

为青少年心理护航

——“关爱学子——青少年心理援助”项目

心理援助“让我更快乐”

“真正的自信是如何形成的”、“悸动的青春期”、“青春期的特点”……这些内容直指青少年心理健康的课程,学生和家聆听后纷纷表示受益匪浅。

这是郑州慈善总会、郑州涵博心理咨询有限公司共同举办的“关爱学子——青少年心理援助”项目。截至目前,已经在全市13所学校作了心理援助讲座,针对性强、实用性强的讲座受到了各个学校的欢迎。

昨日,记者同郑州慈善总会监事会成员一同来到涵博心理咨询有限公司,了解项目进展情况。

晚报记者 裴蕾 文/图



同学们在认真倾听心理健康讲座。

张宇(化名)是市22中的一名学生,刚刚16岁的她成绩一直优秀,但是随着年级的升高,她日益感到学业压力大。她告诉记者:“我们面临着中招考试,日常作业一下子增加了很多,我感觉身边的同学学习都很努力,自己稍微松懈成绩就有可能下滑,总是容易焦虑、烦躁。”

当“关爱学子——青少年心理援助”项目来张宇学校作讲座的时候,她和同学们一起去听了。

张宇说:“听完讲座觉得受了很大的帮助,讲座中

教我们如何应对压力,如何疏导心理,让我们正确面对目前出现的小问题,我觉得心情好多了,成绩也稳定了。”

对此,22中的政教主任孙亚楠感触很深:“我做了多年的德育思想工作,发现很多孩子出现问题,都是因为心理有压力或者心理问题,我希望心理专家能更多地走进校园,为孩子们作专题讲座,同时也对我们老师和孩子家长进行教育,给孩子们提供更为健康的生活学习环境。”

心理健康 书籍护航

2011年4月,“关爱学子——青少年心理援助”项目开始,开创了我市对青少年心理健康进行“慈善援助”的先河。

2011年7月5日,项目进行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》,共印了1万本,对我市青少年免费发放。

2011年9月,郑州慈善总会、涵博心理咨询有限公司、康利达集团再次合作,出版了一本针对大

学生心理健康的书籍《生命之舵》,印发2万本,免费发放给我市的大学生。

“项目进行,我们积累了很多问题。后半年的时间,我们和涵博公司还计划再出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过程。”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。

助孩子健康成长

谈起建立“关爱学子——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表示:“我们希望帮助助学,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,化解他们的负面情绪,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。

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。

郑州市涵博心理咨询有限公司首席心理咨询师郭国旗说:“我们计划在2011年达到2万人次的听讲数目,为全市50所学校作讲座。现在已达到5541人,为13所学校作了讲座。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。”

郑州慈善总会主办 河南省第一慈善医院协办 捐赠救助电话:68665328 68665308 捐款账号:90501880190000401 开户行:郑州银行互助路支行

我省现有60岁以上老年人1197万人,5年后将达到1579万人 《河南省老龄事业发展“十二五”规划》出台 规划未来5年社会咋养老

5年后,全省80周岁以上老年人都将纳入高龄补贴保障范围,按月领取高龄补贴;全省将建立新型农村社会养老保险制度,实现该项制度的居民全覆盖,解决广大农村居民老有所养问题;基层医疗卫生机构为辖区内65岁及以上老年人建立健康档案,组织老年人定期进行一般体检……

昨日,记者从省民政厅获悉,《河南省老龄事业发展“十二五”规划》新近出台,将在未来5年,努力实现老有所养、老有所医、老有所教、老有所学、老有所为、老有所乐的目标,让广大老年人的晚年生活更加幸福安康。

晚报记者 裴蕾

【关键词】数字

“‘十二五’期间,我省人口老龄化将进一步加快。”《河南省老龄事业发展“十二五”规划》(以下简称《规划》)提出,截至2010年11月,全省60岁及以上老年人口达到1197万人,占常住人口的12.73%。到2015年,全省60岁及以上老年人口为1579.42万人,占常住人口的15.71%。

省老龄委有关负责人昨日介绍说,随着我省老年人口每年以约3.5%的速度递增,呈现出规模大、增长速度快、高龄化趋势明显等突出特点,社会养老负担越来越重,农村老龄问题加剧,农村老年人养老和医疗保障问题突出。

“特别是‘421’代际结构趋势背景下,对我省养老设施和社会照护的需求迅速增加,特别是在农村,随着劳动力的转移,老年人社会照护需求日益增大。”该负责人介绍。

【关键词】社会保障

我省提出,对于城镇老人,将进一步完善城镇职工基本养老保险制度,确保离退休人员养老金按时足额发放,建立企业退休人员基本养老金正常增长机制,让广大退休人员分享经济社会发展成果。

对于农村老人的生活,将加快推进“新农保”(新型农村社会养老保险制度)实施,力争到2015年实现全覆盖。据悉,新农保将解决广大农村居民老有所养问题。

值得关注的是,对于高龄老人,我省将积极推动各地逐步将本地80周岁以上老年人纳入高龄补贴保障范围,按月向符合条件的老年人计发高龄补贴。根据经济发展状况,不断提高补贴标准。

我省还将推动养老服务补贴制度,对于独生子女和计生双女父母,低收入的高龄、独居、失能、半失能等困难老年人,经过评估,将采取政府补贴的形式,为他们入住养老机构或者接受社区、居家养老服务提供支持。

【关键词】医疗保健

我省提出,将推进老年医疗卫生服务网点建设,加强老年病医院、老年康复医院和综合医院老年病科建设。依托社区卫生服务机构,开展老年人医疗、护理、卫生保健、健康监测等服务。

老年病预防方面,《规划》明确要求基层医疗卫生机构要为辖区内65岁及以上老年人建立健康档案,组织老年人定期进行一般体格检查。

我省还将提供心理干预服务,针对老年人易发心理疾病和心理问题开展专业咨询辅导工作,重点关注高龄、空巢、患病等老年人的心理健康状况。鼓励为老年人家庭成员提供专项培训和支持。老年性痴呆、抑郁等老年精神疾病的早期发现率达到60%,其中,70%将得到干预。

【关键词】老年家庭

如何改善老年人的家庭建设?《规划》指出,要积极开发老年宜居住宅和代际亲情住宅,鼓励老年家庭成员共同生活或就近居住,减少老年空巢现象。采取政府、社会、个人共担机制,积极帮助居家养老的高龄、失能老人进行家庭无障碍改造。

我省将改革完善老年人户籍迁移管理政策,为老年人与赡养人随迁提供条件。健全养老保险、医疗保险的异地转移办法。健全计划生育家庭养老保障和照料服务支持政策,完善农村计划生育家庭奖励扶助制度和计划生育家庭特别扶助制度,落实各地城镇独生子女父母年老奖励政策,建立奖励扶助金动态调整机制。

同时,通过推进“老年温馨家庭”创建活动,提高老年人居家养老的幸福指数。

【关键词】养老服务

未来5年,全省各级政府将加强对土地等资源的统筹协调,规划安排老年设施用地,在城乡建设、旧城改造、住宅小区开发时保证一定数量的老年设施和场所,在闲置厂房、宾馆、幼儿园、小学、职工医院以及乡镇合作过程中的办公房进行调整流转时,优先考虑养老服务设施需求。

《规划》中明确,“十二五”期间,全省城市街道和社区都将统筹安排养老服务设施,实现居家养老服务、老年日间照料、卫生站和助餐网点的基本覆盖,80%以上的乡镇和60%以上的农村社区都将建立包括养老服务在内的综合设施和站点。

【关键词】养老机构

到2015年,我省将力争县(市、区)及以上城市建立一所集生活照料、医疗康复、精神慰藉、文体娱乐于一体的,在全省有示范作用的综合性养老服务机构(省辖市300张床位以上、县级150张床位以上),老年人平均拥有的机构养老床位数达到每名老年人拥有30张,各省辖市至少建有一所专业性养老护理机构,养老护理床位占高龄和失能老年人总数的10%~15%。