



三位一体打造育人「心」模式

顺心社工致力社会心理与妇儿青少年服务项目,织密心理安全防护网



顺心社工通过家—校—社多个维度连结起心理安全防护网。图为顺心社工关爱异地务工人员子女夏令营活动。

青少年是社会的希望,他们的心理健康受到社会各界的关注,无论政府、学校还是社工等单位、机构,都一直在探索守护青少年心理健康的方法。在顺德,佛山市顺德区大良街道顺心社工服务中心持续发力这方面的探索已长达15年有余。

2009年,顺心社工通过自主设计开办的“父母学堂”,以社区教育为切入点解决因家庭功能失调产生的儿童、青少年心理问题,逐渐形成社会心理与妇儿青少年服务项目。项目因迅速有效化解多宗社会心理危机案件逐渐被看见、被认可,服务也扩展到社

区、学校、企业等。10多年来,机构联同区妇联在10个镇街开展“家庭教育大讲堂”,并将服务延伸至伊之密、联塑等10多家企业,把心理教育常态化,同时识别高关怀群体,有针对性地开展深度个案服务。深耕其中的顺心社工核心

成员,也先后被评为广东省妇女维权与信息服务站优秀志愿者、佛山市顺德区“领航”家庭教育指导服务队成员及家庭教育指导顾问、佛山市涉未成年人案件家庭教育指导辅导员。项目更入选第三届“耕善计划”卓越服务项目。

用心聆听更要用心观察 抽丝剥茧查找心理问题根源

一位年轻的“新手”妈妈阿燕(化名)产后备受家人的呵护,但她却过得越来越痛苦,甚至产生了轻生的念头。是什么原因导致了这位别人眼中的“幸福”妈妈患上产后抑郁?妇联将这个案例转介过来时,顺心社工心理服务团队陷入了思考。有了问题就要解决,况且这是顺心社工擅长的领域。“我们与她深入交谈,了解问题所在,以及问题产生的根源。”顺心社工蔡小琼说,经过一番交谈,发现原来阿燕主要是担心自己休完产假后,会与社会脱节,无法保住工作,从而产生了抑郁情绪。

而这一心理问题的根源则来自她的原生家庭。原来阿燕母亲曾为了更好地照顾两个孩子,放弃了自己的工作,成了一名全职妈妈,而背后的婚姻生活则产生波折。“她一直叮嘱我们,不能为了家庭和孩子放弃工作。”阿燕说。就是这一深嵌于她内心的认知,造成了她的心理困境。问题找到了,接下来是制造解开心锁的钥匙。“我们对她这个认知进行纠正,帮助她调整心态、缓解压力。”接近四个月的努力,阿燕的状态越来越好,最终走出了抑郁,不仅亲子关系良好,也顺利回归了职场。

这套抽丝剥茧、层层递进与服务对象建立关系的过程,几乎贯穿顺心社工服务的每一个个案。“我们需要通过多渠道了解服务对象的成长经历,除了用心聆听,也需要用心观察,有时候解决问题的突破口往往是对方的一个眼神或表情。”一名社工这样对记者说。服务对象小春(化名)心理困境的根源就是这样通过社工细致入微的观察查找到的。小春曾频繁出现肠胃问题,但医生检查一切正常,怀疑他患上心理疾病的父母决定接受心理咨询。社工与其与父母互动会紧张这一点判断,也许他心理问题

的根源就是家庭关系。果不其然,经过了解,原来小春父母正在闹离婚,小春发现只要自己生病,父母就会一起带自己看病,在他的潜意识里,自己生病父母就会和好。找到问题症结所在,社工对症下药,后来不仅解开了小春的心结,其父母也言归于好。专业的服务能力之下,这样的案例并不少见。数据显示,15年来,顺心社工的心理服务团队通过多种方式累计服务逾40000人次,深度个案辅导1579个、服务时数15168小时,个案管理3489个、服务时数10467小时。

服务被看见成效被肯定 服务逐渐走进镇街社区和企业

社会心理与妇儿青少年服务项目的最初形态,是“父母学堂”,顺心社工设计了专门的课程,帮助家长朋友改善情绪表达,处理各种家庭关系。不少市民前来上课后,发现个人情绪稳定了,亲子关系、夫妻关系、婆媳关系等也得到了改善,从而介绍更多人前来上课。“我们有些学员是企业管理人员等,他们觉得可以将这套家庭教育课程带到他们的企业去,后来我们又将服务延伸到企业。”蔡小琼说。2011年,政府部门也看到并肯定了这项工作的成效。

那一年,区妇联邀请顺心社工走进十个镇街开展“家庭教育大讲堂”,为一些单亲家庭或失独家庭开展心理成长课程或个案辅导。数据显示,10多年来,顺心社工联同区妇联在10个镇街开展“家庭教育大讲堂”,并将服务延伸至伊之密、联塑等10多家企业,把心理教育常态化。2014年,顺心社工的心理服务范围进一步拓展,走进了社区。跟此前的服务情况相比,社区教育的情况明显更为复杂,涉及的对象包括妇女、长者、青少年等方面。在

开展服务的过程中,顺心社工又专门关注起了大学生、准大学生这一群体。“他们刚上大学,或者即将上大学,在这个阶段,不少人对未来相当迷茫,不知道选择的专业是否适合自己,也不知道该朝哪个方向努力。”蔡小琼说,他们决定对社区内的大学生开展团建培育,后来甚至开辟出一个全新的服务领域:帮助大学生和青少年做心理健康建设,同时也帮助他们进行人生规划。渐渐地,这项工作带来了一些可喜的变化。“我们引导

大学生们如何学习自己的专业,以及思考如何利用自己的专业回馈社区或社会。”蔡小琼说,到了暑假和寒假,他们就收获了成果,不少大学生、青少年将所学带回社区,走进各种青少年夏令营,成为顺心社工的助教团,完成了从被服务到主动提供服务的良性循环。2022年,项目进一步拓展服务模式和范围,与区教育基金会合作,通过人保基金冠名、区教育基金会资金支持的方式共建心灵驿站,为师生、家长带来心理援助计划“心”服务。

从个人经验到成熟模式 希望将经验提炼成书出版分享给更多人

持续了15年如今仍在继续的项目,谁想不到,它诞生的土壤居然只是一群心理咨询师和心理爱好者聚在一起,与其他家长一起分享育儿心得。后来有人提议

将这些心得整理出来,分享给更多人。于是,顺心社工设计课程,办起了父母学堂。随着前来上课的家长越来越多,课程的真实有效性也得到越来越多人的认可,

他们希望带上小朋友前来参加。于是,顺心社工拓展探索开设了针对青少年的夏令营和冬令营。后来,课程更是延伸出心理讲座、父母成长营、师生心理成长营等多种形式,服务深入到学校、企业、社区等,逐渐通过家—校—社多个维度连结,编织起心理安全防护网,助力化解社会问题。15年的摸索,也让项目逐渐走向成熟,形成一套以“心理预防与提升—高关怀人群筛查与评估—个案介入与辅导”为核心目标的个性化和普适性相结合的育人“心”模式。在这个过程中,颇为值得称道的是项目课程、活动设计的针对性。

“我们会联合心理咨询师、讲师、社工,针对不同服务对象群体设计不同的服务,抓准某一个群体的痛点问题,然后寻找对应的策略。”蔡小琼说,比如针对家长面对亲子关系、个人情绪等方面的压力,他们设计了一套育儿模式课程;针对青少年面临的学业问题、压力或人际关系、情绪问题等,他们因应青少年的心理特征,设计了适合青少年成长的课程;针对企业职工,也会充分考虑他们面临的压力、工作双重压力去进行课程的设计……这么多年来,项目的社会心理服务课程已经相当成熟了,或许也正是因为这种持之以恒的创新,让项目的服务范围 and 领域得以不断拓宽。

“可以的话,我希望机构能够将这十几年的模式进行提炼,出版成书,让更多人重视心理健康,同时帮助更多人活出精彩。”蔡小琼说。此外他们也希望未来能够有机会将他们的服务案例以舞台剧、话剧等形式呈现出来,让心理健康的理念可以在更大范围内宣传出去。

文/顺德融媒记者莫胜娜 图/顺心社工供

一针一线间 显巾帼魅力

陈村永兴社区养老服务中心秀出“针”功夫,引导居民传承刺绣技艺

每逢周一,在陈村永兴社区养老服务中心的国学堂里,8名绣娘时常齐聚一堂,交流指尖“针”功夫。她们手捧绣帕,针线在其间来回穿梭,手法娴熟。色彩的搭配,万物的呈现,无一不显示出她们高超的技艺。

这样的情形已经持续了两个月,今年3月,陈村永兴社区养老服务中心招募了8名有刺绣基础的长者,组成了一支绣娘队伍,通过开展一系列以刺绣为主的活动,将古典刺绣和现代风格融合起来,更好地传承古代刺绣文化。

据了解,刺绣业在顺德拥有上百年的历史,而在陈村则是从20世纪60年代兴起的,到70年代达到顶峰,80年代逐渐凋零。在刺绣兴盛的年代里,陈村有超过40%的人从事这项工作。

“我们在开展服务的过程中,发现不少长者以前都做过绣娘,十分怀念那段日子,对于刺绣技艺无人传承而倍感失落。”陈村永兴社区养老服务中心社工黎姑娘介绍,他们经过调研,发现了这一段历史,也认为深藏于刺绣背后的技艺和精神值得挖掘和传承,为此他们招募对刺绣有兴趣和特长的长者,组成了这支绣娘队伍。

每一幅绣品,在落针前,需要先在整幅绣品配色。拿绣花为例,花、叶、枝均有不同的颜色搭配,不同的花也有不同的颜色搭配标准,甚至每朵花中的不同部位,也有不一样的要求……刚开始的时候,社工组织8名绣娘开展各种刺绣探索,经过一个月的时间,绣娘们基本上已经掌握了活动的节奏,自主开展交流,根据自己的经验及特长绣出各种各样精美的作品。

黎姑娘介绍,对于这些作品的用途,他们已经作出了规划:作为礼品回馈给永兴社区养老服务中心的资助单位;开展义卖活动,义卖所得用于支持中心的发展;对接社区有需要的群众,将作品赠送给他们。

“这个绣娘团队是按照自组织培育的方向组建的,目前还处于起步阶段。”黎姑娘介绍,时机成熟之后,他们或将继续挖掘这支团队的潜力,引导他们在传承传统技艺方面发挥出更好的作用。

文/顺德融媒记者莫胜娜

齐心聚众志 发力反家暴

龙江镇妇联、妇联维权站携手乐善社工推出“普法百宝箱”工具包

近期,龙江镇妇联、龙江镇妇联维权站携手乐善社工,为进一步推进反对家庭暴力工作,设计出“普法百宝箱”工具包,旨在提升妇女对家庭暴力的法治意识和自我维权能力。目前,这个工具包已经正式对外推出。

据悉,“普法百宝箱”工具包包括宣传袋、科普教育册、龙江镇“反对家庭暴力”联动地图、种子卡片、减压球等内容。其中,科普教育册可通过各类游戏,向参与者科普反家暴和维权知识;联动地图含龙江镇23条社区(村)妇联及治安队热线,龙江镇妇联妇女儿童权益维护工作站、龙江公安分局、法律援助工作站地址、电话号码等信息,十分实用。

值得一提的是,这个“普法百宝箱”是通过“聚众智”的方式创作出来的。去年11月至今年4月份,在龙江镇妇联、妇联维权站的指引及顺德区社会治理众创共善计划的支持下,乐善社工以“普法百宝箱”创作坊、工具包研讨会等行动,招募镇内妇女、亲子家庭、群众参与工具包共研行动。

“普法百宝箱”的内容和呈现方式则是邀请反家暴志愿者骨干,以议事协商方式确定的。经过“头脑风暴”,工具包确定结合预防家庭暴力、遭受家暴时刻的保护方法、维权保护三个层面进行设计,工具包包括游戏棋、科普小册子、减压球等,以寓教于乐的方式,让使用者能通过好玩、有趣的方式掌握资讯。多次协商及多方力量的积极参与下,乐善社工不断调整工具包的细节和内容,并最终设计出了这款“普法百宝箱”工具包。

乐善社工谭姑娘介绍,以工具包为媒介,他们匹配了“预防+发展+解决”服务,帮助使用者掌握家庭暴力的识别及应对技巧,“我们也期望向公众普及反对家庭暴力的知识,消除认知误区,为更多潜在的使用者提供帮助。”

文/顺德融媒记者莫胜娜

爱心捐赠

户名:佛山市顺德区慈善会
顺德农商银行账号:13138900000342
中国农业银行账号:44467001040023396
爱心热线:2222323
微信捐赠:关注“慈善顺德”微信公众号



顺心社工大学生助教团队。