

“慈善周周行”走进青少年的心理世界 为孩子的心理健康“护航”

郑州慈善总会首次对青少年心理健康进行“慈善援助”

2004年,马加爵事件在全国引起了轰动,青少年的心理健康问题一下子被推上了峰顶浪尖。2011年,药家鑫事件再次让人们震惊,青少年的心理问题已然成为一个再不能忽略的问题……

2011年4月,郑州慈善总会开展了“关爱学子——青少年心理援助”项目,由涵博心理咨询有限公司具体承办实施,这一项目,开创了郑州市对青少年心理健康进行“慈善援助”的先河。

2011年7月5日,在该项目进行了3个月时,郑州慈善总会和郑州涵博心理咨询有限公司共同出版了一本为孩子的心理健康“护航”的书籍《成长》,共印发了1万本,对郑州市青少年免费发放。

“《成长》已制作了1万册,我们准备将这些册子送入50所学校中有需要的学子、家长和教师手中,以及社会上参与此项目的需求者,计划到年底送完。”涵博心理咨询有限公司总经理、首席心理咨询师郭国旗说。

“在青少年心理援助项目进行的过程中,积累了很多问题需要解答,在后半年的时间,我们和涵博心理咨询有限公司还计划再出3本小册子,《学子成长100问》《家长成长100问》《社会成长100问》,这些册子会更加细化一些具体的问题和解决途径以及自身转变的整体图。”谈起“关爱学子——青少年心理援助”项目,郑州慈善总会会长武国瑞讲起了年内的发展蓝图。

晚报记者 裴蕾 文/图



赠书仪式现场

《成长》首发, 助力青少年健康成长

7月5日,记者随同郑州慈善总会的工作人员来到了郑州市七十四中学,将《成长》这本书首次赠给了这里的学生们。

“我的文科比较好,理科一直不行,尤其是数学,总是觉得自己学不会,心理压力挺大的,现在一看到数学老师我就觉得很害怕,这样,我的数学成绩越来越差了……”高一学生小刘谈到自己目前最大的心理压力是来自于学习。“我看到这本书中,有不少内容是关于如何面对困难和挫折的,我相信我能从中间得到一些帮助,让我战胜心理上的难题。”

“我现在最头疼的问题,是和我爸妈之间的关系。”今年17岁的男孩韩飞同样是高一的学生,“和家人说不了几句话就要争吵,他们说的我不想听,我说的他们也不支持,现在我们之间很少交流了。”

韩飞说,虽然他现在住校,每周只回去一次,但是和父母之间根本没有共同语言,这个问题一直困扰着他。“我看这本《成长》中还讲到了如何和父母相处,父母如何理解自己的孩子,我先读完这本书之后,就让我爸妈也看看,希望能改善我们之间的关系。”

记者了解到,这本《成长》涉及“珍爱自己,快乐成长”、“人人都可以梦想成真”、“父母:走出误区,用心关爱”、“老师:活用原理,学以致用”等内容。

郭国旗介绍了这本书的起源:自4月份郑州市青少年心理援助项目开展以来,他们在郑州市13所学校针对学子、家长进行了心理讲座。

“我们在和家长、学子的互动沟通、观察分析中,看到了学生中普遍存在的共性问题,这也是当代孩子特有的共性问题。比如不会思索、少有创新、少有独立、傲视一切、苦闷空虚、觉得生无意义等,于是我们针对这些问题编写了《成长》这本小册子,并且首次印刷了1万册,我们打算把这本书送给全市需要的学生和家长们,希望对他们目前的问题提供一些帮助,让孩子和家长共同地成长。”

发起心理援助,帮助孩子健康成长

谈起建立“关爱贫困学子·相伴健康成长”——青少年心理援助项目的初衷,市民政局副局长、郑州慈善总会常务副会长兼秘书长王万民如是说:我们希望帮困助学,为青少年的健康成长和成才创造良好的社会氛围,项目的主要内容包括通过对因经济贫困或其他社会原因出现心理问题及认知失衡的贫困家庭的孩子进行心理辅导及治疗,使他们敢于面对眼前的困难,成就自己的人生事业和幸福生活,从而化解他们的负面情绪,为他们的健康成长造福社会创造条件。

心理援助项目启动之后,此项目的主要实施者——涵博心理咨询有限公司便在全市的青少年中间掀起了关注心理健康的高潮。

自2011年4月1日开始的第一次学校讲座,至2011年7月5日,涵博心理咨询有限公司共进行了13次学校讲座。

“我们已在13所学校针对学子、家长进行了心理讲座。家长、孩子、老师都有反馈,总体来说,经济条件好的学校的老师、学生对于讲座的接受度不如经济条件差的学校的老师和学生,经济条件好的学校的

家长、老师更关注孩子的学习成绩,更希望如何让孩子学得更好,一些老师和学生认为有些内容都知道,而条件差的学校更关注如何应对不好管教的孩子,孩子想法多、个性多变需要一些针对这些孩子的沟通、引导技巧的知识。”郭国旗在总结项目实施3个月来的感受时,得出了这样的结论。

记者了解到,当家长听过这些讲座的时候,他们会对自己以往教育孩子时的一些误区和一些会伤害孩子的做法感到震撼,没有想到自己习以为常的做法会对孩子的未来产生那么大的不良影响,因此感到自己真的需要转变。不少老师也对如何引导现在的孩子感兴趣,更渴望拥有和熟悉一些心理学的深层知识和原理。而对于此项目的主角——那些孩子们,他们则感受更深,很多孩子听课对自己困惑的一些问题清晰了,特别是一些父母和老师都不关注的问题;有的孩子知道有些事自己做得不合适,学习效率不高,管不住自己,不会和同学相处,可是对于如何做自己还有些困惑和疑问;不少孩子希望今后自己的一些困惑还能得到更深入的指导。

让心理援助为孩子健康成长“护航”

“关爱贫困学子·相伴健康成长”——青少年心理援助项目已经进行了4个月,下半年,他们将为郑州市的青少年带来什么样的帮助?

记者了解到,相关部门依然会进入学校开展讲座,收集更深一层的需求,并筛选真正需要此项目的学校,为来年深入的工作做准备。他们还将把资源形成一种智慧

的体系,利用需求—深化—演绎—内化,最后形成一系列针对深层需求的培育学子的有效方案,从而用于那些真正想做未来精英的学子们。

“我们计划在2011年达到2万人次的听讲座数目,现在已经达到了5541人。我们希望能真正地为青少年做一些事情,让他们快乐健康成长。”



郑州慈善总会工作人员给青少年发书



青少年被书的内容深深吸引