

美好生活热线·打探

■温度 ■热度 ■力度

他们的口号是“打倒不开心”

——美好生活热线打探团市委“心·希望工程”“心灵成长社”项目

□本报记者 杨妮紫

2021年起,重庆共青团12355青少年服务台创新实施“心灵成长社”项目,通过艺术表达、隐喻故事、榜样塑造、心理游戏等形式开展社团活动,在潜移默化中介入青少年的学习与生活,走进心灵的疗与愈。

在“六一”国际儿童节前夕,重庆日报美好生活热线记者来到团市委“心·希望工程”“心灵成长社”项目实施的学校,打探活动现场,并对话重庆市12355青少年服务台心理专家。

打探1 “我学会了如何处理愤怒的情绪”

5月30日,在渝中区解放西路小学,本学期的第五次“心灵成长社”社团活动正在进行,这期的主题是“愤怒三部曲”。正式进入主题前,重庆市12355青少年服务台心理专家李莉华老师先来了一个热身活动——绘本故事分享《我变成一只喷火龙了》。

“通过绘本故事开场,引导学生了解愤怒情绪对自己和周围人的影响,以及讨论生活中化解自己的愤怒的方法。”李莉华介绍道。

紧接着,开始进入主题。首先是“1分钟的愤怒”,孩子们选择一支或多支能代表自己愤怒的颜色笔,在1分钟的时间里,在纸上用力的涂鸦,把愤怒的情绪发泄到作品中,并去感受自己在愤怒情绪中身体的反应。

记者看到,在这个过程中,时间虽短,但每一个人都全身心地投入进去,涂鸦的速度也越来越快。

“这是一个释放情绪的过程。”李莉华

说,孩子们会感受到自己愤怒时身体可能会有微微地冒汗,或是很紧张。

涂鸦完毕后,老师引导孩子们大力地撕碎自己的愤怒作品,一直撕成碎片,进一步宣泄情绪,感受在撕纸的过程中情绪是如何渐渐平复的,直到撕纸动作慢慢停止。

随后,孩子们再利用这些碎片重新拼贴一幅能让自己感到舒服或平静的作品。

“我的这幅画叫《微笑的负面情绪守护者》,今天我学会了不管碰到什么事情都要微笑面对”“愤怒不可怕,可怕的是不敢面对它,我学会了如何处理愤怒的情绪”“以前我性子特别急,通过绘画和手工能让我沉静下来”……最后,同学们围成一个圈,大家你一言我一语,分享起自己的作品和参加社团活动的感受。

李莉华说,“愤怒三部曲”让孩子们学会了合理释放、转化愤怒,帮助大家更好地了解愤怒情绪,获得用创造性的方法安全地表达、释放自己的愤怒能量,增强自我控制、协调能力。



孩子们在分享自己在愤怒情绪中身体的感受。 记者 解小溪 摄/视觉重庆

对话 “希望能为广大青少年的心理健康带去更多积极的影响”

“心灵成长社”项目自实施以来,不仅深受学生们的喜爱,各学校的老师也都赞不绝口。李莉华介绍,目前在开展的团体活动主要是通过表达性艺术的形式,比如孩子们喜欢的绘画、手工、折纸、手偶等各种媒材的艺术创作,配合隐喻故事、游戏等形式呈现。

“孩子们在参与的过程当中是放松和投入的,能有效降低防御心理,帮助他们将无法用语言说出来的内心的困惑、烦恼、压力、情绪、冲突等潜意识的内容,用更具有创造性的方式呈现出来,让潜意识有机会自然浮现。”李莉华告诉记者,从目前开展的情况来看,能看到孩子们真实的呈现和积极的改变,尤其是个别孩子的变化非常大,从原来很在意别人的评价,爱哭、易怒,人际关系陷入紧张,到现在面对别人的当面评判与嘲笑,应对方式变得幽默且灵活,不再有很多计较,表达出来的内容也充满了爱与力量。孩子们悄悄的变化,也在鼓励着我们的每一步前进,希望能为广大青少年的心理健康带去更多积极的影响。

近年来,少年儿童的身心健康问题一直深受关注,从日常接触的个案中,李莉华发现儿童的心理问题主要集中在两方面。

一是不恰当的家庭互动关系影响孩子的情绪。例如父母经常争吵、母亲太强势、父母期望过高却忽略孩子实际能力情况的,经常批评和打骂孩子的,这部分孩子普遍会存在不同程度的情绪失控或自伤行为。

李莉华说,针对这部分家长需要加强家庭教育,改善家庭互动模式,能有助于减少孩子们的情绪失控及自伤行为。

二是孩子被忽视,在家庭没有情感支持,在学校人际关系较差,容易出现情绪问题。“这部分孩子如果一直压抑情绪无人理解与倾听,容易爆发情绪,做出失控的行为。”李莉华谈到,比如自我评价较低,很在意别人的眼光和评价,认知比较偏激。

李莉华认为,对这部分孩子需要增加人际支持,如老师帮忙融入班级小团体或家长能有意识地找孩子聊天谈心,这些都能有效降低情绪爆发几率,减少失控行为的发生。

【链接】

以“小杠杆”撬动青少年心理健康服务“大格局” “心灵成长社”已在6个区试点

社会需求。特别是青少年,高昂的咨询费用和药物治疗的“副作用”给青少年及家庭带来沉重负担。”重庆市12355青少年服务台负责人林森介绍,“心灵成长社”公益项目有效解决了这一难题,通过艺术表达、隐喻故事、榜样塑造、心理游戏等形式,将心理

学技术融入到艺体媒材的应用和创作活动之中,以社团活动的形式面向青少年开展,让心理健康教育走在心理治疗之前,使社团活动在潜移默化中介入青少年的学习与生活,走进心灵的疗与愈。

林森表示,轻松的游戏深受青少年喜爱,

学校教师也在活动中受益匪浅,凭借该项目去标签化、精准服务、复制性强、与共青团工作紧密结合等特点,实现以“心灵成长社”“小杠杆”撬动青少年心理健康服务“大格局”。

“心灵成长社”项目是重庆共青团“心·希望工程”创新实施的青少年心理健康特色项目,并在渝中区、九龙坡区等6个区试点。接下来,重庆共青团12355青少年服务台还将继续探索完善“心灵成长社”项目,让“心灵成长社”与孩子们更贴心。

打探2 即兴戏剧开场 打开孩子们的创造性思维

在渝中区东水门小学,针对孩子的天性和特征,重庆市12355青少年服务台心理专家赵姝则用即兴戏剧开场,打开孩子们的创造性思维,培养倾听和观察的能力。

“挑选贴近每期主题的绘本故事,以隐喻的方式重新构建认知,充实自我力量。”赵姝介绍,紧接着的主题活动,通过绘画、手工、音乐、自由舞动等艺术形式释放情绪,呈现内在冲突并进行转化,强调自主性,拓展生命的宽度;最后,同学们轮流表达分享,既是一种经验交流可增强团队凝聚力,也能从这样的情感流动中获得团队

“心灵成长社”是由团市委发起,面向青少年,以社团活动形式开展的心理健康团体辅导项目,每个社团由20-25名学生组成。以每学期8次活动的标准,设计情绪管理、人际交往等课程体系,通过团辅活动调查社团学生心理状况,并为实施项目的每个学校培养1名可带社团的老师,促进项目持续向深度推进,呵护青少年心理健康。

“传统的心理健康服务以个体咨询为主,难以利用有限的专家资源满足巨大的

打击养老诈骗专项行动系列报道③

老人为何频频成为婚恋诈骗对象

这些陷阱要谨防

□本报记者 周松

“没想到你们还能帮我把养老钱追回来,太感谢了。”4月底,在城口县检察院和公安局联合举行的“1.10”专案被骗资金返还仪式上,邓大爷从检察官手中接过被骗走的5800元养老钱,激动得连连道谢。

这是一起以婚恋为幌子的养老诈骗案,被骗老人多达80余人,受骗金额合计46万余元。老人为何会成为婚恋诈骗的对象,这类诈骗有哪些手法,又该如何防范?近日,美好生活热线记者专访了参与打击养老诈骗专项行动的检察官和公安民警,对这类诈骗进行了详细剖析。

案例▶▶▶ 开设婚介公司专盯老年人

前面提到的“1.10”专案,是今年城口县破获的一起婚恋诈骗案件。

今年1月10日,城口县警方接到河鱼乡村民邓大爷报警称,自己被诈骗5800元。

邓大爷告诉民警,他看到一则电视征婚广告,于是拨打了征婚电话,对方称是“君相媛婚姻介绍服务部”的“红娘”。在简要询问邓大爷的择偶要求后,“红娘”立即承诺只要缴纳5800元会费,就可以安排优质对象相亲,不满意包换。

邓大爷随即带着会费和礼品从城口出

发,来到江北见到了“红娘”和女子“赵丽”。

在邓大爷缴纳了5800元会费后,赵丽给邓大爷留下电话和微信,表示可以试试先交往。邓大爷回城口后,发现再也打不通赵丽电话,微信没人回,公司电话也无人接听,才意识到自己被骗。

“我们得知后,提前介入了该案件,协助引导警方专案组侦查取证。”城口县检察院检察官赵春平介绍,经专案组连月蹲守摸排,查清了“君相媛婚姻介绍服务部”这个19人诈骗团伙的犯罪事实。

该团伙以在电视上刊登婚介广告的形式诈骗单身老年人,他们假借婚介骗取会费,2021年12月成立后,短短三个月疯狂诈骗80余人,非法获利46万余元。

“目前已知的85个受害人,60岁以上的老年人占90%,被骗的都是辛辛苦苦攒下来的养老钱。”赵春平介绍,为替老人们最大程度地追赃挽损,检察机关逐页审查证据材料,两天时间详细审查21本卷宗,边记录边电话联系公安办案人员核实情况,并结合提前介入掌握的情况,利用搜查时找到“公司”秘密账簿,并最终促使犯罪嫌疑人积极配合退赃。

手法▶▶▶ 婚骗一般有三类

第一类:利用婚托骗取婚介费 “婚恋诈骗的犯罪嫌疑人往往以合法

公司作掩护,实施团伙作案。”市公安局刑侦总队便衣侦查支队民警刘绍静介绍,这类诈骗,犯罪嫌疑人首先投放广告征婚或是婚介广告,让有婚恋需求的老年人主动联系。

随后,犯罪嫌疑人会与受害人口头约定介绍,或者通过签署正式合同的方式骗取信任。

接着犯罪嫌疑人会安排“红娘”同受害者见面,然后收取介绍费,将该公司的“婚托”介绍给受害者,“婚托”与受害者互留联系方式。在联系几次后,“婚托”以双方不合适为由将受害者“拉黑”,最终实现诈骗受害者介绍费目的。

第二类:利用婚托骗取投资消费 有的犯罪嫌疑人会通过第三方网络软件公司或是建立网络平台公司非法获取用户信息。

他们会安排“婚托”针对性发送信息给有需求的老年人,接着在网上建立“恋爱关系”,然后由“婚托”诱导受害者下载App投资理财、购物、送礼物等网络,最终实现诈骗受害者钱财的目的。

第三类:利用婚托骗取彩礼 还有一类婚恋诈骗,犯罪嫌疑人首先会物色有婚恋需求的老年人,接着以各种理由接近受害者,然后建立“恋爱关系”,进而谈婚论嫁,最后以彩礼、借钱等占有受害者钱财后闪离,最终实现诈骗目的。

提醒▶▶▶ 婚恋需求很正常,但请不要盲目轻信

“我们办案时发现,这些受害人年纪较大,大多数独居,与后辈交流时间少,信息收集渠道单一,防范意识较差,受骗之后很少能采取报警等方式维权。”赵春平介绍,很多老人受骗后羞于对家人提及,直到东窗事发家人才获悉情况。

民警刘绍静提醒,老人有婚恋需求时,一定要选择正规可靠、口碑好的服务机构,并签订正式的服务合同,并了解清楚相关的权利义务,发生纠纷及时用法律维护自己合法权益;民间婚介一定要选择诚信、可靠、熟悉的人,远离非诚信、不了解的人。

在同“婚恋对象”接触交往时,一定要理性,充分了解相亲对象的基本情况,对自己的基本情况要有一个基本的认知。一定要请自己的亲朋好友提供考虑意见。

婚恋过程中,不要听信投资理财,不要向陌生人转账汇款;不要轻易转账汇款给对方,如遇对方诱导式提出投资理财、购物、送礼物等情况,应当及时向公安机关报警求助。

关键要掌握财产的主动权,切莫轻信甜言蜜语,避免人财两空。

如遇被拐,要保留证据,第一时间报警,警方会全力破案、追赃挽损。

同时,建议子女们常回家看看,多给老人讲讲防骗知识,多一些关心,发现你异常及时报警,不给违法犯罪分子可乘之机。



一周热点排序

事项分类	占比
1 医疗卫生	32.89%
2 住房城建	17.22%
3 劳动人社	14.70%
4 市场监管	7.22%
5 交通运输	3.58%
6 治安管理	2.63%
7 城市管理	1.92%
8 民生服务	1.40%
9 区县服务	1.35%
10 生态环境	1.35%

这些事解决了

天桥扶梯关闭早 延时运行

市民反映:渝中区七星岗打铁街过街天桥扶梯关闭时间较早,希望延时运行时间。

渝中区市政管护网格化管理中心回复:接到市民反映后立即核实,并与扶梯管理部门协商,拟定了计划和方案,已将原电梯开放时间从早上7点半至晚上7点半延长到晚上9点。

占道施工影响出行 整改恢复

市民反映:重庆高新区香炉山街道思贤路15号附近的人行道上,有施工部门在该处占道施工,未预留人行道影响市民出行,希望相关部门核实处理。

重庆高新区香炉山街道回复:香炉山街道城管大队已联系施工单位负责人,督促其加快施工进度,尽快完工,尽早恢复,现已整改完成,恢复正常通行。

公园厕所臭味刺鼻 修理恢复

市民反映:两江新区礼嘉街道金海湾公园内的公共厕所停水,导致厕所臭味刺鼻,希望尽快恢复供水,保持厕所环境卫生。

两江新区市政园林水利管护中心回复:经核实,厕所停水是公园内建筑施工损坏水管所致,已安排工作人员及时修理,厕所现已恢复供水,后续管理人员将及时到场打扫卫生。

私占绿化带种菜 改种绿植

市民反映:长寿区新康康山小区部分业主私占绿化带种菜,多次向物业反映未果,希望相关部门核实处理。

长寿区城市管理综合行政执法支队回复:经执法人员现场调查,发现的确存在绿化带种菜现象,立即对当事人进行了法律法规宣传,责令整改,现已清除菜地。接下来将重新栽种绿植,加强巡查,防止问题反弹。

划线停车位被锁 拆除巡查

市民反映:铜梁区东城街道学府大道柏温温莎名苑小区附近市政划线停车位入口被私人用铁链锁住,导致市民无法停车,希望相关部门核实处理。

铜梁区巴川街道办事处回复:工作人员立即对安装在人行道上的构筑物进行了拆除,并向周边商户、居民宣传城市管理相关条例,后期将加强附近路段的巡查。

人行道车辆乱停放 依法管控

市民反映:巫山县净坛路原县人民医院净坛分院门口的人行道上,有车辆乱停放的现象,阻碍市民正常通行,希望相关部门核实处理。

巫山县城市管理局回复:接诉后立即组织执法人员集中整治,先与门市业主、车主及市民进行沟通与教育,对违停人行道的车主采取批评、暂扣、拖移、处罚等措施。后续将加大日常巡查力度,依法进行管控。

(记者 黄乔 整理)

这些事还没解决

市民来电反映:垫江县澄溪镇平胜社区望月街道路上的混凝土车辆产生的遗撒和扬尘对居民生活环境造成不良影响,希望核实处理。

市民来电反映:忠县永丰镇团丰村自来水浑浊,有时还有虫,这样的现象已持续一年,向当地水厂反映未果,希望核实处理。

市民来电反映:九龙坡渝州路康合营养家商铺专门针对老年人上门推销保健品,推销过程中存在虚假宣传和诱导消费的行为,希望核实处理。(12345提供 截至6月8日止)