

崇阳县心理咨询师刘蓓蕾: 用爱点亮“心灯”

本报记者 马丽娅 通讯员 李春 金萌

“生活中,如果能进行早期心理干预,这些悲剧就不会发生。”这是刘蓓蕾常说的一句话。

刘蓓蕾今年45岁,是崇阳一中的一名教师。她热爱本职工作,密切关注着每一个学生的健康成长,多次被评为“先进教育工作者”“学生最喜爱的教师”,还被评为咸宁市十佳师德标兵、市三八红旗手、咸宁刘蓓蕾名班主任工作室主持人。生活中,她还有另外一重身份——崇阳心理咨询协会会长。

学生心中的“刘妈妈”

2004年,全省教育系统的心理咨询工作刚刚起步,崇阳一中率先成立了心理咨询室。可全校仅1名相关专业教师,根本忙不过来。于是,决定公开选派教师到武汉大学学习心理咨询专业知识。

当时,刘蓓蕾在该校已从教四年。得知消息后,她第一时间报了名,只因她认为“这样能帮助很多心理困惑的学生。”随后,通过努力,她顺利毕业,并拿到了国家二级心理咨询师资格证。

回校后,她参与创建了心理咨询室。

每学期教两个班的数学,每天忙得团团转。还得常年向学生和公开自己的手机号码,提供心理咨询。尤其是,每年高一新生入学时得开展心理调适讲座,高考前开展心理辅导讲座。

但她从不后悔自己的抉择,凭借自己的爱和专业,帮助了一批批有心理困惑的学生。

学生佳佳非常想学美术,可因家庭经济受限,家长不同意。有一天,因此事郁闷的她坐在学校阳台上。这一幕吓坏了老师和家长,班主任向刘蓓蕾求助。通过心理咨询,刘蓓蕾发现佳佳遭遇的是“想学自己最感兴趣的美术但又不能学美术”这一困惑。于是,便建议佳佳画一幅画,向学校和家长证明自己的心理健康。

看了佳佳画的画,家长和学校都放心了。在刘老师的帮助下,家长最终同意佳佳学美术。如今,佳佳已在理想的大学读



广告设计专业。“在我情绪最低迷的时候,是刘老师为我点亮了一盏心灯!”佳佳说。

为了让更多像佳佳这样的孩子得到帮助,刘蓓蕾在各级部门支持下,助力建设崇阳县未成年人心理疏导站,对班主任老师以及全县各中小学心理健康教育团队进行常态化培训。并在相关部门的支持下,成立了崇阳心理咨询协会,由她担任会长。

随后,每逢节假日,本该属于自己孩子的专属陪伴,她却带领协会成员,奔走于崇阳各个偏远山村,为农村留守儿童开展心理健康课、心理行为训练等活动,培养孩子们的阳光心态。孩子们见到她,都亲切地喊她“刘妈妈”!

抗疫路上的“心”堡垒

2020年疫情期间,很多人都出现了心理上、身体上、认知上的应急反应。有些人由于过度恐慌、焦虑而出现抑郁、暴躁……严重影响了生活和身体健康。

刘蓓蕾主动致电县新冠肺炎疫情防控指挥部,要求去抗疫一线开展心理援助工

作。最终,崇阳县心理援助工作组火线成立,她被任命为副组长,进驻步行街社区,面向全县父老乡亲开展线上、线下心理援助工作。

尽管不是“白衣天使”,但一直在“治病”救人。只不过,她的“治病”工具是手机,她的抗疫“武器”是语言。

她同县心理援助工作组的“战友”们一起,除每天向各群推送战“疫”心理寄语和县心理援助公众号的心理疏导文章外,还针对群成员提出的心理困惑等进行一一疏导,并24小时为全县范围内有心理咨询需求的人提供服务。

有位家长紧急致电:孩子上网课玩手机,被父亲发现后打骂。目前情绪特别暴躁,准备跳楼。刘蓓蕾立刻同社区干部一起,冒着感染的风险赶到现场。耐心地倾听,徐徐地开解,缓解孩子愤怒的情绪。一个多小时面对面的疏导,孩子的心结被打开,一场危机得以解除。

从武汉返回的刘某被确诊为新冠肺炎患者后,父母、兄妹相继确诊、隔离,就连不到1岁的孩子也未能幸免,一大家子情绪低

落。接到县防指办的指令进行心理干预后,刘蓓蕾想尽办法与他们沟通。在得知刘某急需幼儿棉袄、鞋袜等物资后,她步行2个多小时为他们购买,最终打通“沟通桥梁”。

战“疫”期间,刘蓓蕾参加了咸宁市心理援助热线、共青团咸宁市市委心理援助热线、崇阳县心理咨询师援助热线(24小时)、崇阳一中心理援助热线共4个援助热线的心理援助工作。通过“爱心问候、暖心礼包、热心跑腿、贴心陪伴、知心畅聊”等形式,确保精准对接、精准服务,成了抗疫路上的一座坚强的“心”堡垒。

为上万人点亮“心灯”

兼职心理咨询18年来,刘蓓蕾接待了各类来访一万多例,咨询时间延伸到双休日、节假日,咨询地点由咨询室延伸到崇阳最边远的山区,咨询对象由本校学生延伸到外校学生、往届毕业生、学生家长等……

凭借自己的爱和专业,她帮助了一大批有心理困惑、陷入心理困境的人,将一个又一个心理疾病患者从绝望甚至是死亡的边缘拉了回来。

从2018年起,湖北省启动新高考改革。作为新高考研究小组生涯规划项目负责人,刘蓓蕾专注于生涯规划的学习和实践。2019年,她受邀担任生涯规划国培授课专家,又在今年7月入选首届湖北省高等学校生涯教育指导委员会成员。

在带动学校乃至全县、全市的生涯规划团队行稳致远的同时,她将生涯教育是基于人的生命成长和终身发展的教育理念和融入心理咨询,对学生心理疏导时更能对症下药。

期间,她受邀为河南、青海、江西、武汉等全国各地骨干教师作生涯规划师资培训。今年8月5日,她还作为咸宁刘蓓蕾名班主任工作室优秀主持人,受邀在大连举办的全国名师论坛上作典型交流展示。

她每天忙得脚不沾地,因此错过了很多和家人相处的时光。“经常觉得对不起家人,可转念想到自己用实际行动,避免了很多悲剧发生,心里就十分宽慰!”她说。

教育问答

如何提高孩子运动能力

本报记者 朱亚平

“孩子上小学后才发现,运动能力和协调能力都不是很好。请问在家里应该如何提高孩子的运动能力?”15日,家住咸安的家长王女士咨询。

咸宁市实验二小老师李桥说,锻炼孩子的运动能力对于他们的身体和智力发展都很重要。家长应多在家里培养孩子的运动兴趣,可以引导孩子尝试不同的运动项目,如跑步、游泳、打球等,让孩子找到自己喜欢的运动项目,并且在锻炼中体验到运动的乐趣。

首先,制定适合孩子的锻炼计划。根据孩子的年龄、身体状况和兴趣,制定锻炼计划,如每天进行30分钟的户外活动,每周进行1至2次的体育课程等。

其次,鼓励孩子多走路,如步行上学、步行购物等,让他们的身体得到适当的锻炼。家长可以教孩子一些基本的运动技能,如跑步、跳跃、投掷等,这有助于孩子掌握基本的运动技能,提高他们的运动能力。

同时,针对弱项重点练习。先让孩子掌握基本运动技能,之后逐渐发展学习孩子感兴趣的专项体育运动。如篮球等,家长可以从基础的控球训练到定点投篮,从战术配合,挡拆,下快攻,联防;从体能训练到实战对抗训练,循序渐进。

家长还可以带孩子进行户外活动,如远足、露营、野餐等,这不仅可以锻炼孩子的身体,还能让他们接触到大自然,增强他们的体验感受和探索精神。

最后,提高孩子的运动能力,更要提高孩子大脑的机能,使其正确地发挥功能反应。大脑是否能操纵正常的运动能力,不仅仅反映在孩子是否能跑、跳,也会影响孩子的反应能力和认知能力。

锻炼孩子的运动能力是一个长期的过程,家长应该根据孩子的年龄和身体状况,采取适当的锻炼方式和方法,让孩子在锻炼中获得健康和快乐。

怎样让孩子爱上读写

本报记者 陈希子

随着社会的发展和变化,教育也在不断进步和改变,而读写能力一直是孩子成长过程中尤为重要的一项技能。如何培养孩子的读写能力,是不少家长都关注的问题。

市紫荆花教育集团王老师介绍,阅读对于孩子的读写能力有着至关重要的影响。只有喜欢阅读,孩子才能有充分的动力去学习和掌握阅读技巧。家长可以通过购买适合孩子年龄的书籍,或者带孩子去图书馆借阅,以此激发孩子的阅读兴趣。同时,也可以和孩子共同阅读、讨论,增强孩子的阅读理解能力。

需要注意的是,阅读技巧的训练是孩子提高读写能力的重要环节。家长可以通过引导孩子注意阅读速度、准确率、理解力等方面,提高孩子的阅读水平。同时,还可以帮助孩子进行词汇量的扩充、语法结构的掌握,以及阅读理解能力的提高等方面的训练。

多样化的阅读体验可以帮助孩子更好地理解 and 掌握阅读技巧。家长可以带孩子去参观博物馆、科技馆等场所,让孩子接触更多的知识和信息。同时,也可以和孩子一起看电影、听音乐等,以此来拓宽孩子的知识面和视野。

写作训练是孩子提高读写能力的重要手段。家长可以帮助孩子进行写作训练,如写日记、写作文等。通过不断的写作训练,孩子可以掌握更多的写作技巧,提高读写水平。

语言环境对于孩子的读写能力有着至关重要的影响。家长可以创造一个良好的语言环境,如多和孩子交流、讲述故事、引导孩子用正确的语言表达等等。在这样的环境下,孩子可以更好地掌握语言表达能力,从而提高读写能力。

“读写结合”不仅是学习的过程,也是一个感知和模仿语言的过程,在这个过程中,学生要注意学习和内化、写作中的共鸣和思考。这就要求教师有效地组织适当的教学活动和任务,并为学生提供适当的支持,以便更好地服务于“读写结合”策略,提高学生的写作、语言发展和读写能力。

阳光下成长 艺术中绽放

9月19日,市实验小学报告厅,学生正在进行器乐演奏。

当天,第十一届“香城大舞台”群众性系列文化活动之“阳光下成长 艺术中绽放”2023年咸宁市新时代学校美育展演在该校举行,本次比赛活动通过全市各地各校层层选拔,从报送的115个节目中评选出38个节目,参加舞蹈专场和器乐专场集中展演,展现了我市学校美育事业的丰硕成果,更展现了中小学生学习积极向上的精神风貌。

记者 夏正锋 摄



咸安:全域联动助力清廉工程建设

本报讯 通讯员陈琳、刘洋报道:“汀泗桥镇星星村党支部书记朱某某违规插手工程、违规接受管理服务对象宴请、收受礼品问题,受到党内严重警告处分……”近日,咸安区纪委监委严肃查处一批工程建设领域腐败问题,共发现问题线索33条,处置33条,运用“第一种形态”处理23人,立案9人次,其中党纪政务处分5人,留置2人。

自工程建设领域专项治理工作开展以来,该区聚焦工程建设领域工程项目决策、招标投标等7个方面重点问题,成立领导小组和督查工作专班,对工程建设领域

的信访举报和问题线索进行“滑台式”起底。组织信访、案管等部门对2020年以来工程建设领域有关问题进行起底,共起底有关问题线索、信访件40余条;在“清风咸安”微信公众号和咸安廉政网公布专项整治举报电话和举报方式,畅通信访举报渠道,积极受理群众举报;督查工作专班列出监督清单,深入工程项目建设现场,通过与负责人面对面访谈、查看工作日志、听取汇报等方式,

开展专项监督,了解工程风险防控机制、人员管理等情况;督促区住建局、区交通运输局等12家自查主体对166个工程项目开展自查,全面查找多个环节存在的问

题和隐患。截至目前,共发现问题61个,已督促完成问题整改40个。

此外,该区依托中心组学习、支部主题党日等载体,通过组织观看警示教育片、旁听职务犯罪庭审、参观警示教育基地、学习典型案例通报、举办重点领域关键岗位人员纪律教育短训班等形式,持续开展工程建设领域警示教育。通过向案发单位印发纪检监察建议书、下发工作提示等方式,督促其就发现的问题开展警示教育、建章立制,从制度层面堵塞漏洞。

今年以来,该区已在各类媒体通报曝光典型案例1期,开展警示教育30余次,接受警示教育人数2200余人,印发纪检监察建议书3份,推动部门和单位建立或完善规章制度3个。

况,通过发放工作提示、月底通报数据、开展案件会商等多种方式,督促加快问题线索办理进度,提升工作质效。同时,对办理进度滞后的复杂问题线索,实行委领导专班成员包案领办制,由包案领导靠前指挥、及时调度,研判会诊,一包到底。

该县纪委监委相关负责人表示,将持续做好案件查办“后半篇文章”,通过制发纪检监察建议书、召开警示教育大会、通报典型案例等方式,释放查办一起案件、完善一套制度、规范一个领域的治理效能。



通城:全周期管理提升问题线索处置质效

本报讯 通讯员高欣报道:“你室涉及工程建设领域的问题线索还有5条,其中2条快要到期,办理进度较慢,请务必集中时间、集中精力按要限期办结……”日前,通城县纪委监委举办绩效考评会,对部分问题线索办理滞后的室组进行跟踪督办。

问题线索底数清、情况明,才能核查快、处置准。该县纪委监委以建章立制为引领,坚持“全周期”管理模式,持续强化集中管理、高效分办、重点督办、以案促改等环节,建立健全与公检法、巡察、审计等相关部门协调联动的问题线索移送、会商、反馈工作机制,明确由案件

监督管理室统一归口、翔实登记、集中管理问题线索,并按照先后顺序和缓急程度,定期梳理、动态更新、汇总核对,防止有案不立、压案不查、拖而不办。

依托“室组地”联合作战模式,该县纪委监委将各纪检监察室、各派出机构和乡镇纪委划分为7个办案协作区,每月定期对协作区内问题线索处置情况进行分析研判,并结合各协作区实际工作情况,对问题线索进行整体调配,促进问题线索处置协同高效,形成合力。

此外,该县纪委监委还按照“周调度、月通报、季总结”模式强化线索督办,根据承办部门问题线索办理情

赤土网挂G(2023)21-2号国有建设用地使用权出让结果公告

经赤壁市人民政府批准,赤壁市自然资源局(七)供地方式:招挂;和规划师对赤土网挂G(2023)21-2号国有建设用地使用权公开出让,现将出让结果公告如下:
(一)地块编号:赤壁网挂G(2023)21-2号;
(二)宗地位置:赤壁市中铁奥都新城二期2-2号;
(三)出让面积:384.96㎡(折0.58亩);
(四)容积率:≥1.0;
(五)土地用途:工业用地;
(六)出让年限:工业用地50年;
(七)供地方式:招挂;
(八)起始价:7万元;
(九)成交价:7万元;
(十)公告时间:2023年8月15日至2023年9月18日;
(十一)成交结果时间:2023年9月20日;
(十二)受让人:湖北粤德商产(赤壁)开发有限公司;
赤壁市自然资源局和规划局
2023年9月22日

遗失公告

中国农业银行股份有限公司
温泉支行销内网点因行所撤并等原因,以下3个对公结算账户的开户许可证遗失,无法找回,现声明作废,特此公告!
1、账号:680901040000123
户名:咸宁市咸安区退耕还林工程领导小组办公室
开户行:中国农业银行咸宁市分行商贸分理处
核准号:J5360000157101
中国农业银行股份有限公司
分行三桥分理处
核准号:J5360000099401
2、账号:680901040000370
户名:咸宁职业技术学院后勤服务总公司
开户行:中国农业银行咸宁市分行三桥分理处
核准号:J5360000147401
3、账号:681001040000881
户名:咸宁卫生学校后勤服务公司
开户行:中国农业银行咸宁市分行商贸分理处
核准号:J5360000157101
中国农业银行股份有限公司
温泉支行
2023年9月22日

遗失声明

通山县通羊镇朱家桥完全小学遗失公章一枚,统一社会信用代码:124212243097322850,特声声明作废。
赤壁市市红桥平安协会遗失社会团体法人登记证书正本,统一社会信用代码:51421281M.J0369878,特声声明作废。
湖北省清欢城市服务有限公司遗失公章一枚,统一社会信用代码:91421202MA48PM891F,特声声明作废。