

■今日观点

让心理援助热线发挥出更大效用

□向秋

近年来,心理健康日益受到国家层面重视,已成为重要的民生议题。促进大众心理健康是一项系统工程,要健全社会心理服务体系,进一步扩大心理健康服务供给,让“12356”心理援助热线更有温度,让人人享有心理健康服务,守护好内心世界的一方晴空。

为向人民群众提供更加优质便捷的心理健康服务,2024年12月,《国家卫生健康委关于应用“12356”全国统一心理援助热线电话号码的通知》印发,

提出“力争在2025年春节或元旦前后投入运行,确保于2025年5月1日0时前,实现拨打‘12356’电话号码接通心理援助热线的功能”。如今,各地既有心理援助热线均已与“12356”热线完成连接,全国实现一个号码接通。

党的二十大报告提出,“重视心理健康和精神卫生。”“十五五”规划建议提出,“加强心理健康和精神卫生服务。”“12356”是全国统一心理援助热线电话号码,热线旨在为公众提供心理咨询、心理疏导、心理危机干预等服务。要让“12356”心理援助热线真正“热”起来,发挥出更大效用。

让心理援助热线更实用。面对快节奏的生活工作节奏,

人们面临的心理问题亟待有效解决。这些心理问题若得不到及时有效的疏导和解决,不仅影响着个体的生活质量、家庭和谐以及工作效率,也给公共安全、社会稳定带来潜在的风险。但在日常生活中,一些人担心隐私泄露,或怕被误解为心理有问题被当作异类看待,而羞于“谈心事”,即使身心不适,也独自硬扛。“12356”热线提供了倾诉心理困扰、寻求专业帮助的匿名通道,为倾诉者提供了安全空间,来电者可以敞开心扉,及时获得心理疏导服务。

让心理援助热线更好用。将“12356”作为全国统一的心理援助短号码,提高了公众对热线的知晓率和使用便利性。热线实行通话免费,降低了求助门槛,促

进心理健康服务实现普惠均等。热线号码全国统一,有效打破心理服务资源的地域壁垒,让医疗资源相对薄弱区域的人群也能共享其他区域的优质资源。热线全天24小时提供服务,任何有需要的时刻,公众都能通过热线获得专业解答,梳理自身问题、疏解情绪;同时,一些严重心理危机具有突发性,容易发生在夜间或节假日,全国性热线能弥补地方服务在这些时段的空档。热线接线员均具有心理治疗师资质或心理学研究背景,能够精准识别问题、科学施助。

让心理援助热线更管用。贴心的心理援助,离不开稳定而专业的人才队伍。要加大人才培养力度,优化配置不同时段座席数量,通过吸纳志愿者、招募专职

接线员等方式补充接线力量,形成“专职+兼职”的工作机制,让热线在关键时刻“接得住”“接得稳”。如今,拨打心理援助热线咨询的问题可能涉及创伤后应激障碍等多种情况,处理这类问题,仅靠单一热线是不够的,需要跨行业、跨部门联动协作,需要联动公安、司法、医疗、社工等多方力量,从国家到社会各方形成合力。

近年来,心理健康日益受到国家层面重视,已成为重要的民生议题。促进大众心理健康是一项系统工程,要健全社会心理服务体系,进一步扩大心理健康服务供给,让“12356”心理援助热线更有温度,让人人享有心理健康服务,守护好内心世界的一方晴空。

■每日图评

让孩子们动起来、壮起来

近日,教育部等5部门联合印发《关于实施学生体质强健计划的意见》,从深化体育教学改革、健全训练竞赛与人才培养体系、壮大体育骨干力量等8个方面提出20条举措,对深化学校体育综合改革进行系统部署,为教育强国、科技强国和人才强国建设提供坚实的人才支撑。(11月30日《人民日报》)

让孩子们动起来、壮起来,既关乎个人的未来、家庭的幸福,更关乎国家的希望和民族的未来。一段时间以来,学校里的“小胖墩”“小眼镜”问题广受关注。坐得多动得少,甚至没有机会出点汗,孩子们自然缺乏活力,眼里也就少了那束属于少年的光。

少年强,则国强。今天的少年,就是我们明天的工程师、医

生、飞行员……是各行各业的顶梁柱。少年之强,既包括思想品德、学习成绩、创新能力,也包括身体健康、体魄强壮。除了体质上的改变,体育运动对于青少年的心理健康也有促进作用。只有通过体育锻炼锻造出更加强壮的“翅膀”,才能让孩子们飞得更高更远。

当前,随着“双减”政策深入实施,“唯分数”观念不断转变,孩子们得以逐渐摆脱繁重的课业负担,有了更多时间和精力,来到操场跑一跑、跳一跳,出一身快乐的汗。

让孩子们动起来、壮起来,反映的是育人理念和实践的大变化、大进步。当然,需要“动起来”的不只是孩子,家庭、学校、社区乃至全社会都应该行动起来,共同助力孩子动起来、壮

起来,让体育真正为每个孩子的成长加油、赋能,为教育强国、

科技强国和人才强国建设提供坚实的人才支撑。□张国栋

■有感而发

“微课堂”助力保障新就业形态劳动者权益

近日,北京市东城区人社局联合北新桥街道,在簋街试点推出全市首创的“骑心守护微课堂”,将新就业群体权益保障政策宣讲嵌入骑手“早会一刻钟”工作场景,让骑手在早会直接“捞干货、解疑惑、得实果”。(11月28日《工人日报》)

据报道,在本次“骑心守护微课堂”上,人社部门工作人员化身“政策主播”,面向全体参与早会的骑手,重点讲解北京市新就业形态劳动者职业伤害保障(以下简称“新职业伤”)的核心内容。该课堂是东城区人社局“每月一题”场景化创新举措,依托“部门联动+街道搭台+企业协同”模式,将“新职业伤”政策从“纸上”落到从业者“心上”。

“新职业伤”政策是国家为外卖配送员、快递员、网约车司机等灵活就业人员建立的专项保障制度,旨在维护劳动者合法权益、分散平台风险、促进平台经济健康发展。东城区人社局联合

开设的“骑心守护微课堂”,聚焦骑手关心的权益保障问题,通过“政策主播”、面对面讲解等形式,让新就业形态劳动者明白了“新职业伤”政策的意义、权益维护以及操作流程等重点内容。

面对面地法治政策宣讲,不仅生动实用,还让大家学法方便,也能潜移默化增强他们的安全防护意识,同时护航企业健康发展。

“骑心守护微课堂”的好处还在于,以“小切口”破解新就业形态劳动者权益保障“大难题”,用“微课堂”激活民生服务“大效能”,为推动新就业形态劳动者权益保障服务下沉提供了可借鉴的经验。

当前,随着平台经济兴起,新就业形态劳动者数量不断增多。各地相关部门可充分利用资源,创新宣传宣讲形式,为一线劳动者送上实用法律法规知识,着力构建和谐劳动用工关系。

□赵杰昌

■世象漫说



新骗局

近日,山东德州夏津县发生两起以“问路”为幌子的骗局,不法分子专挑老年人下手,借手机打电话之机偷走手机卡。警方借此提醒公众,切勿随意将手机交给陌生人操作。(11月29日 新华网)

□朱慧卿

■长话短说

“捡秋”不能沦为“薅秋”

入秋以来,“捡秋”一词在社交媒体平台走红,相关话题浏览量破亿:有人将桂花装进香包,有人用松果制作风铃,有人把落叶拼贴成“秋日手账”……这些低成本的仪式感,成了人们逃离都市喧嚣、亲近自然的出口。可热潮之下,不和谐的画面频频出现:田地被破坏、树枝被攀折、摆拍留下一地垃圾。(11月28日 中新网)

“捡秋”沦为“薅秋”,危害不容小觑。攀折枝干、敲打树木等不文明行为,会使树木生长受阻、结果能力下降,严重时整株死亡;过度捡拾自然落果,还会剥夺动物越冬食物,打破局部生物链平衡。此外,个别游客以“捡秋”之名采摘农作物,侵害种植户利益,引发冲突,影响乡村和谐。这些行为不仅破坏了生态环境,也损害了社会公共利益,让原本美好的“捡秋”活动变了味。

找回秋天的温柔,让“捡秋”重回和谐共生轨道,需要多方共同努力。划分区域、明确行为边界是关键一步。业内人士建议,依据生态评估,结合区域植被类型、生态脆弱程度及作物权属,应科学设立“可捡区”“限捡区”与“禁捡区”,清晰划分行为边界,让游客明确什么能做、什么不能做。

盘活资源、实现多方共赢是重要途径。内蒙古锡林郭勒盟、呼和浩特市武川县等地,在种植户同意前提下,将秋收遗落的土豆转化为游客寻觅的“宝藏”,文旅部门立指引牌、串联采摘点位、推荐线路、配套体验,把闲置资源转化为特色短期游项目。这种做法既满足了游客“捡秋”需求,又为种植户增加了收入,实现了生态保护与经济发展的良性互动。

“捡秋”本是一场人与秋的浪漫对话,是人们亲近自然、感受美好的温馨活动。我们绝不能让这场充满诗意的对话变成对自然的伤害,更不能让“捡秋”沦为“薅秋”。让我们携手共进,用实际行动守护这份美好,让“捡秋”回归本真,让秋天依然保持那份温柔与宁静,持续书写人与自然和谐共生的动人篇章。□王琦