

多角度、多维度,我市推出多项措施强化心理健康教育

# 为青少年快乐成长铺设安全网

4月30日早上7点50分,吴翔(化名)和往常一样独自前往学校上学。小学二年级的吴翔,是一位和母亲生活在一起的单亲家庭孩子。从二年级开始,吴翔越来越不爱说话,很少有笑容,做作业不仅速度慢,且经常遗忘。老师发现这些问题后,经常和吴翔交心,希望帮助他早日从“不快乐”的困境中走出。

今年以来,我市加强了对于青少年心理健康教育力度,推出多项措施,各地各校迅速行动起来,共同为青少年筑牢心理健康防线。

## 目标:将心理问题化解在萌芽中

“解开内心困惑 演绎快乐人生”,这是崇川区教体局一楼心理咨询室崇爱心语项目的宣传标语。今年初,为了崇川区所有小学学生心理健康发展,崇川区教体局组织专兼职心理健康教师,开展“崇爱心语”心理健康教育项目建设。截至目前,项目建设已经初具规模,项目各环节正在有序推进中。

“崇爱心语”项目负责人,崇川区教师发展中心心理健康研训员、省心理健康优秀辅导员周萍,已从事心理健康教育工作17年。在采访中她说:“在小学阶段,假如一些心理偏离行为不及时被纠正,很有可能继续发展成为心理障碍甚至心理疾病。在以往的咨询过程中,很多家长经常将一些心理障碍或心理疾病术语作为标签贴在孩子身上,这是非常不可取的。”而崇川区教体局设立“崇爱心语”项目的初衷,就是希望将来可能会随着年龄增长、学习压力、叛逆期容易出现的心理问题,尽可能在小学阶段通过多方努力,将这些心理问题在萌芽状态时化解。

## 建议:家长不要给孩子太大压力

“向日葵”心理热线是“崇爱心语”项目内容之一,有两个号码:81000515(周一至周五)、81000525(周六、周日)向社会公开,希望能帮助家长解决在教育过程中出现的心理困惑。据了解,目前“向日葵”热线接听专家

有11位,均具有国家二级心理咨询师资格。

胡玉宝,通师二附德育校长、国家二级心理咨询师,也是崇川区小学心理基地负责人,从事心理健康教育十二年。他是首批“向日葵”热线接听专家。他表示,在热线案例中,很多家长看不到孩子的优势,给孩子施加了太大的压力,让孩子将自己的思想封闭起来,变得孤独、少语。希望家长在日常生活中,要遵循孩子自身发展的特点,不能拔苗助长。

胡玉宝说:“作为崇川区教体局负责的公益项目,‘向日葵’热线的接听专家将遵循咨询的保密原则,不和来电者建立私人关系,不给来电者私人电话,不转接到其他收费机构。家长们大可对孩子的隐私放心。”

## 举措:多方面多维度做好心理健康教育

在心理健康教育方面,我市多所学校,多个区县教育主管部门早已提前布局,把握主动。截至4月底,开发区实验小学教育集团通过学校鼓励、教师自主的方式,全集团共有超过150位教师,持有国家三级心理咨询师证书。而崇川区已经在每一所小学建起心理问题识别及干预小组。如果发现学生有心理问题行为的偏离,立即开展由学校、家长、学生三方协同,共同努力的心理干预或疏导工作。

据了解,今年4月,我市多个部门和机构已经出台了一系列心理健康教育措施,从多方面,多维度开展青少年心理健康教育。《南通日报》也开辟了“阳光下成长”专栏,专门介绍各地各校以及教师、学生在心理健康教育方面的好政策、好思路、好做法。

记者从相关文件中看到,开展劳模工匠进校园宣讲,配齐配足专兼职心理健康教育师资,开足开齐国家规定课程,开展中小学班主任心理健康教育专题培训,加强学生法治宣传教育,举办南通家庭教育公益大讲坛等10余项措施,或将在近期推出,并有专门部门考核执行后的成效。而这些努力的最终目的,就是在每一个学校内外,都给孩子们的心理健康成长铺设一张安全网。

本报记者沈櫟

# 离异人士如何重新收获爱情?

资深心理咨询师给出建议

晚报讯 4日,一场别开生面的单身派对在市区举行,吸引了南通、苏州、上海等地近30名单身男女参与,他们大多是本科以上学历。此次活动的发起者则是一位拥有7000小时以上临床心理咨询经验的国家二级心理咨询师、南通丹心理工作室负责人黄丹。

这场单身派对上,一系列有趣的心理游戏,拉近了参与者的心理距离,大家慢慢不再拘谨,逐渐打开自己的心扉。不同于传统的相亲活动,此次活动的组织者是两位资深心理工作者:毕业于华师大的南通人黄丹和毕业于复旦大学的沪上心理咨询师朱晓刚。

“近年来,随着经济社会的发展,离异人群越来越多,他们在婚恋市场上也面临诸多困扰。以这次活动为例,近30名参与者中离异的就有12人。”黄丹介绍,离异人士特别是女性离异人士往往在心理上存在自卑感、羞耻感、孤独感、不安全感,这些都会给再次面临婚恋时带来重重阻碍。她认为,有了孩子

的离异人士,如果内心足够强大,不会对他人有太多依赖,很好地发挥父母的功能,那就不会影响到孩子的心理健康成长。如果一直在以前离异的创伤中无法自拔,那生活在一起的孩子就是最大的受害者。

如何在离异后重新找到爱情?“相爱容易相处难,因为每个人身上都有原生家庭带给我们的影子。没有一个人是完人,每个人身上都有不完美的地方。因此,单身男女要摆正心态,彼此都是对方的好朋友,不带任何条件,喜欢与对方在一起就好。”活动的最后,黄丹对单身男女给出了这样的建议:沟通无阻、互相可以很敞开心扉坦白任何事情,而不必担心被对方怀疑或轻视;两人在心灵上有共同的理念和价值观,并且对这些观念有清楚的认识与追求;在生活中学会彼此逗趣,常有欢笑,在许多方面都会以幽默相待,互相支持和肯定对方;有时给到对方一些小惊喜,常在生活中寻找浪漫有趣的事情。

记者冯启榕



## 廉政书画展

昨天,在书画展现场拍摄的画面。为庆祝中国共产党建党100周年,1日起至8日,崇川区虹桥街道跃龙社区联合辖区书画名人管培举办“翰墨忆党史,清风满跃龙”廉政书画展,展现建党百年带来的美好生活。记者许从军

门诊预约挂号方式调整、电子发票功能启用、首诊患者实现微信建卡

## 通大附院门诊新系统切换“上岗”

晚报讯 记者昨天从通大附院了解到,为了进一步方便患者来院预约挂号、看病就诊,测试运行新的门诊新信息系统,当天下午该院门诊楼所在科室的门诊全部停诊。从今天开始,通大附院门诊科室全部切换到新信息系统,至此该院门诊新系统将完成切换正式上线运行。

为了进一步测试新系统的相关功能,7日至13日期间的通大附院门诊医师号源数减为原来的三分之一,并视情况可以调整,然后逐步恢复正常。在此期间,通大附院将开启门诊楼的13个人工挂号收费窗口,为系统切换后前来就诊的患者进行实名认证和建卡。凡是前来就诊的患者需要携带身份证、医保卡等证件,以便核验。同时,医院依然实行门诊挂号全预约,有就诊需要的患者要提前做好计划,提前一天以上进行预约挂号。

6日17:00开始,我们就利用新系统对微信预约、窗口预约、自助挂号机预约、诊间预约、出院预约实行了全面切换开放,也就是说病患已可以对7日以后至6月底的所有科室门诊号源进行预约,但南通医保

APP预约、12320电话预约、“南通卫生12320”微信预约功能将暂停,恢复时间另行通知。”通大附院相关负责人告诉记者,“另外,我们医院微信在过去订阅号基础上又增加了南通大学附属医院微信服务号的入口,给患者的就医和互联网医疗带来便捷。”

记者还了解到,该院门诊新信息系统上线后,实现了电子发票的功能。发票的获取有两种方式,一是扫收费凭条上的二维码获取电子发票,二是在发票自助机上打印电子发票,发票只可打印一次。此外,患者可以通过医院微信服务号线上支付诊疗费、检查检验、治疗、药物及手术等医疗费用的,其中诊疗费系统默认为自费支付。若确属医保的,可将除诊疗费以外的其他医疗费用转为医保结算,需在就诊之日起3日内通过医保卡在医院自助机上或人工窗口进行结转操作。不需要自费转医保结转或未在3日内进行结转操作的,视为自费。

通大附院相关负责人表示,由于门诊新信息系统切换早期可能会给患者就医带来不便,对此该院深表歉意,并会在第一时间予以解决。

记者李波

## “南通房地产”微信公众号上线 提供多样性、多渠道、便利化服务

晚报讯 昨天,记者从市房产交易中心获悉,“南通房地产”微信公众号和“通房e办”小程序已正式上线运行,将为群众提供多样性、多渠道、便利化服务。

“南通房地产”公众号设置“权威发布”“便民服务”和“通房e办”3个模块。其中,“权威发布”定期发布商品房预售公告和市场每日成交数据;“便民服务”涵盖可售房源查询、租赁备案业务和中介查询等功能。

“通房e办”小程序是产交易移动服务

平台,广大市民通过微信扫描二维码登录绑定个人基本信息,就可以实现商品房预售(销)售许可证、商品房可售房源、房屋买卖合同、测绘成果等信息查询,可以发布自己名下的房屋出售信息,对中介进行服务评价和投诉,查询中介的信用信息等。

据了解,“南通房地产”公众号和“通房e办”小程序的功能还将进一步完善,实现更多业务在线办理,主动、及时发布房地产业相关政策和工作信息,满足“不见面审批”“最多跑一次”的需求。

记者蒋娇娇

## 南通市主城区河道水质周报(2021.5.1)

南通市水利局发布

序号	监测断面	主要污染物			溶解氧 (mg/L)	透明度 (cm)	氧化还原电位 (mV)
		高锰酸盐指数 (mg/L)	氨氮 (mg/L)	总磷 (mg/L)			
1	通扬运河(钟秀路)	3.3	0.472	0.12	9.3	74	192
2	前进河(钟秀路)	2.7	0.425	0.10	7.9	72	186
3	郭里头河(钟秀路)	3.3	0.466	0.09	7.7	58	125
4	八窑河(濠南路桥)	2.6	0.560	0.13	7.4	70	191
5	城山河(虹桥路南)	2.7	0.448	0.12	7.9	73	185
6	姚港河(青年路)	2.5	0.389	0.14	8.1	73	204
7	任港河(木行桥)	2.9	0.631	0.12	8.1	73	192
8	濠河(北濠桥)	3.3	0.719	0.15	8.4	74	202
9	濠河(长桥)	2.6	0.684	0.14	7.9	71	202
10	濠河(体育公园)	2.6	0.589	0.12	8.4	74	201
11	金通河(钟秀路南)	3.4	0.972	0.14	7.9	72	198
12	胜利河(胜利河闸前)	2.6	0.536	0.09	8.2	74	192
13	通甲河(龙王桥东)	3.2	0.889	0.19	5.7	53	147
14	通甲河(通京大道)	3.4	1.480	0.19	8.6	75	194
15	学田河(青年路)	3.5	0.836	0.19	5.4	53	147
16	海港引河(青年路)	3.0	0.984	0.18	9.7	72	204
17	南川河(工农路)	3.5	0.966	0.19	7.9	72	192
18	城山河(红星路)	3.1	0.925	0.16	8.1	71	190
19	西山河(洪江路)	3.4	0.948	0.16	8.3	74	194
20	姚港河(虹桥路)	2.6	0.484	0.13	8.7	72	210
21	倪虹河(虹桥路)	6.0	0.895	0.19	3.3	46	117
22	工农河(新建路)	3.3	0.719	0.18	5.2	56	173
23	锅炉厂河(任港路)	5.9	0.636	0.18	8.2	72	194
24	运料河(钟秀路)	4.3	0.660	0.19	7.2	67	167
25	跃进河(濠北路)				正在进行水利工程施工,不具备监测条件。		
26	曹公祠一河(城山路西)	2.7	0.589	0.15	8.4	73	197
27	临江河(崇川路南)	3.1	0.984	0.18	7.9	72	196
28	拱园河(工农南路)	3.1	0.619	0.18	6.2	57	175
29	马鞍山河(玉带河交界处)				正在进行水利工程施工,不具备监测条件。		
30	永红横河(工农南路西)	3.3	0.554	0.15	8.4	72	201
31	裤子港河(工农南路南)	4.2	0.728	0.16	8.6	73	204
32	南剑界河(园林路东)	3.0	0.494	0.14	6.3	53	163
33	南郊中心河(园林路东)	4.3	0.972	0.19	8.0	73	192
34	裤子港河(崇川路北)	4.2	0.931	0.18	7.4	70	185
35	园林河(世纪大道南)	3.2	0.984	0.20	8.2	72	200
		I类 0个	I类 0个	I类 0个	II类 24个		
		II类 27个	II类 6个	II类 5个	III类 5个		
		III类 6个	III类 26个	III类 30个	IV类 3个		
		IV类 0个	IV类 1个	IV类 0个	IV类 1个	平均:68	平均:185
		综述					
主城区33个水质监测断面;31个断面为III类水或优于III类水标准,2个断面为IV类水标准。							

数据来源:南通市生态环境局