

# 幸福生活从“心”出发

台州椒江打造社会心理服务“阳光心晴”工程



见习记者 杨宁

前不久,家住台州市椒江区的李女士因为家庭纷争烦心不已——一边是不断指责孩子有手机依赖症的父亲,一边是认为自己缺乏父亲关爱的孩子。左右为难的她到椒江区矛盾纠纷调处化解中心的阳光心晴工作室寻求帮助。经过心理咨询师多次专业心理辅导后,久违的笑容又出现在李女士一家三口的脸上。

2020年以来,台州市椒江区探索构建社会心理服务体系,全力打好心理健康保卫战,取得了明显成效。



## 心理诊疗, 打造专业“情绪树洞”

“现在的很多人压力大,需要一些倾诉的渠道,所以我们通过‘一条热线、一档电台栏目’的方式,开通线上情感免费咨询热线,为大家提供倾诉的‘树洞’,及时守护群众的心理健康。”区妇联相关负责人说。

“一条热线”指依托96345热线团队,开通线上情感免费咨询热线——“阳光心晴”热线,每天安排一名具备资质的心理咨询师值班。心理咨询师可根据来电群众咨询的情况进行现场解决或者预约当面咨询解决,为有需求的群众提供心理危机预防和干预公益服务。

2020年5月25日,由区妇联联合区委政法委、区卫健局,依托FM98.7台州综合广播开设的《府城倾听》栏目正式上线。栏目通过主持人与心理专家对话、接听热线电话等方式,解决当事人实际问题并进行后续问题跟踪。节目开播至今已累计推出了36期,在9个多月的温暖相伴中,《府城倾听》得到了广大群众的欢迎与喜爱,还收获了一众忠实粉丝。

## 精准服务, 构建心理安全屏障

“谢谢你这些年对家庭的付出,的确是我错了,请你原谅我,以后我们好好过日子。”近日,在阳光心晴工作室里,椒江区葭沚街道的李某真诚地向妻子张某道歉。张某与李某结婚多年,生育了两个孩子,之前生活一直挺美满。可2019年,李某忽然提出要离婚,后知后觉的张某猜测肯定是丈夫出轨了。她收集了丈夫出轨的证据并和他谈判,但丈夫仍旧不肯回头,执意要到法院起诉离婚。感到无助的张某于是来到阳光心晴工作室求助。

“调解之前我们做了大量前期工作,准备了好几套应对不同情况的方案。”参与这起婚姻纠纷调解的心理咨询师郑永红告诉记者,在调解中,她运用了心理咨询中的焦点技术,帮助张某和李某自我察觉、改变认知,重新树立对婚姻的信心。最终,在工作室其他成员的配合调解下,李某表示愿意主动改善家庭关系,并撤回了离婚起诉。

为了让心理服务向重点领域和基层村居延伸,椒江区实施“阳光心晴”全覆盖。除了椒江区矛调中心以外,葭沚街道和海门街道也专门开设了阳光心晴工作室,每周三安排心理咨询师坐诊,现场为群众排解烦恼。2020年,工作室累计接待群众70余人次,调解成功率高达100%,还成功化解由街道、派出所转介的民事纠纷30余起。

