

每事问 新闻调查

2020年12月22日 星期二

E-mail: meishiwen2020@126.com

本期主编:张海鹰(0451-84652978)

执行编辑:毛晓星 18545581663

美 编:赵博



手机扫一扫,畅读
《每事问·新闻调查》更
多精彩内容。



□调查记者 崔立东
一直在路上,一直在现场。永
远相信追问的力量,真实的力量,
改变的力量,永远相信——你我共
同的力量。

我的新闻热线 15004526078

新闻在线

对话

□本报记者 崔立东

记者:不怕被感染吗?

周佳玮:风险肯定是有。不过我们都是医学生,对艾滋病和新冠病毒都有科学认识和科学防范。凉山州四县是艾滋病高流行地区,为了大家的安全,三年来,我们每次返哈前都会进行HIV检测。

12月9日凌晨,我们落地哈尔滨后,按照学校疫情防控的要求,大家都没有回宿舍,自觉到宾馆集中隔离。第二天,做完核酸检测及HIV病毒检测,结果都没问题后,我们才返回学校。

记者:条件艰苦吗?

周佳玮:真的很艰苦。某些街道、饭馆、旅馆卫生条件较差,刚去的时候,由于多种原因,每次饭后都腹泻。我们工作的地方海拔3000多米,泡面经常煮不熟,地震偶有发生。在大山里,我们经常往返几个县、乡工作,每次要在崎岖难行的盘山公路上坐七八个小时的车,这心时时刻刻都悬着,有时甚至要与家禽牲畜同坐一车。在散发着臭味的车上,我们几乎无法呼吸。

记者:你们撤走后,有担心吗?

杨秀贤:凉山州教师短缺,心理教师更是稀缺。孩子们的心结与问题都是隐藏在笑容背后的,所以我们最担心的,一是孩子们的心理问题不能及时地被识别;二是参加过心理援助的孩子们心理干预效果需要巩固。

希望当地接受过培训的老师能够坚持定期地给这些孩子进行心理辅导,能够经常关注孩子们的心理状况,并及时给予支持辅导。

记者:参与救援项目中,你最大的感受是什么?

杨艳杰:格兰特实验结果表明,爱与温暖,是人类成功和健康的要素。对于大凉山的孩子们来说,他们更加需要爱和温暖。我们深深地感受到,凉山州仍需要知识和精神层面的扶贫。下一步,国家相关部门仍会对凉山地区的教育、卫生等相关工作继续支持。

始于一个项目,基于一份责任,成就一份梦想!我们愿意与大凉山携手同行,真切地希望凉山人民像他们的图腾雄鹰一样,振翅翱翔!

来自哈尔滨医科大学心理援助项目的报道

特殊的 疗愈

□本报记者 崔立东



三年120人次赴大凉山 哈医大专家团专业上线



在大凉山工作的哈医大专家与当地教师们合影。

1

前期摸底 反复论证修改方案

凉山州受艾滋病影响儿童心理关怀项目负责人,哈尔滨医科大学心理与行为研究中心主任杨艳杰教授告诉记者,接到任务后,他们立即带领项目组专家对凉山州4000余名目标儿童青少年六个方面的心理行为状况进行问卷调查摸底。

对数据进行整理后,项目组针对儿童青少年存在的问题,对凉山州心理援助方案进行了设计,并反复推敲论证,不下30次的项目方案修改,十余次的国内、校内外专家论证,最终确定了“团体心理辅导与个体心理咨询相结合,健康教育与心理治疗相结合”的凉山州受艾滋病影响儿童心理关怀项目实施方案。

2

分成两支小队 干预受“艾”影响儿童 培训当地老师



师资培训,携手共进。

2018年3月,哈医大心理团队正式进驻凉山州,以昭觉县为中心对昭觉、布拖、美姑、越西四县目标儿童青少年进行心理行为干预。

“我们这支队伍分成两支小分队,一支由哈医大心理学专家组成,主要对受艾滋病影响的儿童青少年进行心理关怀与心理干预;另一支由哈医大专家牵头,联合国内知名高校如北大、西南交大等专家,对凉山州四县中小学教师进行心理师资培训。”杨艳杰说。

杨艳杰告诉记者,自从国家开展精准扶贫工作以来,该地区获得了多项针对性政策,如“四免一关怀”政策,对感染儿童、孤儿、贫困学生资金补助,保障受艾滋病影响儿童青少年的生活、教育、医疗等基本权利。但由于多种原因,受艾滋病和贫困影响儿童青少年还存在孤独、抑郁、焦虑、恐惧、自卑等负面情绪,他们的自我意识、人际交往能力还需要进一步提高。

3 直面受“艾”影响儿童 解难题

●“绘画+音乐”参与法 打开沉默孩子心结

周佳玮是哈医大心理学博士、讲师,项目中负责孩子们的团体心理辅导活动。她告诉记者,让他们最初倍感“崩溃”的是孩子们沉默、不表达,让身怀“绝技”的专家们无用“武”之地!甚至一些低年级的孩子刚学普通话,不能完全听懂专家们的意思。“面对心理老师,他们的习惯动作就是双手捂住脸扭过头,害羞地笑。”

于是专家们想尽办法拉近和这些孩子们的距离。“这些低龄儿童对绘画和音乐的心理防御较低,参与度较高,不知不觉就会把内心深层次的动机、情绪、价值观和愿望等投射到画作和音乐活动中,释放心结。”哈医大心理学博士研究生解韵加说。

音乐魔力真的这么大?周佳玮说,对于低龄儿童,他们会先通过唱歌、跳舞的形式给孩子们再造音乐想象,并通过不同物体发出的不同节奏和声音,激发他们的快乐情绪。例如,伴着周杰伦《稻香》自创的水杯操。另外,通过韵律节奏发泄情绪,放松想象,锻炼思维活动;通过不同乐器交织的声音,理解团队协作性;用合唱《明天会更好》等方式,寄托祝福和梦想。

对于那些喜欢画画的孩子,专家们通过讲授水笔和铅笔不同,画出心中的夜空、雪天;闭眼涂鸦,激发快乐情绪;画自画像,了解自己的特点,帮助他们感受自我意识和情绪。

专家们通过活动和心理咨询发现一些隐藏的问题,通过关注、鼓励、理解等方式治疗孩子们!多次活动后,孩子们从蹦字到蹦词,蹦句,最后整段话表达想法,让专家们欣喜不已。



活动中,解韵加博士与这名同学约定:每天改变一点点,每天进步一点点!

●趣味活动很疗愈 网瘾生考上重点班

如果说通过音乐、美术,专家们打开了孩子们的心。那么下面一个个活动,才是真正疗愈的开始。周佳玮告诉记者,团体心理辅导活动中,“零用钱大作战”“松鼠搬家”“心有千千结”……每个游戏都设计精妙、活泼有趣。

例如孩子们最喜欢的热身游戏项目——零用钱大作战:每个人发5毛钱,孩子们根据指令抱团组合钱币数,让游戏者彼此快速熟悉。周佳玮说,游戏后他们会进行讨论分享,引导学生们把感受表达出来。在日后生活中再遇到这样的问题,懂得道理,想明白走出来,受益后自然也就更相信自己了。这种通过自己努力获取到的知识,力量更强更深刻。

周佳玮告诉记者,贾斯是一个活泼好动的男生,“2019年暑假的时候,我发现他突然沉迷于王者荣耀。刚好我们第二学期的主题是‘认识自我,发掘潜能’,主要是通过做‘手指的力量’等一系列游戏,认识并了解自己的性格、能力。”

游戏过程中,贾斯表现出极大的热情,“通过‘一分钟的价值’活动意识到只要你肯努力,什么时候都不晚;通过‘生命的最后24个小时’活动,他沉下心来思考自己的梦想与价值到底是什么……没有说教,没有禁止。”

离开大凉山的前一天晚上,周佳玮嘱咐贾斯照顾好自己,少玩一点游戏。他回复:“我以后再也不玩了。”今年中考,贾斯以优异的成绩考入凉山州某中学高一年级重点班。

“我太为他高兴了!”周佳玮说,“微信中贾斯跟我说,他们老师有一次布置的作文题目是‘认识您真好’,他写了我。作文中,他说‘老师,你别走……’看到这,我眼睛湿润了。”

三年时间,哈医大专家团队与孩子们朝夕相处,用真情和心理专业技能,让400多名受艾滋病影响儿童打开心结,树立自信,勇敢地面对生活。



杨兆南与孩子做互动游戏:大手牵小手,陪你一起走;让你坐在我肩头,看得更高更远。

B

412个孩子呼唤: “老师,你别走!”

“他们像逆行的候鸟,春来冬去。这次听说你们不回来了。我好怕,多么希望你们留下来,老师,你别走……”一个孩子在日记中写道。

“小广东”何健生是哈医大应用心理学硕士研究生,25岁的他在孩子们的心中就是一个大哥哥,今年他已经是第三次去凉山参加项目了。

何健生说:“孩子们看起来木讷,其实各个心里都有一团火。你点燃了,他就释放出了炽烈和真诚。他们羞于表达友好和感激,但他们会偷偷打听到你的行程,什么时候走,什么时候来,他们都记得。”

心理学研究生杨兆南与“小广东”有同样的感受,“在这样一个特殊背景下,当一个贫弱孩子对你说‘谢谢’的时候,你会觉得这两个字是那么重!”在大凉山,太多的孩子感受到了心理关怀团队的爱与温暖。



得知小周老师要走了,同学们万般不舍!

3年培训211名教师 留下一支 不走的“专家团”

“我的班里有9个中艾协援助的学生,其中一个孩子的父母都去世了,他经常因为在老家做活儿不能按时返校。按理说,经常迟到是要受处分的,我当时想照顾一下这个有困难的学生,就把他家的情况告诉了同学们,我的本意是让大家不要和他比,他家有困难,但忽略了曝光他家情况后,他本人的心理反应。后来看了哈医大专家给同学们做的心理辅导,才知道对学生的关怀不能是简单的照顾,必须讲方法、更多地考虑心理成长。”昭觉县某中学高二年级组组长胡老师说。

胡老师告诉记者,三年来,当地教师跟哈医大专家学到了很多知识,结下了深厚友谊,“我们真的舍不得他们走!”

“凉山受艾滋病和贫困影响的儿童青少年不止这412个,遗憾的是我们心有余力不足。”哈医大心理与行为研究中心副主任杨秀贤副教授,一直负责对凉山四县教师进行心理学师资培训工作。“根据凉山心理教师匮乏的实际情况,三年间我们对凉山四县211名中小学教师和教育工作者进行了心理学基础知识与基本技能培训,目的就是给大凉山的孩子们留下一支不走的心理援助师资队伍!”