窝,达到彻底清除蟑螂栖息地卵鞘、蟑迹的目的。”工作人员介绍,点胶处理的效果一般可持续3个月左右,较传统灭蟑方法而言,更有效、更持久。

“我们将根据每个长

者食堂实际环境的不同,为其‘量身定制’最佳的虫害防治策略,从内环境和外环境着手,全方位解决虫害难题。”海都到家工作人员表示,通过本次免费消杀公益活动,希望能提升福州鼓楼区长者食堂的就餐环境,让老年人能够更安心用餐。

免费体检送上门 依伯喜上眉梢

鼓楼区安泰街道五一广场社区为行动不便老年人提供入户服务

海都讯(记者 陈琦) 天气渐渐转凉,为提高辖区老年人的健康意识和自我保健能力,福州市鼓楼区安泰街道五一广场社区联合爱心企业“送检入户”,服务辖区内行动不便、常年卧床、就医困难的老年人。

“陈叔叔,您最近身体怎么样,我们来给你体检了!”10月12日一大早,社区的工作人员和医务人员便带着血压计等专业体检设备,来到88岁的陈依伯家中,为老人进行口腔检查、耳鼻喉检查、血压检查等多项常规体检项目检查。“孩子们只有周末会回来陪我,平常都是亲戚在照顾。”陈依伯告诉记者,自己腿脚不便,常年卧病在床,入秋以来时常

感觉身体有些不适,但因子女工作繁忙,一直没有机会到医院就医检查。这回恰逢社区举办“入户体检”活动,让他和子女们心里的一块“大石头”落地了。

记者了解到,早在入户体检活动开展前,安泰街道五一广场社区工作人员、网格员、党员志愿者、小区楼组长便通过微信群、鼓楼社区幸福通、电话、上户发放通知等方式告知辖区65岁以上老年人,社区将开展免费健康体检“送上门”活动,收集整理参与人员名单,并定制入户计划。后续,社区工作人员也会持续关心社区孤寡、独居老人,在老人需要帮助时随时上门提供志愿服务。

喜迎二十大 书香伴我行 鼓楼区洪山镇举办全民读书月活动

海都讯(记者 毛朝青) 为创建文明和谐书香之城,大力营造爱读书、读好书、善读书的文明风尚,昨天上午,以“喜迎二十大,书香伴我行”为主题,由省民政厅、中共鼓楼区委宣传部、中共鼓楼区洪山镇

党委、政府等单位主办的洪山镇全民读书月活动启动仪式,在锦江社区举行。读书月期间,洪山镇各社区将陆续开展经典诵读比赛、读书分享会、专题讲座、好书推荐等形式多样、内容丰富的系列活动。

闽侯鸿尾乡 基层治理成效明显

海都讯(陈则周 毛朝青) 金风送爽,秋日明丽,闽侯县鸿尾乡的街巷里弄,治理取得可喜成效。该乡坚持党建引领,积极探索“党建+数字化+基层治理”新模式,特别是利用数字化技术聚焦“小团队、细网格”社会治理体系,搭建鸿尾乡数字乡村综合治理协同平台,讲求基层治理透明化、精准化、高效化水平,从而使基层治理开展得卓有成效。

10月12日,鸿尾乡干部林榕表示,鸿尾乡党委书记肖钦、乡长林善钟要求全乡党员领导干部要担当作为,着力让基层治理透明、精准、高效。鸿尾乡

数字乡村平台于去年6月开发,目前已完成全乡二十个村庄的地理空间位置、多维空间等相关数据的采集工作,并依托GIS地图、VR巡查、实时视频监控和虚拟现实等技术,理想地整合出乡村建设资源要素数据。

乡级管理员在第一时间将乡镇近期重点任务按不同紧急等级及时“派单”给班子成员、包村工作队等,随后各级网格员及时在手机客户端“接单”开展工作或继续“派单”给下一级网格员,并要求各级网格员回传工作情况,形成一个完整的工作闭环。