

志愿者们用“心”助他们重返阳光生活

你听说过“城市心理加油站”吗?引入广东心理服务团队和重庆本地志愿者协同运作的“心安小屋”最近在大足区建成并投入运营。这里采用全新的心理服务与危机干预模式,成为重庆第一家城市心理加油站。其运营主体“足够爱你”团队负责人许琼珊博士通过引入“画疗”“话疗”“夜疗”“互助团”“心安小屋”“明月服务站”等创新模式,专业从事生命守护的志愿服务。半年多来,已成功挽救数十名心理濒临绝境患者,并让上百名有严重心理疾患的青少年重返阳光的生活与学习状态。

心理学博士学重庆话 只为更好地“话疗”

作为北京师范大学应用心理学博士的许琼珊,最初是一名教师。当她发现用常规教育无法解决特殊青少年问题时,转而攻读心理学,2015年在广东成立天蓝心理服务中心,组织社工团队开展禁毒与青少年心理救助等志愿工作,并在揭阳佛山等地取得很好的社会效果。2023年7月,通过“高位对接”,她受邀来渝负责牵头运作“足够爱你”社会公益项目。

哀莫大于心冷,时值寒冬,有心理问题的人群更难熬,由专业人士提供“话疗”非常必要。回首大半年来的心路历程,许琼珊说,作为一个广东人来到重庆做

志愿者,语言是第一关。刚来大足的前半个月,她带领社工团队对各部门进行了大量的走访调研,每次沟通,她都需要很用心去去聆听,还要看表情,连蒙带猜,才能弄清楚对方的需求。于是,许琼珊就请了一位老师专门教她说重庆话和大足本地的一些方言,因为只有进入语境才能更好地了解到来访者的情绪。功夫不负有心人,一个月后,她基本能听懂重庆本地的方言;现在我已经可以很顺畅地听取求助者需求并用重庆话对其进行简单的疏导。”

据了解,“足够爱你”项目实施以来,大足区已在2023年举行的全市关心青少年会议上作过典型发言与交流。其主要做法是通过查找青少年心理问题产生源头,及时予以心理辅导,并将有过激行为的青少年组织成互助团,让他们互相帮助,其心理状态改善效果明显。许琼珊说,除了“话疗”还有“画疗”,通过绘画让来访者能把很多潜意识的情绪表达出来,让咨询师可以更快地捕捉到需求和切入点。目前该团队在大足已收集了3204份绘画作品进行精准地筛查,再通过面谈和话疗进一步确认,救人于危难。

服务模式创新 让“足够爱你”名副其实

“话疗”“画疗”只是“足够爱

你”创新关爱模式的一小部分,“芳疗”也让人耳目一新。许琼珊告诉记者,其团队来到大足后,在各个镇街、社区、医院等场所做了很多场芳疗沙龙。参加活动的人员很多都是爱心妈妈带着留守儿童或者特殊儿童,准妈妈、准妈妈,残障人士,还有一些特殊的服务对象。在芳疗沙龙的过程中,大家体验到了芳香剂带来的愉悦情绪感受,并亲手制作香薰蜡片,带回去送给自己喜欢的人 and 感恩的人,让爱流动起来。

“因为我们需要24小时在线,大足警方和我们联动开通了生命守护专线。”在许琼珊看来,“夜疗”连接了生命“最后一公里”。社工团队经常在半夜接到警方110热线的转介电话或群众求助,社工和属地派出所一起出警去到现场进行危机干预。在许琼珊团队紧密的守护下,危机险情中的当事人零事故全部被成功救助。

最近,大足区一名初一女生长期失眠,因为自从妹妹出生后,她觉得妈妈就把全部的爱都给了妹妹,自己被忽略了。于是她开始结交外面的朋友,当没有朋友陪伴的时候,她仍然觉得孤独。在一个无助的夜晚,她通过微信联系上了许琼珊团队,经过社工许若琦等队员全链条跟进帮扶,她成功走出了心理阴霾。

许琼珊说,救助回来的很多个案在评估后再次轻生的风险较高,而求助者家庭支持体系缺



许琼珊和孩子们一起交流

乏,社区支持体系未完善,团队会建议服务对象和社工们一起工作生活,等到可以回学校、社区的时候,再签署承诺书才离开互助团。“别人朝我扔泥巴,我拿泥巴种荷花,开出璀璨的人间大爱之花。”实践表明,互助团能成功净化焦躁不安的戾气,是非常值得推广的。

让“心安小屋”成为城市心理加油站

随着志愿服务工作的推进,互助团成员数量在快速增长,许琼珊通过链接慈善家资源联系爱心企业,并通过大足慈善会做“足够爱你”项目的定向捐赠,把重庆第一个城市心理加油站建立起来,并成功投入运营。

目前已有来自全国各地和大足本地的需要帮助的群体,通过预约入住“心安小屋”。很多因为学习压力大,已经厌学、休学、辍学的孩子,在专业心理陪伴师、心理咨询师、督导师和中医师的共同调理下,在互助团的陪伴下,越来越多求助者已从“心安小屋”毕业,回到学校继续完成学业。

许琼珊说,心安小屋最大的特色就是“去病化”“去标签化”,孩子们在心安小屋除了接受专业支持和帮助外,也要积极参与到社区公益服务中,让孩子们重新启航,回到学校继续学习。“心安小屋”已成为城市心理加油

站,累了、倦了都可以来“心安小屋”调整一周到三个月,重启生命动力,继续书写美丽人生。

家校社政联动 助力更多未成年人

记者了解到,在镇街社区发现的留守流动儿童,还有公安部门转介的不良行为少年,以及家长来求助的叛逆少年,都可以进入家庭学校社会政府联动的一体化未成年人保护平台——明月服务站。

明月服务站是中敷镇政府特别支持的项目,他们将一座废弃的乡村小学提供出来,许琼珊和团队投入大量的人力、财力、物力进行了改造,让更多的未成年孩子在这里可以得到更好的保护。明月服务站还提供了四点半学堂,周末公益研学营,寒暑假公益研修班,通过丰富多彩的活动教会他们自我保护的方法,完善人格,长大后成为对社会有用的人。

“这项工作说不容易也不容易,因为需要克服很多障碍和被质疑的声音。”但许琼珊认为,只有更大的格局和心量,才能走好“足够爱你、生命守护”的志愿者之路。她在朋友圈写道:“上天会赋予每个生命来到这个世界的使命,我想我是幸运的,因为我已经找到自己的使命,做好生命守护的志愿者。”(据《重庆晨报》)

哈尔滨橄榄绿志愿红 当好城市主人翁

“向前左转,沿着指示牌就能到达售票处”“天冷,这有热贴,但千万别直接贴到皮肤上”……近日,一群身着“军大衣”、身披红色志愿服务绶带的哈市“橄榄绿”退役军人志愿者,在冰雪大世界景区外忙碌着。天虽冷,心却热,一声声真情提示,让来自远方的客人们感受到冰城的温暖。

据悉,在第40届中国·哈尔滨国际冰雪节开幕之际,市退役军人事务局号召广大退役军人志愿者当好城市主人翁,以实际行动服务游客、展示城市形象。号召一发出,就得到哈市“橄榄绿”退役军人志愿服务队志愿者们的积极响应,大家群策群力,制定志愿服务内容、活动开展区域等。

“这个冰雪季,哈尔滨被很多海内外游客所了解,我们的内心无比自豪,更有责任和义务为家乡增光添彩。”哈市“橄榄绿”退役军人志愿服务队临时党支部书记侯晓辉告诉记者,得知要开展助力冰雪季的志愿活动,服务队的志愿者踊跃报名,一个下午报名人数就达到150人。根

据实际情况,大家自动编组,首日出动70余名志愿者,分别在冰雪大世界周边、哈站、哈西站三个区域“上岗”,提供引路、协助维持秩序等服务。

记者来到冰雪大世界景区时看到,“橄榄绿”志愿者们正在周边区域将免费热贴发放给需要的游客朋友。每一次交流时,志愿者们都会诚挚地说上一句“祝你在哈尔滨玩得开心”。带着笑意的服务,令游客们感到温暖,一位来自广东的游客笑着回

应:“哈尔滨,真暖!”

记者了解到,在现场提供服务的退役军人志愿者“军龄”都在20年左右,年龄最大64岁。为保证服务的连续性,大家按照时间轮流上岗。服务队计划,这个冰雪季,还要开展相应志愿服务活动。“希望通过我们退役军人志愿者的热情服务,温暖八方来客,让更多人看见哈尔滨、来到哈尔滨、了解哈尔滨、爱上哈尔滨。”退役军人志愿者王辉说。(据《哈尔滨日报》)



全国人体器官捐献志愿登记人数累计超665万人

据中国红十字会总会最新数据,2023年全国人体器官捐献志愿登记新增82万余人,实现器官捐献6450余例,捐献器官2.1万个。截至目前,全国人体器官捐献志愿登记人数累计超665万人,实现捐献超过5万例,捐献器官超过15.3万个。全国已有30个省级红十字会成立器官捐献管理机构,共建成人体器官捐献者缅怀纪念场所超过

210余处。

2023年,中华骨髓库新增入库数据17万余人份,实现捐献2157例,单年捐献量首次突破2000例,截至目前,中华骨髓库累计入库数据340万人份,累计配型检索超12万人次,累计实现捐献16708例;超过80%以上的地市级红十字会建立了无偿献血和造血干细胞捐献志愿服务队伍。(据央视新闻)