



## 心理服务引导幸福生活

□本报记者 王路曼 文/摄

在密云区民政局婚姻登记处,但凡打算离婚的夫妻都会在登记前走进一个心理疏导室,在这里有两名拥有国家二级以上心理咨询师资质的志愿者对他们进行心理疏导,引导他们走过人生的低谷,重新走向美好的生活。

这天一大早,一对夫妇走进婚姻登记处,“我要跟他离婚,我在家忙里忙外。他下班回来,跟我连句话都没有。这日子没法过了。”一边吵闹,一边走进民政局婚姻登记处的这位中年妇女,名叫李霞(化名),跟她一起进来的丈夫刘勇(化名)则在一旁默不作声。在工作人员的引导下,两个人走进了心理疏导室。

在干净整洁的疏导室里,心理服务志愿者张玉霞接待了他们。“两位先喝点水,消消气。是什么原因让您的生活变得不太愉快,先说出来,看我们能不能帮助您解决。”张玉霞笑着接过两个人的登记表,快速浏览了两个人的身份信息。

听到有人愿意倾听自己的苦闷,妻子李霞马上就滔滔不绝起来。“我们结婚三十多年了,儿女也都成家立业,他(丈夫)是个乡村医生,每天都呆在诊所里,回家就是吃饭睡觉。一天到头也跟我说不上一句话。”李霞讲述了很多夫妻之间的生活琐事,多是埋怨丈夫不懂沟通,不愿交流。而在一旁的丈夫刘勇则解释说:“工作一天很累,回家不想说话,老夫老妻也没什么话可说。”

面对这对夫妻倾诉,张玉霞判断,两个人并没有太多矛盾,只是因为沟通问题,吵到了要离婚的地步。

张玉霞除了做志愿心理服务外,还是一名社区医院的门诊医生,她深知医护工作者的辛苦,在对妻子表示了充分理解后,她也站在丈夫的角度,跟妻子解释了工作一天的疲惫。“希望你们能在生活上相互理解与包容。”张玉霞也劝解丈夫,“儿女不在身边,妻子一人在家本来就寂寞,又承担繁重的家务活,当然渴望与人交流,渴望得到关心和关注,这是正常的心理需求。”

调解进行了一个上午,这对夫妻把心理的不愉快统统发泄出来了,张玉霞也通过心理疏导技巧,让这对夫妻在情

绪上不再那么针锋相对。张玉霞建议,“其实中年夫妻更需要交流和陪伴,饭后一起遛弯,一起走亲访友或偶尔在外吃个饭,看场电影,都可以调解两个人之间的关系。”

最终,李霞和刘勇心平气和地走出了心理疏导室,结伴回家了。张玉霞这才有空喝上一口水。“其实,对于这种因吵架而激情离婚的夫妻是很容易调解的,两个人在吵架状态难免想法偏激,需要有人从中调解,引导他们换位思考。很多道理说到了,每个人都理解。”张玉霞告诉记者,她在这里当心理服务志愿者是利用业余时间来做,希望通过自己心理学方面的知识,引导更多的人走向幸福生活。

张玉霞说,在这里担任心理服务志愿者一年多时间来,常常会遇到形形色色的人,也并不是每一对前来离婚的夫妻都会顺利的接受调解。“有很多夫妻走进来后两个人都不说话,只是称都已经想好了,办手续就可以了。”面对这样的拒绝沟通和调解的夫妻,张玉霞也会告诉他们,“世界上没有十全十美的人,多点包容和理解,夫妻才能更长久和谐的相处。家庭是需要两个人共同经营了,要用心,用爱去浇灌。未来还有很长的路,要懂得调试自己的状态,做更好的自己。不管这段婚姻是否走到尽头,心存感恩和祝福彼此都会引导你走向更幸福的人生。”

据了解,密云区民政局婚姻登记处内的心理服务疏导室成立于2014年,是由密云区果园街道职工心理服务中心入驻后,免费为准备办理离婚手续的夫妻提供心理服务的场所。

“我们希望通过心理服务能够引导大家懂得感恩,学会包容,在婚礼家庭生活中找到合适的位置,享受幸福的人生。”密云区果园街道总工会副主席杨桂英介绍。目前,每周都有10名拥有相关心理咨询师资质的志愿者参与到志愿心理服务当中来。杨桂英说,“这些志愿者来自密云教育、文化、医疗卫生等多个行业,他们利用自己的业余时间进行志愿服务,一年能为1300对夫妻进行心理疏导。”

中铁电气化局集团北京建筑工程有限公司

程丽丽

2017年2月15日  
星期三  
晴



## 职工的安心是我的幸福

打开电脑,我为自己倒了一杯茶,便开始了一天的工作。对着电脑,我开始整理2017年元旦春节期间开展送温暖活动报表,数字在指尖流淌,也让我陷入两节慰问工作的回忆中。“两节”送温暖活动一直是工会服务职工的暖心工程。帮助职工群众解决最直接、最关心、最现实的利益问题,让广大职工群众拥有更多获得感,构建幸福企业,营造幸福家园,也是我们工会人肩上的份责任。

我们公司工会历来注重职工生活保障工作,尤其牵挂因病患导致的困难家庭。为此,公司在2016年8月份专门成立了“中铁电气化局集团北京建筑工程有限公司互助帮扶基金会”,有针对性的解决职工及其配偶、

子女看病难的问题。记得一位职工突发脑溢血,导致半身不遂,其妻身患癌症,儿子在施工一线工作,双重打击给家庭生活带来极大困难。于是,工会组织按照有关规定,“双节”慰问金和帮扶资金及时送到职工的手中。

随着公司的壮大发展,“三不让”、“帮扶基金”、“节日送温暖”等制度将愈加完善,公司的各项“温暖”机制也使得职工及其家属感受到了“家”的关怀。在慰问结束之时,职工家属热泪盈眶地说:“我们总要活下去,咱们建筑公司这个大家庭给了我们活着的尊严。”顿时,我的心里也是暖暖的。

作为一名工会干部,每天平凡而忙碌的工作,但传递了公司对每个职工的关切,让我干得很起劲。

## 职工日记

首发生态公司工程事业部

赵恒

2017年2月20日  
星期一  
多云



## 京台高速会战回想

尽管已经到了二月中旬,但北京的天气总是在冬季的氛围里久久徘徊,不肯离开。在一场充满寒意的大风过境之后,我再次来到了京台高速公路六环桥区,检查苗木的倒伏情况。

京台高速公路绿化工程是我们在去年冬季完成的项目。作为反季节施工的绿化项目,我们的班组经历了一系列的难关考验:从彻骨的烈烈北风,到纷飞的皑皑白雪;从冻裂双手的严寒低温,到难以施工的重度雾霾。最终,在所有项目成员的拼搏下,我们赢得了这场大会战。

今天,当我再次走进这片曾经日夜奋战过的战场,望着一排排一列列、高低错落的树阵,那些施工

大干的场景在我脑海中再次浮现。

瞧,前面那一片高大挺拔的油松,经历了整个寒冬之后,仍然显得青翠欲滴。还记得这一批油松进场时,我们逐棵地检查着树木的规格和生长情况。冬天的寒气侵袭着全身,哪怕穿着厚重的棉鞋,双脚也会逐渐冻僵。有时候为了操作测量仪器,不得不摘下笨重的手套,双手也因此不知冻裂了多少回。

我手里拿着计数器,穿行在桥区的林地中,仔细地观察每一株苗木的长势,看着他们经历大风和严寒的历练后,就像看到自己的孩子茁壮成长一般,心里不由得高兴,也更期待它们春的绽放。而我和我身边的战友们,也会继续坚守着自己的岗位,迎接着下一场会战。