

持续深化拓展“深学争优、敢为争先、实干争效”行动  
国家基本公共卫生服务项目系列报道

“大家按照顺序，每人每次只做一个动作，可以挑选沙具轻轻摆放，也可以动手改造沙盘……”近日，在石狮市心理健康服务中心内，心理治疗师刘庆瑶带领几名青少年学生体验着箱庭游戏。

过程中，孩子们静默无声，用心感知，一点点搭建起属于自己的沙盘世界，并在创作结束后逐一分享自己的想法。有人讲述沙具背后的故事，有人解读摆放时的考量，也有人诉说到同伴动作时的感受……

这个设立在乡镇的市级心理健康服务中心，正以生动、贴近的方式，逐渐消融大众对心理服务的“距离感”。

## 1 八年经验，深厚积淀 吸引市级平台落地

今年，石狮市卫生健康局积极响应国家卫健委“精神卫生服务年”号召，推动全市构建“市—镇—村”三级心理健康服务网络，让专业服务走进基层、贴近群众。

7月，由锦尚镇卫生院承接建设的市级心理健康服务中心顺利完成改造并投入使用。作为市级枢纽平台，中心着力打造“科普预防—筛查评估—轻症干预—门诊治疗—转介转诊—康复随访”的全链条服务，为群众提供系统、专业的心理支持。

一个乡镇卫生院，何以承担起市级枢纽的重任？这背后，是锦尚镇卫生院在精神和心理卫生服务领域长达八年的扎实积累。

2017年，锦尚镇卫生院与泉州市第三医院合作设立心理卫生服务点，自此，石狮市有了精神卫生专业的门诊服务。八年来，上级专家定期坐诊，病患分级规范管理，多项惠民举措相继落地，包括精神疾病患者零费用门诊治疗、精神分裂症患者免费长效针剂注射等，区域精神卫生诊疗水平持续提升，如今，年门诊量已稳步突破5000人次。深厚的基层服务积淀，正契合当前心理健康服务“向下扎根”的迫切需求。

随着市级心理健康服务中心的设立，锦尚镇卫生院在精神和心理卫生服务领域迎来重要转型，实现从“单一精神门诊”向“全链条心理健康服务”的发展跨越。

“过去，我们的服务重心主要集中于重性精神障碍患者的治疗与康复，如今，正将关注点向前延伸，主动关怀和服务那些尚未发展为严重心理疾病，但正在面临常见心理困扰的人群，比如，工作压力巨大，面临职业倦怠与焦虑的职场人；因教育理念、学业问题或青春期碰撞而亲子关系紧张的家庭；受情感问题、人际关系或自我成长困扰的年轻人。”院长黄斌斌介绍，未来，中心将把心理治疗打造为预防心理问题恶化的前端“缓冲器”，促进精神疾病患者康复的坚实“后盾”，从而构建起一个贯穿预防、干预、康复的全周期心理健康守护体系。

## 孝亲敬老需“三心” 用真情与智慧诠释传统美德

在老龄化社会不断深化的今天，如何让老年人安享晚年成为社会关注的焦点。近日，记者走访发现，不少市民以“真心、耐心、巧心”践行孝亲敬老，用细致入微的关怀破解代际沟通难题，让传统美德在现代生活中焕发生机。

### 真心相伴 精神慰藉胜千金

“对老人而言，能被倾听、被理解，往往比物质给予更加珍贵。”市民张先生这样分享他的孝亲心得。自从发现父亲对象棋和书画展情有独钟，他不再只是定期汇款，而是每周抽出时间，陪父亲下一盘棋、逛一次展，甚至一起订阅报刊，边读边聊。“看到他谈起历史事件时眼中闪烁的光芒，我才真正明白什么是‘老有所乐’。”张先生感慨道。

而在另一个家庭，李女士与婆婆共同生活三十余载，从未发生过争执。她的秘诀是：“让老人感到被需要”。调饺子馅时，她总会请教婆婆的独门配方；缝补衣物时，也主动让婆婆帮忙。“您的手艺外面买都买不到”，一

句真诚的夸赞，常让婆婆笑得合不拢嘴。每天清晨，李女士还会挽着婆婆的手臂，一起在小区里做养生操。“她不是需要被照顾的‘老人’，而是我们生活中的‘伙伴’。”李女士说。

这类温暖的故事，正在许多家庭中悄然发生。某基层社工站的工作人员表示，如今大部分老人物质生活已基本无忧，他们更渴望的是情感上的陪伴与共鸣。“陪他们聊天、参与他们的爱好，正成为新的尽孝方式。”

### 耐心守护 慢下来读懂“老小孩”

照顾失能老人，不仅需要体力，更考验子女的耐心与智慧。市民王先生的父母因脑萎缩变得情绪敏感，甚至抗拒日常护理。起初他倍感挫折，直到尝试将护理过程“游戏化”——为父母翻身时说“咱们来做健身操”，喂药时比喻成“一起闯关成功”，用轻松、鼓励的语气与他们互动。“他们以前教我们走路时不厌其烦，如今轮到他们陪我们‘慢下来’。”王先生语气温柔却坚定。

市民刘女士则用另一种方式守护

## 锦尚镇卫生院： 乡镇崛起“大中心” “兜”住百姓“心头事”



## 2 特色服务，温情破冰 打破双重认知偏差

当前，心理亚健康人群逐渐扩大，而大众对心理健康仍存在认知偏差，导致许多“情绪警报”被忽视，直至问题加剧。

“一方面是去疾病化，比如，职场人将‘持续失眠、焦虑烦躁’归因于‘工作太忙’，家长把孩子‘不爱说话、情绪低落’归因于‘性格问题’；另一方面是病耻感，即便察觉心理异常，也硬扛着不去寻求帮助，担心被贴上特殊标签。”刘庆瑶分析指出，需像身体体检一样，主动把心理体检送到群众身边，逐步扭转大众认知。

基于这一现实需求，由石狮市心理健康服务中心策划开展的特色团体辅导活动正陆续走进全市各单位。在锦尚派



出所工会，活动以绘画形式进行，平日里严谨克制的民警们，在心理治疗师吴昀的引导下逐渐放松，拿起画笔自由勾勒心中的树。

“我们直接谈论心理问题，而是通过游戏、绘画这类媒介，观察参与者的表现。”黄斌斌指出，这种方式能够让参与者放下戒备，自然而然地袒露内心的真实状态。

她介绍，当前，中心正积极深化与市总工会等单位的联动，计划通过团体辅导、量表测评等方式，面向全市儿童、青少年、妇女、老年人及职业人群等开展心理健康筛查，让更多隐蔽的心理问题得以及时发现。

“我们不直接谈论心理问题，而是通过游戏、绘画这类媒介，观察参与者的表现。”黄斌斌指出，这种方式能够让参与者放下戒备，自然而然地袒露内心的真实状态。

“每次我说‘妈，这活儿没您真不行’，她眼里就有光。”陈女士说，“让他们感到被需要，才是最好的孝顺。”

（记者 刘晓娟）

### ★记者手记 “三心”合一，让孝道有温度

从陪伴倾听的“真心”，到不急不躁的“耐心”，再到灵活应变的“巧心”，孝亲敬老的本质是对生命的敬畏与理解。在快节奏的现代生活中，这些充满智慧的实践启示我们：孝道不仅是伦理责任，更是需要用心经营的情感艺术。当“三心”融入日常，传统美德便有了穿越时代的生命力，让每个家庭在代际温情中收获幸福。

（记者 刘晓娟）

## 石狮市老年大学举办2025年秋季学期开学式



本报讯 近日，石狮市老年大学在市老干部活动中心举行2025年秋季学期开学式暨庆祝第41个教师节大会。会上，石狮市老年大学副校长姚金土介绍新学期教学计划。今年，我市老年大学新增围棋、非洲鼓等适老课程，深化南音非遗教学，创新“课堂+基地+社区”三维教学模式，加强校地联动与资源整合，扩大优质课程社区覆盖面，并通过教学成果展、文化艺术节等活动展示银龄学员风采。

执行校长庄铭录回顾2025年春季学期工作。他指出，上学期，全市老年教育在校学员达22272人，入学率33.5%，超额完成目标，AI应用等新课程广受欢迎。本学期，学校将持续推进“互联网+老年教育”融合，强化师资建设与规范化管理，全面提升办学质量。

会上，14名新聘兼职教师获颁聘书，为师资队伍注入新活力。校长黄章煌强调，学校坚守公益属性和敬老初心，致力打造“学习超市”，建设高素质教师队伍，用心服务每位学员，推动老年教育事业高质量发展，为学习型社会建设贡献力量。

（记者 刘晓娟）



## 3 枢纽作用，贯通上下 开展全域心理服务

“心理问题好比身体里的脓包，刚露头时就要及时消炎引流，否则会在深层留下隐患。”刘庆瑶道出主动筛查的意义，通过早发现、早干预，可以避免问题恶化。

走进石狮市心理健康服务中心，心理门诊、心理测评室、心理治疗室、家庭治疗室、团体治疗室、箱庭治疗室、催眠治疗室、物理治疗室等功能区域一应俱全。中心为群众提供心理评估与筛查、心理咨询与治疗、心理危机干预、心理康复等全方位服务。

刘庆瑶介绍，评估筛查环节主要借助量表数据与临床观察，全面评估来访者的人格、认知、情绪及行为，精准定位问题；咨询治疗环节则灵活运用认知行为、精神分析、心理动力学、箱庭、催眠、家庭、团体等多种疗法，实施个性化干预。此外在康复阶段，则侧重帮助重性精神障碍患者识别症状、规范服药、恢复社会功能，助力回归正常生活。

作为市级枢纽，中心着力打通“上下联动”通道，构建分层有序的诊疗闭环。向上，深化与泉州市第三医院的合作，引进泉州市心理咨询中心专家定期坐诊，同步建立“轻症在中心干预、复杂病例转上级医院、康复期回基层跟进”的双向转诊机制，为复杂病例提供专业支撑；向下，承接全市基层医疗机构心理门诊、心理咨询室转介的个案，以全链条衔接保障服务的连续性和有效性。

人才培养同样是枢纽的核心功能。“目前，我们已组建全市心理健康服务专家库，成员包括基层医疗机构的心理治疗师、咨询师。”黄斌斌指出，中心依托泉州市心理咨询中心专家团队，对本地人才开展系统督导，通过业务培训、技术指导助力成长。

“许多求助者因工作压力产生焦虑，通常表现出失眠、头痛等躯体症状，专家引导我们把治疗的思路打开，从‘生物—心理—社会’模式分析问题根源，追求身心皆健，而不是就症状论症状。”

开展本地心理健康人才队伍专项督导，（记者 黄翠林 郭雅霞）

## 银龄先锋思政大讲堂开讲 老干部学习中华优秀传统文化

本报讯 近日，由中共石狮市离退休干部党校主办的每月“银龄先锋思政大讲堂”在市老干部活动中心礼堂举行。本次大讲堂特邀中共泉州市委党校公共管理法学教研室副主任贾孟奇博士，以《传承弘扬中华优秀传统文化》为题，为石狮市100多名老党员老干部带来一场法治文化专题分享。

讲座中，贾孟奇从三个方面系统阐述中华优秀传统文化的当代价值与现实意义。她指出，传承弘扬传统法律文化不仅有助于建立中国自主的法理学学科体系，更能提升全面依法治国的实践效能。

针对如何实现中华优秀传统文化的创造性转化和创新性发展，贾孟奇提出三条路径：通过深入阐释赋予其新时代内涵；挖掘传统价值并融入当代法治建设；创新理念为世界法治文明提供中国智慧和中国方案。她强调，这些传统法律智慧对当前法治中国建设具有重要的借鉴意义。

整场讲座兼具理论深度与实践指导意义，老同志们认真聆听、积极思考。大家纷纷表示，此次学习不仅加深对中华优秀传统文化的理解，更增强文化自信和法治意识。

石狮市离退休干部党校相关负责人表示，将继续办好“银龄先锋思政大讲堂”系列活动，为老干部搭建老有所学、老有所为的重要平台，充分发挥他们的政治优势、经验优势和智慧优势，为石狮高质量打造全域共富先行示范区贡献银龄智慧与力量。

## 泉州市第十二届老健会钓鱼交流活动落幕 石狮选手斩获首金

本报讯 9月17日，泉州市第十二届老年人体育健身大会钓鱼交流活动在晋江市罗山下埔社区渔人谷钓场圆满收官。来自泉州各县、市、区的老年钓鱼爱好者同场竞技，石狮市代表队凭借出色发挥，一举摘得钓鱼项目首枚金牌。

本次活动由泉州市人民政府主办、晋江市老年人体育协会承办，吸引了众多老年钓鱼高手参赛。比赛现场气氛热烈，选手们各展身手，在波光粼粼的钓场展开激烈角逐。

石狮市老体协选派的林坚雄、王明福、刘荣华、郑展望四位选手表现尤为亮眼。比赛过程中，他们沉着冷静，凭借多年积累的丰富经验，敏锐捕捉鱼情变化。面对不同的鱼情，他们迅速调整饵料配方，精准调配味型和状态；在钓位选择上，综合考虑水流、风向等因素，挑选最佳垂钓点位；抛竿时节奏稳定，提竿时机把握精准，展现出极高的专业水准。

面对其他队伍的强劲挑战，四位老将始终保持良好心态，在长达两天的赛程中稳扎稳打。他们默契配合，灵活运用战术，将技巧与智慧完美结合。最终，凭借优异表现脱颖而出，成功斩获钓鱼比赛首金，为石狮市赢得荣誉。

此次夺冠不仅展现石狮老年钓鱼爱好者的高超技艺，也为石狮老年体育事业发展增添新的荣誉。获奖选手表示，希望通过此次成绩，吸引更多老年人参与钓鱼运动，享受体育健身带来的乐趣。

（记者 刘晓娟 通讯员 陈培农）