

心理战“疫”的邵阳力量

通讯员 封宇平

在疫情灾害中,心理防疫援助与身体救助治疗同样重要,同样关乎生命安全甚至社会稳定,并且贯穿于救灾过程中和救灾之后的相当一段时间。新冠肺炎疫情发生以来,市心理学会积极响应国家卫健委号召,充分发挥心理专业优势,开通抗疫心理咨询热线,并积极参加全市其他心理援助公益平台公益活动,积极投身抗疫心理援助志愿服务。

多条热线齐头并进

1月26日,国家卫健委颁发《关于印发新型冠状病毒感染的肺炎疫情紧急心理危机干预指导原则的通知》,市心理学会马上组织会员进行学习,并于1月28日向全体会员及全市心理咨询师发出倡议书,挑选20名具有丰富心理咨询实践经验的心理咨询师组成疫情心理援助志愿者队伍,开通心理援助热线,为不同人群及广大群众提供纯公益的心理援助志愿服务。从1月28日到3月15日,接听心理援助电话257个;1月30日,积极与团市委、市文明办、市总工会等部门沟通,创建邵阳市疫情心理危机干预公益平台,

已接听热线电话76个;2月5日,与大祥区妇联合作,组建巾帼志愿者服务队,接听热线电话103个。同时,市心理咨询师联盟发起并参与全国心理咨询师联盟,开通热线,每日定时值班并对初三学生集体团辅。市心理学会积极参加市民政局主办的“关爱一线医护人员家属志愿服务”公益项目,组织30名心理咨询师,与一线医护人员家属结对,提供公益心理咨询服务。

为一线医护人员提供心理服务

市心理学会会员、邵阳学院附属第一医院的“未成年人心理健康辅导中心”专职心理咨询师朱庚香,在该院派出奔赴湖北的医疗队之后,组织成立医院心理危机干预团队。与其他心理医生一道,对前线医护人员进行心理援助和危机干预,并为抗疫一线医护人员的孩子、老人做情绪疏导。2月8日至27日,朱庚香在医生隔离的宾馆值班。“一些人刚进入宾馆隔离观察,心中有恐惧、担心、焦虑等情绪。和消化道医生讨论分析后,认为是大家应对危机事件的急性应激反应。她给大家介绍了自我调节的方法:“认

识到这是一种正常反应;行为习惯训练不吃凉东西、集中精力冥想练习、身体扫描练习、做保健操练习、找人倾诉等;必要时药物干预。”

同时,他们还对一些轮换的新进医护人员给予积极关注,及时了解他们的情绪心理状况,让他们尽快适应工作,进入新团体,为抗疫工作投入新鲜、持续的战斗力量。

市民焦虑的心理辅导

“今天办公室同事恶作剧:攀肩膀、近距离接触,我要传染你。请老师给我解答:上述同事会不会将病毒传染给我?”看似令人啼笑皆非的提问,透露出一些市民疫情期的焦虑反应。

通过志愿者的耐心疏导,很多人听取了心理援助志愿者的建议:减少接触,在家休息;加强与亲友的有效交流,缓解情绪。

抗击疫情,“心理防疫”也是重要战场。目前,邵阳的心理医生和咨询师们还在继续战斗!

● 社会广角



为抓好早稻集中育秧工作,大祥区蔡锷乡组织9个村的专业合作社集中为农户购买种子和育秧,目前育秧工作已完成80%。图为3月31日,蔡锷乡新林村专业合作社组织劳动力正在农田育秧盖膜。

邵阳日报记者 伍洁
通讯员 胡晓建 唐思舟
摄影报道

还没捂热的驾驶证就没了

邵阳日报记者 袁进田 通讯员 胡忠国 周安雄

“交警帮帮忙,我错了!”“好不容易考到的驾驶证,还没捂热就没了。”3月31日17时许,在207国道雨溪桥加油站路段,一名年过五旬的老汉面带愁容地向大祥交警大队执勤民警絮絮叨叨。

这是怎么回事呢?原来,当天下午,家住大祥区唐四村的刘老汉从雨溪镇采购了生活用品后,悠然地骑着摩托车,沿着207国道往家里赶。老汉最近心情不错,年过五

十,虽几经波折,但还是在年初考取了小车驾照,购买小车已列入家庭计划,想想骑了多年的摩托车终于要鸟枪换炮了,不禁喜上眉梢。“请停车,出示证件接受检查。”当车行到雨溪加油站地段时,刘老汉被正在此地开展顽瘴痼疾整治行动的大祥交警拦下。这下老汉内心慌了,他一边从兜里拿出证件,一边刻意地把头往一边撇。不过,尽管极力掩盖,仍然没能挡住全身散发

的浓浓酒味。原来,刘老汉中午吃饭时兴致不错,爱好喝酒的他便小酌了一杯白酒助兴,中午饭吃得晚,接近晚餐时段了,仍然浑身酒味。这不,突然想上街买点东西,不管不顾的骑着摩托车就出来了,没想到,却碰上了交警查车。

“交警同志,我考个驾照费了好大劲,你们就帮帮忙放我一马吧,我驾照还没过实习期啊。”刘老汉言之切切让人动容。

确实,酒后驾驶机动车会

被处以一次性扣十二分、驾驶证暂扣六个月、罚款两千元的处罚,而对于驾驶证尚在实习期的将被直接注销。这也就意味着刘老汉的小车驾驶证没了。然而,执法必严,违法必究,这是法律底线,一切苦果只能由刘老汉自己买单了。根据《机动车驾驶证申领和使用规定》第七十九条,刘老汉在实习期内发生道路交通安全违法行为被记满12分,注销其实习的准驾车型驾驶资格。

顽瘴痼疾 集中整治

劳模夫妻眼中的抗疫图画

邵阳日报记者 袁光宇

4月1日清晨,68岁的曾正科和64岁的姜红梅夫妻俩双双戴上红袖章,来到社区临时农贸市场,开始了他们又一天的疫情防控劝导。

“我们长岭社区5000多人,人人都在抗疫,我们怎能不参加?1959年,毛主席在他的《七律·到韶山》里写到‘喜看稻菽千重浪,遍地英雄下夕烟’,我看,今年我们社区抗击新冠肺炎疫情,也像‘遍地英雄下夕烟’一样壮观!”曾正科感慨地说。

上世纪80年代,在原邵阳市酒厂工作的曾正科被评为全省劳模,姜红梅被评为全市计划生育标兵,尔后两人双双入党,成为双清区小江湖街道的一对“明星夫妻”。两位老人退休后,一起加入了

长岭社区著名的“红袖章”治安巡逻小分队,继续发挥余热。

“我被社区干部感动过两次。一次是2017年6月底7月初,暴雨袭击邵阳,我们住房后面的曾家山面临塌方危险,是社区干部冒着倾盆大雨一户一户地把我们叫醒转移,才避免了不幸发生。一次是这次抗疫。疫情发生初期,防控物资紧缺,我们社区党支部书记黄勇强等8名社区干部挨家挨户给我们每位社区居民送来口罩。”曾正科说。

据曾正科介绍,在给居民免费提供防控物资的同时,8名社区干部和3名社区民警辅警分头分路,第一时间排查出该社区有18人在武汉工作和学习,并及时劝导其中14人放弃返乡过年念头,从

源头减轻了社区抗疫压力;1月26日,农历正月初二,短短一个小时,在社区82名党员的参与下,社区迅速在各路口建立起13个疫情防控点。“社区一声令下,大学生志愿者来了,退伍军人来了,人民教师来了,心理咨询工作者来了……当然,我们‘红袖章’治安巡逻小分队更是就地改编为疫情防控宣传小分队。”

“以前在那么艰苦的年代,我能率领我们班组的工人酿出那么醇厚的美酒,靠的是什么呢?靠的是齐心协力。今年这场抗疫,真是一场大战役,证明我们的干部是优秀的,我们的群众也是好样的!”曾正科激动地说。

● 寻找最美抗疫人

社会之声

周刊

SHEHUIZHISHENG

柔性执行助力企业复工复产

邵阳日报讯(记者 袁光宇 通讯员 孙红梅)“现在是疫情防控特殊时期,也是企业复工复产的关键时期,申请执行人沈某,你看能不能让被执行人廖某分期履行?廖某的企业复工复产了,你也能早点拿到钱,是不?”“好,我同意。”3月27日,北塔区人民法院执行法官通过微信视频调解一起财产纠纷案,力促双方当事人达成执行和解协议。

2019年10月,原告沈某诉被告廖某财产纠纷一案,经北塔区人民法院调解,廖某应向沈某支付款项30余万元。调解书生效后,廖某一直未履行义务,沈某于今年3月3日申请强制执行。

法院受理后,执行法官电话了解得知被执行人廖某系两个人独资企业负责人,因企业受疫情影响迟迟未能复工复产,资金周转出现困难。鉴于此,廖某表示希望法院能暂缓执行,等企业顺利开工后,再尽快履行义务。

执行法官决定组织双方当事人进行线上视频调解。经执行法官多次劝导,双方当事人最终达成和解协议,约定被执行人分期履行还款义务,法院暂缓对被执行人采取强制执行措施。次日,被执行人通过网银转账支付了首笔8000元执行款。

● 复工复产

为迷路孩子找到回家的路

邵阳日报讯(记者 陈星 通讯员 朱卫华)3月27日23时14分,邵阳快警大祥6号平台接群众报警,邵水西路附近有一名7岁男孩与家人走散,需要帮助。

接警后,快警何明带领队员迅速前往救助。到达现场后发现一名男孩哭着在街上徘徊,神情十分慌张,快警队员问他叫什么名字,男孩不回答只有一个劲地哭。

看着一时间问不出结果,加上当时已是深夜,气温较低,何明

担心孩子着凉,于是将其带回平台车内安抚,并买来夜宵给孩子吃。一个小时后,在快警队员的耐心安抚下,男孩的情绪也逐渐稳定下来,他告诉快警队员说自己家附近有一个大钟,何明猜测男孩家应该就在火车站附近。

随后,快警队员迅速带男孩来到火车站,并不时让男孩辨认周围的景物、建筑物,引导他回忆自己家的位置,寻找途中正好碰到正焦急寻找孩子的家长,仔细核对身份后,快警队员放心地将孩子交给了他的父母。

你家公筷上餐桌了吗?

邵阳日报记者 陈星

4月1日,大祥区开展“使用公筷,践行文明”推广活动,居民代表纷纷表示,这样的活动开展得非常好,可以改变大家不卫生的用餐习惯。

为此,记者走访我市一些餐厅,看看大家使用公筷情况。在红旗路一家自助小餐馆内,每天中午都会有很多人前去吃饭,市民罗女士说,她在附近上班,几乎每天中午都到这家餐馆用餐,原因是不仅仅因为便宜,还有就是这家餐馆卫生,干净,吃饭夹菜都是公筷公勺。

市民陈女士从小就洁癖,她说,从小不管在家还是在外出吃饭,父母总是教导自己,夹菜一定要用公筷,这样不仅是对自己的健康负责,也是对别人的身体健康负责。每次去别人家做客,她最害怕的就是别人给她夹菜,因为对

方是因为好客热情才给自己夹菜,但是都不使用公筷,看着被夹进碗里的菜,都不知道该如何是好。

近期,因为新冠疫情的逐步好转,市内很多餐饮已开门营业,记者在戴家路几家餐饮店内看到,很多餐饮店都在桌子上摆放了公筷公勺。

一家煲仔饭店老板称,使用公筷公勺可以避免共同用餐时,个人使用的餐具接触公共食物,在疫情期间,避免混用餐具也能一定程度上降低病毒传播的风险。“现在在国家、政府提倡使用‘公筷公勺’,客人的接受度还是蛮高的。”

记者在采访中发现,绝大部分市民觉得提倡使用公筷公勺是很有必要的,不管是家中还是在外出用餐,使用公筷应该成为一种礼仪。



4月1日,市区雪峰大桥北端临时便道工程加快建设,预计本月中旬可建成通车。

邵阳日报记者 伍洁 摄