

做有能力的小公民 ——困境儿童心理援助成效显著

吐鲁番市民政局

一、实践背景

（一）项目背景

吐鲁番市是全国社会心理服务体系试点城市，《全国社会心理服务体系试点工作方案》要求“为流动、留守和困境儿童、孤儿等提供心理辅导、情绪疏解、家庭关系调适等心理健康服务”。

（二）项目服务对象

困境儿童(处境不利儿童)指年龄在0-18岁的儿童，他们由于受到诸如先天原因，贫困、疾病、自然灾害、战争、教育不当等一种或多种因素影响造成成长障碍。主要包括孤儿、自身困境儿童、家庭困境儿童、安全困境儿童和临时困境儿童五类。

部分困境儿童营养不足，身体和心理健康受到损害，学习成绩不理想，甚至出现厌学、逃学、辍学现象；自理能力差，尊老爱幼意识淡薄，内心封闭、情感冷漠；个别儿童受到同学、邻居的欺负，内心受到影响，性格古怪，自卑，行为孤僻，有的儿童还出现重度抑郁、焦虑等心理障碍。为改善困境儿童心理现状，特将吐鲁番市一区两县困境儿童作为本次项目实施的对象。

（三）项目动因

民政局作为困境儿童关爱保护主阵地，精准关爱困境儿童是深入推进精准扶贫扶弱的重要内容，是建设健康中国、平安中国、幸福中国的具体体现。

为了认真做好困境儿童工作，切实解决困境儿童成长过程中，自我发展、家庭教育和权益保护中存在的问题，帮助困境儿童身心健康成长，吐鲁番市民政局围绕困境儿童心理需求，开展“做有能力的小公民”困境儿童心理援助系列服务。

二、主要做法

（一）实践目标

1. 确定目标及对象。通过该项目的实施，满足困境儿童心理安全、亲情关怀、自尊自信等实际心理需求，实现对困境儿童的养育和教育，帮助这些孩子学会有价值的人生技能和社会技能，帮助他们做出负责任的决定，进而拥有更有益和更满意的人生。

2. 开展实地调研及心理测评。通过多方协同、多地联动，多措并举，多管齐下，运用专业力量，聚焦困境儿童心理健康的有效解决，在帮助困境儿童及其家庭，促进必要的心理健康品质发展，培养困境儿童坚强乐观的优秀品质、协助困境儿童家庭缓解精神压力等方面调动资源，给予专业的心理支持。

3. 项目实施过程中，多方协同，多地联动，多措并举，多管齐下，运用专业力量，聚焦困境儿童心理健康的有

效促进。同时，培养一支社会心理服务专业队伍，在基层发挥社会心理服务职能，实现共建共治共享的社会治理格局；推动社会治理重心向基层下移，实现政府治理和社会调节、居民自治良性互动。作为健康细胞工程(健康社区、健康学校、健康家庭)和基层平安建设的重要内容，推动形成自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。

(二) 实践内容

1. 成立领导小组。“做有能力的小公民”困境儿童心理援助项目，由吐鲁番市民政局发起，与吐鲁番市卫健委、吐鲁番市政法委、吐鲁番市教育局、吐鲁番市妇联、吐鲁番市财政局等单位多方联动，委托乌鲁木齐市诚祥培训学校组织实施；多方共同成立“做有能力的小公民”困境儿童心理援助项目领导小组，分工合作，共同对该项目的方案设计、执行、落地、效果评估、经费预算等工作负责。

2. 不同形式主题活动。本项目从个人、家庭、同辈、社区和学校五个维度，通过心理健康水平测试、团体心理辅导、专题讲座、主题活动、一对一心理咨询等专业方法，开展了12场针对困境儿童个体的活动；开展了针对困境儿童照料人的团体辅导及现场活动，其他讲座及活动40余场，开展一对一心理咨询120人次；摸清困境儿童心理健康水平，为困境儿童提供心理辅导、情绪疏导、家庭关系调适。

另外为困境儿童印制了5000份心理健康宣传手册，帮助困境儿童了解情绪管理方法、如何缓解压力、儿童身心健康标准；拍制作了4个儿童心理健康宣传视频，帮助各维

度人群了解如何帮助困境儿童维护心理健康，通过多种方法，多种形式促进困境儿童身心健康。

其中，针对困境儿童个人层面，以团体辅导、游戏、情景剧表演、个人体验、音乐、绘画等儿童喜闻乐见的形式，开展了如下主题系列活动：

表1困境儿童主题系列活动

序号	活动名称	时长	心理援助内容
1	我是有能力的小公民	2-4	为儿童心理健康赋能
2	我能打败情绪小怪兽	2-4	情绪管理的5种好办法
3	好好说话，认真听	2-4	怎样沟通才有效
4	我不是个错误	2-4	正确认识自己
5	我要说声谢谢你	2-4	致谢与感恩
6	爱护我们的身体	2-4	14岁以下困境儿童性教育
7	我是小小演说家	2-4	口语表达与当众讲话
8	我能实现我的目标	2-4	树立远大理想
9	我有专注力	2-4	提升学习效率
10	我有能力成为更好的人	2-4	青少年领导力
11	课程目标		为困境儿童赋能，培养健康心理

针对困境儿童照料人层面，通过线上线下结合的形式，以团体讲座、活动体验、开展了如下内容的家庭教育内容：

表2困境儿童家庭教育内容

序号	课程名称	课时	内容
1	把爱带回家，了解你的孩子	2-4	儿童成长一般规律
2	做好情绪管理，成就幸福家庭	2-4	有效的情绪管理方法与技能
3	如何说，孩子才会听	2-4	亲子沟通的有效技巧
4	最好的礼仪教育在家庭	2-4	第一次就教孩子把事做对的方法
5	怎样培养孩子的自信心	2-4	鼓励与表扬对孩子内驱力的提升
6	悦纳孩子的不完美	2-4	稳定有爱的环境培养孩子的安全感
7	课程目标		建设和谐家庭，用爱温暖未来

3. 打造社会心理服务人才队伍，为困境儿童赋能。与教育局联动，在校园内，对困境儿童和一般学生共同组织心理健康团体疏导活动，让困境儿童感受集体温暖，拥有归属感。同时，在民政系统、教育局系统培养一批致力于社会心理服务、家庭教育指导的专业人才，根据个人能力及工作特点，分别开展心理咨询师、家庭教育指导师培训，

打造家庭教育、心理服务讲师团，在学校、社区、农场、乡镇等不同场所开展社会心理服务。

（三）问题解决

1. 覆盖人群达标。通过以上项目实施，为困境儿童提供心理健康服务8657人次，覆盖率达到吐鲁番市困境儿童总数的80%以上。

2. 心理测评奠定心理服务基础。通过走访调研，为困境儿童进行心理健康测评，依托客观、公正的数据，了解困境儿童抑郁、焦虑水平，对其心理健康状况进行了摸底。在把握其心理健康发展状况的基础上，提升社会心理服务体系建设项目的针对性和有效性。

3. 为困境儿童心理健康赋能。通过开展不同形式和内容的心理健康团体辅导，促使困境儿童在活动中通过观察、学习、体验，以实现认识自我，探讨自我，评价自我，接纳自我，发展个体独特的身份感，学会信任自己和他人，学会用新的视角来看待自己和别人，寻求一般发展性问题和特定矛盾冲突的解决之道，学会更多有效的社会沟通技巧，对他人的需要和感受更加敏感，学会如何通过关心、呵护、诚实和坦率来促进他人成长，澄清自己的价值观，并且决定是否以及如何对其加以改善。

三、实践成效

通过“做有能力的小公民”困境儿童心理援助项目，实现了对困境儿童及其家庭的有效帮扶，在促进困境儿童必要的心理健康品质发展，学会自我保护，培养坚强乐观

的优秀品质，帮助这些孩子学会有价值的人生技能和社会技能，以及帮助他们做出负责任的决定，进而拥有更有益和更满意的人生，协助困境儿童家庭缓解精神压力等方面，给予了专业的心理支持和情感陪伴，效果显著。

在项目实施过程中，关注到了创新社会服务；将《弟子规》《三字经》《礼记》《论语》等中华民族原典智慧融入困境儿童的礼仪教育，注重传承中华优秀传统文化，弘扬文明风尚；将怎样与人沟通、当众讲话、竞选礼仪、班级中的领导力等心理健康教育内容与困境儿童日常生活有效结合，切实解决困境儿童及其家庭面临的现实问题。

吐鲁番市民政局对困境儿童的心理援助项目的实施，受到困境儿童及照料人的欢迎和认可，受到吐鲁番市相关领导的好评。在社会层面，引起了人们对困境儿童及心理健康方面的极大关注。对于推动社会心理服务体系建设，基层健全共建、共治、共享社会治理制度，具有重要意义。

四、经验与启示

（一）项目亮点

1. 设计与规划。

通过内容吸引，引进了新疆自治区内外的35名心理专家、心理咨询师、心理治疗师及其他心理工作者、专兼职心理健康教师参与了系列活动，提供公益支持；新疆自治区6名心理督导专家参与指导工作进程，对工作措施落实情况 & 效果进行评价指导。

2. 组织化运作。

引入第三方专业心理服务机构乌鲁木齐诚祥培训学校参与本项目的设计与实施，全过程提供长期陪伴，全过程有完整的管理流程，接受检查督导，解决了吐鲁番市民政局无心理服务专业人员、无心理健康教育常识、日常工作繁杂、工作人员压力大、精力不足等痛点，提升了工作效能。

3. 多方参与。

吐鲁番市民政局、儿童福利院、救助机构、吐鲁番市卫健委、吐鲁番市教育局、吐鲁番市政法委、社区、学校、居民等多方联动。及时与主管单位新疆维吾尔自治区卫健委密切沟通，及时汇报项目进展；多机构、多组织、多领域、多举措齐抓并举，得到各方力量积极支持。

4. 公益成效。

通过本项目实施，有诸多公益志愿者参与了活动，并给予大力支持。同时在项目实施过程中，激发志愿者的爱心，许多志愿者根据项目执行经验，打算在自己社区、单位、家乡开展类似的心理援助项目，扩大了项目的影响力，覆盖更广泛人群。

（二）先进经验

1. 组织相关人员对《全国社会心理服务体系建设试点工作方案》进行认真解读，找到工作突破口；

2. 成立考察小组，赴内地示范城市调研学习，取长补短；

3. 及时成立工作领导小组，每月进行工作督察，阶段性验收，及时向各相关单位提出整改措施；

4. 借助第三方机构专业能力和丰富资源，迅速开展后续工作；

5. 打通经费领取、支付、使用各流程，提升工作效率；

6. 要求各相关单位开展宣传工作，每月上报不少于3种形式、5项内容的宣传资料，在不同媒体进行宣传，扩大影响力。

（三）工作启示

大部分困境儿童生活变故大，经历坎坷，存在性格缺陷、自卑无助，孤独、焦虑、抑郁，为困境儿童长期持续开展心理服务意义重大。下一步，吐鲁番市民政局将联合吐鲁番市相关部门，培养专业人才，力争在5年内，为新疆偏远落后及少数民族地区的4000名困境儿童提供心理服务支持，为吐鲁番市乃至全疆人民心理健康贡献力量。