

情绪消费热起来 “完美沟通”须警惕

专家:可向官方免费心理辅导渠道寻求帮助

本报记者 林方婷

情感树洞、叫醒哄睡、连麦唱歌……随着生活节奏的加快和生活压力的增大,情绪消费逐渐成为部分年轻人获取情绪价值的新出口。然而,尝鲜之际更要正视内心。针对令现代人困扰的情绪或心理健康问题,省心理援助协会副秘书长、心理咨询师林凤玲近日发出建议,应根据事件对人的不同影响,差异化选择解决方案,市民如有需要,可向官方免费心理辅导渠道寻求帮助。

网络平台上,各类情绪消费服

务项目可谓琳琅满目,其中包括倾诉、叫醒、陪聊、哄睡、安慰等,价格从一元至上百元不等。部分商家以10元左右的低价吸引消费者“尝鲜”,之后引导他们购买整天、整周的服务,有些整周的陪聊服务最高价达888元。

林凤玲认为,情感树洞等情绪消费服务,在一定程度上满足了部分消费者短时间内的情感需求,起到了短暂的陪伴作用,但也容易让消费者沉溺在商家刻意提供的“完美沟通”里,让存在一定情绪或者

心理障碍的人更难进入真实的人际交往中,这不利于个人的成长和发展。由于服务者往往没有受过专业的心理专业训练,有可能会对倾诉者形成误导。

“好的心理辅导或其他相关情感类服务,最终都是为了让人更好地去爱、去生活,而不是一味沦陷其中。”她建议,首先要正视人的情绪困扰,只要是人人就会有各种各样的情绪乃至心理困扰,要根据事件对人的不同影响,差异化地选择解决方案。

林凤玲分享,平时心理咨询师在做心理工作时,第一强调的是生命安全,评估被咨询者是否有自伤自杀的风险。生活中大多数事情会对人心理或情绪上的影响,但是这种影响往往可以通过很多渠道排解,例如睡一觉或者吃一顿火锅。

最近网络上流行“20分钟公园疗法”来缓解压力,她认为,这正是通过增加和大自然的接触来调节情绪,不失为一种既经济又有用的方式。她建议,人们应尝试和真实

的、现实中的人进行交流,首先可以从身边值得信赖的人开始,如果有情感诉说的需求,又找不到合适的对象,可向心理方面的专业人员寻求帮助。

林凤玲介绍,目前社会和政府部门提供了不少公益渠道,全天候帮助人们处理心理问题,比如青少年可以拨打福建省青少年服务热线12355或福州市未成年人心理健康服务热线0591-85666222,成人可拨打福州市心理援助热线0591-85666221。

匠心“雕琢”美丽人生

——走进福州市第一总医院仓山院区(福州市皮肤病防治院南院)整形外科

本报记者 林文婧 通讯员 肖俊杰



▲福州市第一总医院皮肤科防治院整形美容外科团队。本报记者 石美祥摄



▲福州市第一总医院整形外科中心主任、皮肤科防治院副院长陈阳(左四)查房。本报记者 石美祥摄

人们追求美的脚步永不停歇。现如今,整形美容进入寻常百姓的生活,美丽不再是遥不可及的梦想。记者昨日从福州市第一总医院获悉,该院仓山院区(福州市皮肤病防治院南院)年底将开诊试运行,不仅能看各类内科疾病,更将重点打造皮肤科与整形美容品牌,倡导爱与美丽同行,用匠心为美提供技术保障。

16年前,福州市皮肤病防治院设立整形美容外科,在学科带头人陈阳博士的带领下,现在已

建立起技术力量雄厚的学科团队,科室以瘢痕、皮肤恶性肿瘤为重点,开展瘢痕治疗、皮肤良恶性肿瘤的手术诊疗,已达到省内领先、国内著名水平。

不仅如此,科室在面部年轻化、注射美容、激光美容、形体雕塑、脂肪移植、腋臭微创治疗、甲外科与美容、私密整形美容、毛发医学美容、慢性皮肤溃疡修复等方面的技术水平也处于全省前列。

“我们配置了一系列目前国

际上最先进的医疗美容设备,堪称全省最全,旨在为患者制定个性化治疗方案。”福州市第一总医院整形外科中心主任、皮肤科防治院副院长陈阳博士介绍,整形外科目前拥有一支近20人组成的高层次人才团队。其中,科主任蔡鹏飞博士从著名整形外科专家高建华教授,擅长眼部整形、注射美容、慢性皮肤溃疡修复、腋臭微创治疗,庄国健副主任医师擅长眼鼻及乳房整形、急慢性创面修复,何宇主治医师

擅长皮肤肿瘤、包皮、甲外科手术……

如何让更多人拥有美丽人生?记者获悉,今年底开诊试运行的仓山院区,将依托南方医科大学南方医院的学科助力,进一步打造由皮肤科防治院整形外科牵头,联合福州市第一总医院达道院区整形烧伤与创面修复科、口腔科,儿童院区烧伤整形科,实现资源共享、优势互补、共同发展,最终达到让更多人受益的目的。

为美保驾护航的不仅有精湛

的医术和人才支撑,还有一系列“硬核”装备——仓山院区共设10间手术室,包括6间住院手术室、4间门诊手术室,其中1间为百级层流、数字化手术室,可满足各级整形外科的手术要求,提供远程观看手术全过程,满足术中教学等。同时,仓山院区将重点建设涵盖美容皮肤、美容整形、美容中医于一体的医学美容中心,充分发挥环境、设备、人才等优势,力争打造“省内领先,全国知名”的学科品牌。

港后铁路有限公司抓安全生产有妙招 工人学安全知识可换生活用品

本报讯(记者 李白蕾 通讯员 林滢)“我现在有450积分,刚好可以换洗发水。”“我上次提的建议被采纳了,一次性就奖励了我50积分。”福建省福州港后铁路有限公司的平安港后积分超市“开业”后,这样的讨论声不时从工人中传出。这家企业“学习安全知识换积分兑换生活用品”的做法得到职工欢迎。

这家“积分超市”在市城建工会指导下建成,就在项目工地上。参加工区组织的安全教育和培训,每人获得10分;每日积极参加班前安全教育并录制一分钟班前安全教育视频,每人每次获得10分;对工区安全管理工作提出可行性合理化建议,每条合理化建议获得50分……平安港后积分超市的

墙上,一条条详细的安全积分奖励规定清晰明了。

前不久,杨廷斜井工区施工队长林义因发现一个容易引发火灾的安全隐患,获工区特奖100安全积分。10分可折现1元,兑换商品包括洗发水、沐浴露、洗衣粉、牙膏等。目前已有307人次参与积分兑换。



工人们展示用积分兑换的生活用品。(市城建工会供图)

10部门发文强保障,将给3亿农民工带来哪些新变化?

新华社记者 姜琳

农民工是改革开放催生的新群体,他们在城乡之间流动,用辛勤付出改变了个人和家庭的命运,也成为经济社会发展的重要支撑。

人力资源社会保障部、国家发展改革委等10部门近日联合印发《关于进一步加强农民工服务保障工作的意见》。一项项新部署,将为3亿农民工就业、社保、落户、随迁子女入学、住房保障等方面带来哪些新变化?

多措并举 稳定和扩大农民工就业

据人力资源社会保障部数据,目前全国农民工约有3亿人,其中,外出务工农民工1.9亿人。促进农民工就业增收,意义重大。

意见要求,坚持外出就业和就地就近就业并重,多措并举促进农民工就业,并提出“扩大养老、托育、家政等服务业就业规模”“支持和规范发展新就业形态,培育壮大劳务品牌”“广泛开展区域间劳务协作,扩大有

组织劳务输出规模”等具体举措。

国家发展改革委副主任李春临表示,随着老龄化程度逐年递增,要充分释放出养老、家政、托育、物流等社会服务领域的就业潜力。以家政行业为例,目前我国家政服务业从业人员约3000万人,而实际上市场需求高达5000万人。

劳务协作和劳务品牌是多地促进农民工就业的重要抓手,特别是劳务品牌带动的就业,工资收入比一般务工要高不少。

“下一步将继续推动劳务协作扩规模、提质量,挖掘更多区域间劳务协作潜力。”人力资源社会保障部就业促进司副司长运东来说,同时将利用好政府和市场两种资源,强化各项支持政策,抓好劳务品牌发现培育、发展提升、壮大升级。

当前,“家门口”就业成为越来越多农民工的新选择。意见提出,支持返乡创业,加强技能提升,稳定脱贫人口就业。

专家表示,随着各种职业技能培训的广泛开展以及创业补贴、税费减免等政策支持,将增强农民工就业创业的活力,有效促进增收。

多管齐下 维护农民工劳动保障权益

劳动报酬是劳动者最直接、最核心的权益,是一个家庭生活的基本支撑。

意见强调,完善根治欠薪长效机制,优化运行全国根治欠薪线索反映平台,以工程建设等领域为重点持续开展根治欠薪专项行动,依法查处欠薪违法行为。组建农民工工资争议速裁庭(或速裁团队),落实农民工工资争议“快立、快调、快审、快结”长效机制。

近年来,以外卖员、主播、网约车司机等为代表的平台就业人员的劳动权益问题备受关注。为此,意见提出,落实新就业形态劳动者休息和劳动报酬权益保障指引、劳动规则公示

指引、劳动者权益维护服务指南,推动平台劳动规则公平透明。加强新就业形态劳动纠纷一站式调解。

“相关指引、指南就劳动报酬、强度等方面作出具体规定。随着其落实,将有利于化解部分新就业形态劳动者工作时间过长、规则制定不够公开、收入标准随意变动等问题。”首都经济贸易大学中国新就业形态研究中心主任张成刚说。

在维护社会保险权益方面,意见明确,“推动农民工参加城镇职工社会保险,健全农民工、灵活就业人员、新就业形态人员社保制度,全面取消在就业地参保户籍限制”“全面落实居住证参加城乡居民基本医疗保险政策”“统一农民工和城镇职工失业保险参保缴费办法”“扩大新就业形态人员职业伤害保障试点范围”。

“打破参保的堵点、难点,有利于顺应新型用工关系的需要,也能更好保障广大农民工权益。”张成刚表示。

多点突破 促进农民工均等享有服务

进了城、能留下,一直是许多外出务工人员的心愿。意见明确,推动有意愿的进城农民工在城镇落户。进一步放宽放宽城镇落户限制,实行积分落户政策的城市,要优化积分落户评分标准,以稳定就业、稳定居住为主要依据,降低对学历、职业技能等方面的要求,鼓励取消年度名额限制。

国家发展改革委副主任郑备表示,将实施新一轮农业转移人口市民化行动,聚焦破除1.7亿多进城农民工及其随迁家属市民化过程中的堵点卡点,针对大城市落户难问题,重点加快推动城区常住人口300万以上城市放宽落户条件,全面设立街道社区公共户口,完善租房落户政策。

针对农业转移人口最关心的教育问题,意见提出,加强随迁子女教

育保障。

根据意见,各地接下来需严格落实“两为主、两纳入、以居住证为主要依据”的义务教育随迁子女入学政策,全面清理不必要的证明材料,优化办理流程;优化区域教育资源配置,重点加大人口净流入集中的城市公办学校学位供给力度,巩固并稳步提高农民工随迁子女在公办学校就读比例;推动因地制宜落实符合条件的随迁子女在流入地参加升学考试政策。

此外,意见还鼓励有条件的城市逐步将稳定就业生活的农民工群体纳入城镇住房保障政策范围,加大农业转移人口经济可承受的小户型保障性租赁住房供给,加大力度推动灵活就业人员参加住房公积金制度。

专家表示,一系列举措将让农民工更快更好融入城市生活,成为真正的新市民。(新华社北京11月23日电)