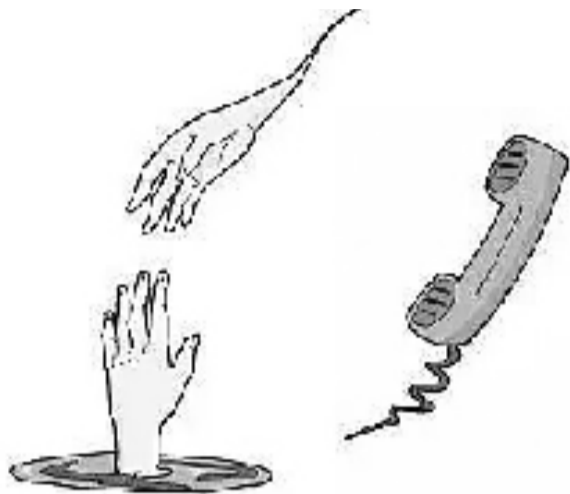


来自全省各地的他们,为了一个目的,轮流走进市七医院的同一个房间
杭州24小时心理援助热线,今年已成功干预危机来电74人次

在电话里,他们如何救下绝望的陌生人

劝退有自杀念头的人,固然重要,但更重要的是阻止未来更多悲剧的出现。



热线背后,有一群熬通宵的志愿者

热线志愿者小平,家住在三墩,喜欢骑电瓶车到杭州市七医院,这二十多分钟的路上时间,也是他提前静下心的时刻,“今晚会接到什么样的电话呢?”;在安吉的乐乐老师是自驾到市七医院,下午晚些时候到,第二天早上回;昌化的英姐则习惯坐大巴,到杭州汽车西站下车再去七院;住在市中心的慧心更多时候是叫个车,她喜欢早点出发,和相识的医生朋友们一起在七院吃个晚饭再开始自己的工作……

他们的目的地都是市七医院的同一个房间,只要走进那个房间,坐在一电脑前,他们便有了同一个身份——杭州24小时心理援助热线咨询员。这样的人目前有30多个,他们另一个共同的身份是有心理咨询专业知识背景的志愿者,因为他们都不是市七医院的医生,而是来自各行各业。工作节奏是大约每月轮一次班,工作时间是晚上6点到第二天早上7点半(通宵热线值班)。

曾有人这样形容热线存在的意义,“热线,是一种迂回的方式,人们在出现心理崩溃时,手边就有‘救命稻草’。”

在小平看来,“能打电话来的人都是在犹豫,这样的人才有救。”小平是热线招募的第一批志愿者,从2014年至今,三年多的咨询员经历,他接到了各种各样热线求助者的来电,最让他兴奋也可说是紧张的来电开场白莫过于那句“我不想活了”,这种关乎自杀倾向的属于危机来电,他们会视情况及程度不同采取不同干预措施,耐心劝说,化解危机。

电话里一句话,真拉回一颗绝望的心

有时,就是电话里的一句话,真就拉回了一颗绝望的心,成功化解一场危机。生活中的慧心也是一名专业心理咨询师,2015年开始到市七医院做热线志愿者。

打来电话的是一个小伙子,觉得生活没什么意义,听到电话里有些明显的风声,慧心猜测小伙子是在室外高处,果然小伙子说自己正站在楼顶。面对这样的情况,经验丰富的慧心懂得如何去安抚,她先与他聊了几句,“我知道你很难过,可以和我说说你发生了什么吗?”……慧心说自己在开导时内心想的最重要的事是,得赶紧让小伙子到一个安全的地方。

“我听不太清你说的话,你可以换个安静的地方跟我打电话吗?”建立一定信任关系后,慧心有意这样说,小伙子答应

了,回到室内。这样化险为夷的情境也是时常发生的,咨询员们总能用特有的力量去温暖电话那端的强硬、绝望。

每当能成功处理一个危机电话,乐乐老师的内心都无比释然。“人有时候想不开,就像卡在某一个地方了,把自己困住了,这时外界的一个点拨或许会让其看看前后左右,跳出那个牛角尖。”小平表示,在听来电者的诉说中,也会反思自己的生活,更好地去处理现实生活中的各种关系,这也是做热线咨询员的一个收获。

当然,接热线的工作也并非想象中的那种时刻都处于能救人的英雄光环中,现实是一个人在一间屋子,来电者倾诉的世界,大多又是压抑的甚至是绝望的。同时还有那种不知道电话何时响起,又不知道对方又将诉说一个怎样困境的茫然感。每个月,医院也会邀请专家,安排志愿者们在一起进行团体督导学习。

同为第一批志愿者坚持到现在的向老师称,“辛苦背后,有着很深的趣味和成就感。来电者把自我坦诚给你,你可感受到无上的信任,他们的讲述也可让我了解世界的多元、人性的复杂。”

在接听来电者的诉说中,让向老师感慨的是家庭教育的重要性,“劝退有自杀念头的人,固然重要,但更重要的是阻止未来更多悲剧的出现。在我接听的电话中,抑郁症占到一定比例。他们往往自认为是‘三无产品’,无能、无趣、无望。再聊下去,就会发现有很多起因源于家庭教育。有个成绩优秀的大学生,说自己所有的一切都是遵从了父母的意愿,找不到自己人生的意义了。所以,我想提醒下父母,在孩子的教育上,能给予他们自我选择的空间。”

新闻+

开通13年,打电话的人全国都有

0571-85029595(谐音“救我救我”),这是一组已开通13年的热线电话号码。

早在2004年5月25日,杭州心理危机研究与干预中心成立,同时开通24小时心理援助热线,热线设在杭州市第七人民医院。坚守一条24小时热线尤其又是心理援助热线并非易事,抛开所需经费不说,专业人员的配备也是难事。

2014年,热线决定从社会上招募志愿者。热线室主任陈爱华介绍,“招募的人员均通过国家心理咨询师资格培训和考试,同时需接受热线接听岗前培训与考试合格者。目前共有30多名志愿者,主要承担晚上热线值班工作。”

据介绍,打热线的人来自全国各地乃至海外,截至今年10月底,热线已完成13.97万人次咨询工作,年电话咨询量在1万-1.2万人次,筛查抑郁来电者约占来电总数的10%,筛查自杀意念来电6586人次(4.71%),筛查自杀危机来电712人次,通过热线咨询员耐心疏导、电话回访、联系亲友、转诊服务、联合110等措施成功干预挽救生命。就在今年8月19日15:41分热线咨询员用38分钟,成功干预一位准备跳江自杀的男性青年。9月19日晚,成功干预一个准备烧炭自杀者。今年已成功干预危机来电74人次。



①更多内容请扫码下载“浙江24小时APP”
②注册
③输入邀请码“AFOS”

本报记者 李玲玲
实习生 杨媛媛 通讯员 徐康

“我不想活了”“我已经决定烧炭自杀了”……当一个陌生人的生死问题,以这样的开场白从电话那端传过来时,你会说什么?

或许很少有人去想这个问题。但是有一些人却要经常面对,他们守在一部电话机前,等待铃声响起的那一刻,倾听每一个来电者的故事,然后尽最大可能的去劝解那些人。他们就是心理援助热线的接线员们。

在杭州也有这样一群人,而且还是志愿者,每晚守候杭州24小时心理援助热线。“接一通宵的电话,能劝慰一个人都是满满的欣慰”,这是面对采访时,他们共同的心声。

不久前,该热线接到一个准备烧炭自杀者的来电,志愿者咨询员经耐心劝导后又及时报警,成功挽救了一条生命。据了解,这样的例子并不少,今年该热线已成功干预危机来电74人次。

农村物流班车把“老家的味道”带给你身边

2017年10月27日,“淳安县村级电商物流班车试点项目”开通仪式在淳安县汾口镇召开。作为2017年为民办实事项目之一,汾口镇党委政府积极加快推进电商富民步伐,在县商务局支持下试点“村级电商物流班车”新模式,着力补齐农产品上行最初一公里,打通网货下乡最后一公里,全面推进全镇电子商务公共服务体系建设,力争打造全县新标杆。

据悉,汾口镇村级电商物流班车试点项目自9月中旬试运营,全镇三条物流班车线路覆盖全镇52个村和1个社区,确保做到“每天发车,村村通达”,把整个汾口镇都作为包邮区,实现城乡提升了公共服务均等化,真正实现

农村老百姓像城里人一样,在家门口就能够邮寄或收取快递物流件。据不完全统计,试运营期间各村级网点共派件1000余件,收件500余件,其中实现农产品上行突破5000斤,正式开通后,汾口镇预计第一年要实现村级网点每月派件2000件的目标。

甲鱼、甜玉米、蜂蜜、村姑辣酱、土猪肉、笋干、鱼干……在另一边的汾口镇电商公共服务展示区,各类土生土长的农产品一一亮相。茅屏村书记汪文映说:“我还建立了村在外创业人员微信群,农村的农产品都可通过微信这个载体,由微商等模式销售到在外地的汾口人和想吃农村土货的城里人手里去。”

汾口镇党委书记余顺明感言:“村级电商物流班车是连接农户农产品、基地农产品到城市消费群体的纽带,是连接农产品基地便捷网销的纽带,是连接电商平台、电商、微商和终端客户的纽带,是连接农村父母和城市子女亲情的纽带,更是连接汾口村民和外地老乡感情的纽带。”

下一步,汾口镇党委政府将以电商公共服务中心为中枢,以农产品电商产业园为躯干,以村级物流服务站为四肢,以电商微信营销体系为血管,大力发展电商产业,拓展农村电商物流网络,积极打造政府主导、企业操作、社会参与的工作格局,打响汾口农特产品牌,让农业基地、农村老百姓的钱袋子真正鼓起来! 邵翠 谢航凯