

百万志愿者圆百万“微心愿”

辽宁守望心理专家志愿者团队开通“心理防疫热线”汇集1000余位咨询师 “希望能抚平那些焦虑者的情绪，让他们重拾积极、自信、阳光”

“就想跟孩子和谐点”的“微心愿” 本溪文明办给圆了



辽沈晚报记者金松

正能量故事的挖掘专家

受疫情影响，本溪中小学停课。本来就是“一写作业鸡飞狗跳”，这下子天灾人祸一起，不少家长的“小心脏”感觉更是要崩盘，“跟孩子和谐相处”的“微心愿”很快传到了本溪市文明办。

为了缓解因此而倍加焦虑的家长情绪，帮助他们做好疫情心理防护，结合由省精神文明办组织、辽沈晚报协办的百万志愿者圆百万“微心愿”活动，本溪市精神文明办联合市心理咨询师协会志愿者，决定为家长们圆上这个“微心愿”。

3月19日，本溪防疫心理咨询志愿服务队正式成立并对外公开联系电话，开通防疫心理咨询热线。

本溪市心理咨询师协会副会长岑桦萌告诉记者，协会选出17名经验丰富且具有危机干预经验的心理咨询师志愿者接听热线。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 金松

“网课”学生没网缺手机? 志愿者帮助解决



辽沈晚报记者隋冠卓

说法专家，帮办有法

4月17日一大早，铁岭开原松山镇志愿者高欣来到松山村杨思宇家中，将一部手机送到了他的手上，并帮助他下载线上学习需要的各类应用软件，指导他学习使用手机和软件。

“谢谢姐姐给我捐的手机，我一定会用它来好好学习。”收到手机的杨思宇心里乐开了花，立即使用手机进行线上学习。

在松山镇松山村疫情防控检查站上，镇包村工作组见一个13岁左右的孩子一直在卡站上帮忙执勤，就问他怎么不在家上网课呢，孩子说家里只有一部智能手机，他和哥哥两个人都需要上网课，哥哥是初中二年级，自己是小学五年级，哥哥学习比自己好，他就把手机让给哥哥上网课了。孩子说要是再有一部手机就好了，自己也能学习了。

无独有偶，银州区岭东街道辽职院社区也征集到了类似的“微心愿”：社区低保人员苑利明的孩子苑家兴今年15岁，初二学生，由于家里条件有限，孩子在上网课时家里没有网络，用的是邻居家的无线网，信号不太好，比较卡顿，影响网课学习。

辽职院社区立即与网格员刘敏沟通，让孩子用网格员家中的网络上网课，确保孩子正常上课，不耽误学业。

丁雪 金娇 田月 辽沈晚报、辽宁文明网记者 隋冠卓

4月9日，辽宁守望心理专家志愿者团队值班热线启动。每天8:00-20:00，由当天上线的60位咨询师提供一对专业服务。据悉，热线开通后不到2小时，已接入20余位求助者，截至目前，累计接入750个求助者，线上心理培训人数超过20000人次。



辽沈晚报记者徐刚

新时代好故事的好写手



“心理防疫热线”所有心理咨询师均经过严格筛选，具有专业资质并接受过咨询伦理培训。 受访者供图

“居家的焦虑怎么破?” 营口“心理援助平台”来缓解



营口市心理卫生协会建“心理援助平台”云端，缓解居民心理压力。 受访者供图



辽沈晚报记者王宏

因“时”而动的记者

重中之重的工作。
“以前我没有进行过心理咨询，但是这次疫情以来，我每天隔离在家，心情难免焦虑、烦躁，在网上接受了心理援助后，咨询师倾听我的想法，帮我分析原因，我学会了用新的角度去看待生活。”一位营口市民张先生回忆了首次心理咨询的感受。和他一样，还有很多人在疫情期间接受了各种形式的心理援助，在更加关注自己心理健康的同时，他们也纷纷表达出对心理援助工作的认可。

3月17日，营口市心理卫生协会在营口市文明办、营口市科协的指导下正式启动心理援助工作，这些来自教育、医疗、公安、政府机关等部门、具有心理咨询师专业资质的志愿者们，用宽容接纳的态度、自信稳定的心态，安抚着疫情期间市民出现的恐慌、焦虑、抑郁等负面情绪，成为广大市民心理健康的守护者。

由于心理援助志愿者多是一人兼职，平台开通仅三天时间，就有近20人在平台上得到有效的帮助，目前，已有30余人接受心理援助。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 王宏

女城管科长三次冲上抗疫一线 “尽自己一份责任，换群众一片安心”



高杰亲力亲为，奋战在抗疫一线。 受访者供图

每一项工作样样争先，为的就是保辖区一片安全。

对重点点位、重点人群的管控，是疫情防控的重中之重。

高杰要求责任细化到人，工作细化到点，防控扩大到面。

为全面掌握工作进度，能够第一时间了解社区、点位防控工作及遇到的困难，及时处理群众监督举报事项，从社区到办事处，她不是在安排疫情防控，就是在解决相关密切接触人员的诉求，始终心系群众，急群众之所急，想群众之所想。

3月16日中午11点半，全街道13个社区的医护人员核酸采样40个点位的调整刚刚完成，高杰忽然听说矿北社区一个熟食店成为疫点，必须马上封控。高杰立即向街道主要领导汇报并第一时间赶到现场协调开展工作。

但在摸排店内人员过程中，高杰了解到店内有一名70岁老人是鼻咽癌患者，需要吃药和照顾。

考虑到病人的实际情况，高杰多次沟通后，为其安排应急人员和车辆陪同，护送取药，整理生活必需品，然后组织社区物业消毒人员对这户居民单元、电梯、家门口全面消毒，高杰回到办事处已是凌晨时分。

老人特意打来电话，对工作人员的服务满意、理解与感激，高杰内心倍感欣慰。

“尽自己一份责任，换群众一片安心。”高杰说，经受住这样的考验，才能实现“保护自己、保卫城市”的誓言。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 吕洋

女子居家隔离内心焦虑 志愿者帮其消除“孤独感”



辽沈晚报记者李毅

致力于消费维权的热心小李

门后，她几乎每天都打电话给志愿者，诉说生活中的小怨气，志愿者向她询问是否有服务不到位的地方或者生活必需品需要补充，她又否认并很快岔开话题。

由省精神文明办组织、辽沈晚报协办的百万志愿者圆百万“微心愿”活动开展后，金普新区积极响应。负责王女士所在网格的志愿者刘伟意识到，王女士独自居住，现在又居家隔离，平时就比较孤独，现在又多了一重焦虑，肯定心情不好，她本人又不明白，于是就电话与她沟通开导，聊家长里短，向她承诺“志愿者和社区工作者都是你的家人，有什么事尽管找我们”！

逐渐地，王女士的恐惧、焦虑心情消除，顺利完成了居家隔离管控。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 李毅

微心愿 一周数据简报

沈阳
征集 2961 个
认领 2493 次
圆梦 1986 次
参与志愿者 32000 余人

大连
征集 9508 个
认领 9479 次
圆梦 9408 次
参与志愿者 29187 余人

鞍山
征集 2785 个
认领 2742 次
圆梦 2742 次
参与志愿者 5700 余人

抚顺
征集 1278 个
认领 1232 次
圆梦 1164 次
参与志愿者 4950 余人

本溪
征集 1459 个
认领 1269 次
圆梦 1208 次
参与志愿者 7986 余人

丹东
征集 4694 个
认领 4393 次
圆梦 4103 次
参与志愿者 10500 余人

锦州
征集 1580 个
认领 1180 次
圆梦 980 次
参与志愿者 5300 余人

营口
征集 2890 个
认领 2466 次
圆梦 2350 次
参与志愿者 23000 余人

阜新
征集 1452 个
认领 1437 次
圆梦 1425 次
参与志愿者 5463 余人

辽阳
征集 1107 个
认领 952 次
圆梦 920 次
参与志愿者 1931 余人

铁岭
征集 2958 个
认领 2663 次
圆梦 2367 次
参与志愿者 8621 余人

朝阳
征集 2269 个
认领 2229 次
圆梦 1910 次
参与志愿者 8203 余人

盘锦
征集 1414 个
认领 774 次
圆梦 662 次
参与志愿者 3241 余人

葫芦岛
征集 3765 个
认领 3126 次
圆梦 2754 次
参与志愿者 4066 余人