

心理咨询志愿者 走到乡村孩子身边

眼下,南雄微凉,银杏飘黄。孩子们围绕在古银杏树下,和心理咨询志愿者们,敞开心扉分享自己的生活。

“青少年处于身心发育的关键期,心理问题一般还只是点症状。志愿者们早介入,孩子们能早点‘走出来’。”说这话的邹永玲老师,是广东12355青少年综合服务平台的心理总督导。

心理健康和身体健康,是青少年奔跑的“两条腿”,“心”的健康经常被家长忽略。小小的“精神感冒”,家长放任不管,或避而不谈,给孩子成长埋下“隐患”。尤其是乡村留守儿童,父母不在身边,心理健康更需要被关注。

迄今为止,广东12355青少年综合服务平台累计解答青少年咨询超208万个。根据接线案例分析,2019年,广东12355平台心理志愿队领队邹永玲提出心理咨询志愿队伍“走出去”,心理健康干预“关口”前移的设想。

2021年,该设想正式落地。团广东省委依托12355平台实施乡村青少年心理健康专项帮扶计划(以下简称“12355心理帮扶计划”),12355志愿者团队下沉乡村,做心理健康宣讲,提供心理咨询服务。

“300份有心理问题的量表,最后只有11个家庭,接受志愿者介入。”邹永玲收拾行囊,准备前往帮扶的下一站——韶关南雄。



经过系统培训的心理老师在学校授课

孩子心理健康 需要有人长期守护

2021年开始,邹永玲与团队翻山越岭,走过了肇庆、惠州、河源。在河源,邹永玲与团队服务了200所学校,但当地专业的心理老师缺乏,问题个案仅靠帮扶力量,很难保持长期跟踪。

乡村青少年心理问题,发生机制多元,孩子们陷入精神困境时,最需要心理专业人员长期服务。南雄,是12355心理帮扶计划的第四站,邹永玲把重点放在乡村心理教师培养上。

被寂静包围的夜里,挂钟走时的声音,被一通电话盖去。乡村教师蔡清秀接起电话:“焦虑”“无力”等消极词汇,传入耳中。

当时,未经过系统培训的蔡清秀,唯有本能地安慰学生,缓解他的情绪。在放下电话那一刻,蔡清秀努力表现出的冷静被不安所替代。“没经过专业学习,处理孩子心理问题没有掌控感。”培训后,蔡清秀没了从一开始的被动和迷茫,对青少年心理问题评估和给予专业的引导有了信心。

授人以鱼,不如授人以渔。踏足南雄,邹永玲与团队协助学校搭建心理健康工作体系,招募50名教师,进行为期一年半的心理专业系统培训。

过程很难 但要有人去做

心理问题,似乎被打上了“不好”的标签,正常压力导致的

心理痛苦”被污名化,家长觉得孩子做心理咨询“很丢人”。这种误会,容易导致小问题演变成比较棘手的心理障碍。

青少年心理问题摆在眼前,面对家长的不理解,心理专业知识缺乏,乡村教师有时无从下手。他们只能扛着压力,尽最大的努力,向孩子们奔赴而去。他们的付出,邹永玲为之动容。

线下培训结束,邹永玲平时与学员保持线上沟通,对他们提供督导服务。100多通电话,几百个信息弹窗,邹永玲都逐条处理,耐心答复,帮助他们判断自己是否保持中立。“既要共情,又要能抽离。我们看似平静地表达,其实脑子里有很多思考。”邹永玲在督导时,经常提及要教师提高觉察力,处理好反移情问题,避免带着个人伤痛,

对心理个案处理产生倚倚。

一位位乡村心理教师学成归来,孩子心灵多了一份守护,一路成长被照亮、被温暖。

每个童年 都应该是快乐的

今年12月初,50名乡村心理教师正式“毕业”,教师覆盖南雄全市18个乡镇,37所中小学。他们绝大部分能胜任校园基础心理健康工作,其中,超十位教师可以处理复杂疑难的心理问题个案。

“教师入职誓词就有一句话:成为孩子的身心健康的指导者和引路人”,我希望孩子们能被爱围绕。”乡村教刘虹利用业余时间,加入南雄市12355青少年服务中心,帮助更多的孩子解决心理问题。

针对乡村学校心理健康工作体系、心理健康辅导、常见问题和案例及疑难个案的解决等,邹永玲与团队正在编写《乡村留守儿童心理教育关怀工作手册》,想让更多人认识心理问题。“人的每个阶段,或多或少会遇到困难,有专业的人给一点帮助,它或许不是一个问题。”邹永玲将浓缩了团队7年的心理咨询经验积累,编汇成册。

银杏树染黄了村庄,阳光穿过树杈。当丁达尔效应出现,这缕阳光便有了形状。当有心理老师的守护,孩子们内心便有了力量,自信面对人生。(据《南方》)

“党的诞生地”志愿服务队成立30周年 累计逾万名志愿者服务千万余人次

12月5日,第38个国际志愿者日,中共一大纪念馆在上海黄浦剧场举行了庆祝“党的诞生地”志愿服务队成立30周年展演暨2023年度总结表彰大会活动,回顾了其志愿服务队30年来的发展历程,表彰了一批优秀的志愿者和志愿团队。

据悉,1993年至今,共有逾10167名志愿者在中共一大纪念馆参与服务,累计为观众提供义务讲解近3万批次,服务总时长超31.3万小时,服务参观者1169.3万余人次。

活动中,上海市黄浦区卢湾一中心小学的老师和孩子们带来了情景剧《传承红色基因,我是光荣的讲解员》;“红喇叭小讲解员社团”薪火相传的故事跃然眼前。五年级的黄业凯是其中的一员,从二年级开始参与讲解员的志愿服务工作。他自创了“普通话+快板”的方式,将红色故事浓缩为7—9字的内容,以脍炙人口的方式呈现给参观者,受到了广泛好评。上海市黄浦区卢湾一中心

小学校长、“时代楷模”吴蓉瑾介绍:小小讲解员”志愿服务队于2006年正式成立,累计培养了千余名小学生讲解员走进中共一大纪念馆参与志愿服务,如今已成为卢湾一小全体学生的必修课;有些孩子从小学、初中、高中,乃至大学都在担任讲解工作。他们会回到母校,通过亲身教学、情景剧等多种的方式,将小小讲解员的志愿服务精神传承下去。”

“突出贡献奖”获得者、优秀志愿者代表沈潮涌今年68岁,曾在一家国企从事党务工作。2018年,他通过社会公开招聘的方式成为了中共一大纪念馆的志愿者:“这是我退休后一直想做的事”。作为首批9名讲解员志愿者之一,他自制一览表、梳理讲解内容,花了近1个月时间背熟了2万余字的讲解词。

为了讲好红色故事,沈潮涌开动脑筋,根据不同受众“量身定制”讲解方式。“比如,在国庆节假期期间,来参观的

小朋友比较多,我就会以小故事的形式讲述,让他们更加印象深刻。”2019年,一位小朋友听完他的讲解,还献给了他一条红领巾,让他感动之余,又倍感振奋。

“每一次讲解都是一次心灵的净化”,听了40余年苏州评弹,沈潮涌充分吸收其中的语言艺术,在讲解过程中以肢体语言增强表现力。因此,他的讲解总是情感充沛、富有感染力,结束时掌声连绵不绝。荣获“突出贡献奖”,于他而言,是意外的惊喜,更是莫大的鼓励;志愿服务的心从未改变,我时刻准备着。”

据悉,该志愿服务队在活动同日还启动了2024年新志愿服务项目——“一兴一译”“青春悦读”与“树德红剧场”,不仅将为小语种参观者提供翻译,还通过文化沙龙、情景党课等方式,激发更多青年群体主动走进场馆,从参观者变为志愿服务的参与者。

(据《新民晚报》)

共青团中央表彰第十四届中国青年 志愿者优秀个人、组织和项目

近日,共青团中央、中国青年志愿者协会作出表彰决定,授予北京2022年冬奥会、冬残奥会志愿者群体等260名个人(群体)第十四届中国青年志愿者优秀个人奖”,授予浙江大学马兰红色志愿服务团等100个组织第十四届“中国青年志愿者优秀组织奖”,授予扎根计划——“三走四帮五联动”赋能乡村振兴志愿服务项目等100个项目第十四届“中国青年志愿者优秀项目奖”。

受到表彰的个人、组织、项目是中国青年志愿者行动中涌现出的先进典型。他们积极践行“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神,走进社区、走进乡村、走进基层,为他人送温暖、为社会作贡献;他们自觉践行人民至上的价值立场,在积极投身改革发展主战场、急难险重攻坚战、服务群众最前沿中勇担时代重任、展现青春作为;他们矢志践行“请党放心、强国有我”的青春誓言,在科技创新、乡村振兴、绿色发展、社会

服务、卫国戍边以及关爱困境青少年、为老助残、大型赛会、应急救援、疫情防控、文明实践、海外志愿服务等领域挺膺担当、团结奋斗,展现了奋进新征程、建功新时代的青春豪情。他们服务“国之大者”,力行“民之关切”,为全国青少年作出了榜样,树立了标杆。

中国青年志愿者优秀个人奖、组织奖、项目奖由共青团中央、中国青年志愿者协会设立,自1996年以来已开展14届评选表彰活动。本届表彰注重选树在基层一线以及国家重大战略和重大任务中表现突出的个人、组织和项目先进典型。先进典型展示了新时代新征程青年志愿者忠诚于党、奉献祖国、服务人民的精神风貌,将激励广大团员和青年志愿者、各级团组织和青年志愿者组织朝着党的二十大确定的目标和方向奋勇前进,为推进中国式现代化贡献青春的智慧和力量。

(据《中国青年报》)