

今日观察

共筑未成年人心理健康防线

童戈

茂名日报昨天报道,近年来,我市高度重视未成年人心理健康教育工作,坚持市县两级未成年人心理健康辅导中心一体统筹推进,通过开展各种形式的心理健康辅导工作,有效帮助未成年人缓解心理压力,提高未成年人的心理健康水平,为青少年健康成长注入“心”动能。

“少年强则国强”。未成年人是国家和民族的未来与希望,心理健康作为未成年人健康成长的重要组成部分,不仅关乎个人命运,更攸关国家和民族的未来。可能有人会说“少年不识愁滋味”,然而近些年来,由未成年人心理问题引发的悲剧屡屡刺痛人们的心,正日益成为社会关注的焦点。国家卫生健康委将2025—2027年确定为“儿科和精神卫生服务年”,就凸显了国家层面对未成年人健康及其心理健康问题的关注。

近年来,我市高度重视未成年人心理健康教育工作,深刻认识到未成年人心理健康教育工作的重要性和未成年人心理健康安

全问题的严峻性,积极探索未成年人心理健康教育的有效途径,为未成年人的健康成长保驾护航。

把阵地建起来,为孩子们构筑起心灵的栖息地。自2023年11月成立茂名市未成年人心理健康辅导中心后,全市已建成辅导中心6个,其中市级1个,县(区)级5个。每个中心均配置接待室、心理咨询室、沙盘室、放松室、宣泄室、团体活动室等功能室,配置心理测评管理系统、心理沙盘、情绪宣泄器材、音乐放松设备等辅导设备器材。目前我市基本实现了“市(县)有中心,中心有老师”,初步形成了全市未成年人心理健康服务“一张网”格局。

把队伍强起来,汇聚了守护心灵的专业力量。2024年,我市组建成立茂名市青少年心理健康志愿服务队,成为全省首批成立的地市级队伍,主要由全市各县区“学校专兼职心理教师+医疗工作者+心理咨询师+心理专业大学生+青少年事务社工”等五大群体构成,目前队伍规模超300

人,以专业力量为未成年人筑起免费心理服务“防护网”。

把服务优起来,开启孩子心灵成长的幸福旅程。针对未成年人在学习、生活等方面遇到的问题,我市开展“荔苗行动”家校社心育合作项目、“百千万工程”大学生突击队项目等形式多样的教育活动,守护未成年人心理健康,呵护未成年人“心晴”,在好心茂名这片充满爱与希望的土地上,为未成年人的心灵撑起一片晴朗的天空,让未成年人的心灵绽放得更加绚烂多彩。

从未成年人心理健康辅导中心的规范化建设,到构建“心理宣教、咨询服务、危机干预”三位一体的心理志愿服务和督导体系,再到“荔苗行动”家校社心育项目获省级表彰,我市通过政策引领、资源整合、专业赋能,为守护未成年人心理健康积累了不少好经验、好做法,也为其他地区提供了未成年人心理健康教育的“茂名样本”。许多曾经内向、孤僻、自卑的孩子,在接受辅导后,变得开朗自信、积极向上。他们学会了正确面

对挫折,掌握了情绪调节的方法,能够以更加健康的心态投入到学习和生活中去。

然而,我们也要清醒地认识到,身病易治,心病难医,未成年人心理健康教育工作任重而道远。随着社会的不断变化,未成年人面临的心理问题也日益复杂多样,我们需要不断创新工作方法,提升服务质量,加强与社会各界的合作,通过家庭、学校、社区和社会各方面的共同努力,形成全社会共同关注未成年人心理健康的良好氛围。

家庭教育在未成年人心理健康教育中起着举足轻重的作用。家长作为孩子的第一任老师,应该时刻关注孩子的心理健康状况,与孩子保持良好的沟通,了解他们的需求和困扰,并给予关爱和支持。同时,家长也应该以身作则,树立良好的榜样,为孩子营造一个温馨和谐的家庭氛围,从小培养孩子的健康心理。

学校作为未成年人成长的重要场所,也承担着关注学生心理健康的重要责任。老师在关注学生的学业成绩之余,同样要

关注学生的心理健康。为学生提供心理辅导和咨询服务,帮助他们应对学习压力和人际交往中的困扰。同时要注重学生的个性差异,尊重学生的人格,助力学生树立自信心,并培养良好的人际关系。此外,学校还应定期开展心理健康教育活动,以提高学生的心理健康意识。

社区作为未成年人生活的重要场所,也应为孩子提供丰富多彩的活动,帮助他们培养兴趣爱好,增强社交能力。同时,有条件的社区还应设立心理咨询服务点,为有需要的未成年人提供及时的帮助和支持,让未成年人在社区中感受到关爱和温暖,有助于培养他们的健康心理。

加强未成年人心理健康教育工作是一项系统工程,它离不开家庭、学校的有效联动、科学引导与及时干预,更离不开政府的高度重视、合理规划和全社会的适度宽松环境与理解接纳。就让我们共同努力,为未成年人打造一片心灵“绿洲”,让每个人都能茁壮成长,绽放出属于自己的光彩。

文明城市大家谈

以好家风引领社会好风气

王平生(电白)

据茂名日报全媒体报道,为扎实推进深入贯彻中央八项规定精神学习教育,深化家庭助廉作用,日前,高州市潭头镇以聚焦“家庭助廉”为主题,召开村(社区)党组织书记家属廉洁家风建设座谈会。

家风正则民风正,民风正则政风清。家庭是社会的细胞,家风的好坏,关系到国家、社会肌体的好坏。良好的家庭、家教、家风,是中华文明的重要组成部分,也是我党的优良传统。注重家风是中华民族的优良传统。尤其是家庭教育的风格,它不但关系着家族兴衰,也与社会风尚有着很大关系。诸如孔子诗礼传家的教育、司马光简朴的家风、包拯戒贪的家法,不仅影响着他们的子孙,也影响着社会风尚,为当时及后世称道。足见,“家”对于每一个的影响可谓是举足轻重。

用好家风涵养好社会新风尚。

什么样的家风,就会有什么样的行为。家风反映一个家庭的立身做人原则,也是一个社会的价值观念缩影。家风纯正,雨润万物;家风一破,污秽尽来。修身、齐家、治国、平天下几则之间的关系丝丝相扣、环环相连。诸葛亮在《诫子书》中指出:“夫君子之行,静以修身,俭以养德。非淡泊无以明志,非宁静无以致远。”他以生活节俭来培养美德。管住家人、管住微小、管住亲近等,用好家风熏陶好作风,让好家庭与好风气相得益彰,是对家庭圆满的最大保护。

家庭既是生活之所,更是修身之处。守好家,是守好人生指路的灯。好的家风是党员干部扣好人生的“第一粒扣子”关键所在。党员干部带头在重视家风建设中,管好家人、处好家事,做到关爱不溺爱、善待不纵容,以良好的家风带党风、促政风、正民风,就会让社会诠释最好

“家”的模样,需要通过不断地“矫正”以“纠偏”,来发挥家教在家风建设中的涵养和约束作用。当然,作为党员干部的家属,如果不能当好“助廉员”,不能监督身为党员领导干部家人守好底线、不越红线;不能在家吹好“廉政风”、念好“紧箍咒”、做好“廉内助”,当一名合格的家庭“纪委书记”,那么,家庭的“后门”没关严、没关好,便可能导致家人的人生轨迹中途改道或是戛然而止,影响政治生命、和睦家庭,所谓“家风不正,祸患不远”。

家风清正引领社会好风气。党员干部的家风,非个人小事、家庭私事,而是党员干部作风的重要表现。守好好家风强党风,只要每一位党员干部加强自律,纪检监察部门和广大民众充分发挥监督作用,构筑起家风“防火墙”,定能为风清气正的政治生态打下坚实的基础,推动整个社会风气向好向善。

画里话外

马路井盖

图/文 陶小莫 童戈



“哐当哐当,一路井盖一路颠”“开车跟过障碍似的,一会儿左一会儿右,简直像是蛇形走位”“我跟12345投诉过,铺高路面不抬升井盖,感觉车胎都要被颠爆了”……在基层治理中,城市井盖引来不少“吐槽”。作为城市基础设施的组成部分,一些井盖导致道路凹凸不平,成了群众出行路上的“绊脚石”。(新闻来源:半月谈微信公众号)

在城市的大街小巷,马路井盖随处可见。它们本是保障城市地下设施正常运转、维持城市秩序的重要部件,然而现在有的却成了出行的“绊脚石”,给人们带来困扰甚至危险。由于井盖治理涉及水务、电力、通信等多个权属单位,需要设置联动响应机制,及时摸排、分类整治,才能有效提升市政道路精细化管理水平。小井盖系着大民生,井盖的方寸之间丈量着城市治理的精度与温度,期待相关部门能强化管理明确责任、严格施工确保质量,共同解决好马路井盖问题。

居民小区、村镇

基孔肯雅热防控指南

1.什么是基孔肯雅热?

由基孔肯雅病毒引起的急性传染病,通过伊蚊叮咬传播,症状以发热、关节剧痛和皮疹为特征。名称源自非洲土语,意为“弯腰之痛”,形容患者因关节剧痛弯腰蜷缩的姿态。

2.如何传播:主要通过媒介伊蚊叮咬传播。

3.流行地区:在全球热带和亚热带地区广泛流行。

4.流行季节:主要流行于夏季和秋季。

5.易感人群:各年龄人群普遍易感。

6.潜伏期、传染期:潜伏期一般为1-12天,多为3-7天。传染期大多数患者在发病当天至发病后7天内具有传染性。

7.典型症状:

主要表现为发热、关节剧痛和皮疹。

(1)发热:通常以发热最先出现,持续1-7天;

(2)关节疼痛:发热后出现关节疼痛等症状,疼痛多出现在腕关节、膝关节、踝关节、指关节等小关节;

(3)皮疹:2-3天后会出现皮疹,多为斑丘疹,皮疹可出现在四肢或全身,一般3-5天就退疹。

整个病程通常持续5-7天,绝大多数患者病情较轻,少数人群可能出现并发症,如长期关节疼痛(持续数月甚至数年)、心肌炎、肺炎等,严重时可能危及生命。

防控措施

1.常清洁,去积水

- 及时清理生活垃圾,如垃圾袋、一次性饭盒、水杯等;
●室外的各种盆、瓶、罐等容器积水需要及时倾倒,清除废弃的容器;
●庭院内或室内的水桶、水缸、水槽等储水容器严密加盖并定期换水;
●洼地、假山、树洞积水,可用砂土填埋;

- 景观水池饲养观赏鱼灭蚊,适用品种有金鱼、锦鲤、白条鱼、罗非鱼等;
●清除室内积水,尤其是水生植物、花盆托盘,饮水机水箱,空调冷却水,冰箱底部的水盘等,应每隔3-5天清除或换水;
●及时疏通沟渠,填补建筑凹陷,避免积水;
●水池、沙井、电缆沟、排水沟、积水井等难以清除积水的水体,可投放灭蚊幼虫杀虫剂。

2.灭成蚊,防叮咬

- 绿化带和楼梯走廊放置灭蚊灯进行物理灭蚊;
●住户可在门窗安装防蚊纱网,休息时使用蚊帐,使用蚊香、电蚊拍、家用卫生杀虫剂或驱蚊剂等驱蚊;
●尽量避免在蚊虫出没频繁的时段(上午7-9点、下午4-6点)在树荫、草丛等户外阴暗潮湿处长时间逗留;
●必要时,请专业公司定期对外环境进行灭蚊,包括孳生地清理和对绿化带植被、墙角、楼梯间、杂物间、楼道等场所进行灭蚊。

3.广宣传,早就诊

- 做好宣传,提醒居民如出现发热等症状,应及时就医;
●如小区或周边出现基孔肯雅热病例,主动配合属地居委、物业开展相关处置工作。

居家篇

基孔肯雅热防控指南

1.什么是基孔肯雅热?

由基孔肯雅病毒引起的急性传染病,通过伊蚊叮咬传播,症状以发热、关节剧痛和皮疹为特征。名称源自非洲土语,意为“弯腰之痛”,形容患者因关节剧痛弯腰蜷缩的姿态。

2.如何传播:主要通过媒介伊蚊叮咬传播。

3.流行地区:在全球热带和亚热带地区广泛流行。

4.流行季节:主要流行于夏季和秋季。

5.易感人群:各年龄人群普遍易感。

6.潜伏期、传染期:潜伏期一般为1-12天,多为3-7天。传染期大多数患者在发病当天至发病后7天内具有传染性。

7.典型症状:

主要表现为发热、关节剧痛和皮疹。

(1)发热:通常以发热最先出现,持续1-7天;

(2)关节疼痛:发热后出现关节疼痛等症状,疼痛多出现在腕关节、膝关节、踝关节、指关节等小关节;

(3)皮疹:2-3天后会出现皮疹,多为斑丘疹,皮疹可出现在四肢或全身,一般3-5天就退疹。

整个病程通常持续5-7天,绝大多数患者病情较轻,少数人群可能出现并发症,如长期关节疼痛(持续数月甚至数年)、心肌炎、肺炎等,严重时可能危及生命。

防控措施

1.防蚊灭蚊

- (1)家庭应安装蚊帐、纱门、纱窗等;适时使用蚊香、电子驱蚊器、电蚊拍、灭蚊灯等装备,可使用家用卫生杀虫剂对房间实施灭蚊处理。

- (2)基孔肯雅热流行区或流行季节,外出活动或旅行时,如去公园、绿化带等地点,应穿长袖衣服及长裤,并于外露的皮肤及衣服上涂上蚊虫驱避药物。避免在树荫、草丛、凉亭等户外蚊虫较多的地方逗留过久。

2.清除居家积水

- (1)清除或倒置室外各种闲置的可积水容器,如放在户外、阳台、天台等的花盆、缸罐、轮胎、可积水的垃圾等。
(2)种养的水生植物应每隔3-5天换水洗瓶、清洗根须。
(3)保持花盆托盘不积水。
(4)及时清除各种无用积水,如沟渠、天台等地面积水、堵塞竹节和树洞。

3.及时就医

人被感染基孔肯雅病毒的“花斑蚊”叮咬后,一般经过1-12天的潜伏期,突然发病。出现症状时应及时就医,早发现、早治疗,以免延误病情或者通过蚊子传染给家人,并积极配合疾控部门相关处置工作。