

讲红十字好故事 传人道正能量  
“红十字感动人物”爱心事迹展播

## 点亮心灯 温暖人心

——记湖州红十字心理健康志愿服务队

父子相拥,泪如雨下。10余年横亘父子心间的冰山开始消融,纠缠交织的积怨悄然化解。三天的坚持,换来了长兴太湖司法所的一幕。

史金芳如释重负,在微信朋友圈里敲下几行字:做有意义的事比赚钱更重要,处理关系比处理事情更重要……

史金芳,湖州红十字心理健康志愿服务队队长。三年多来,他和团队成员一直努力在做一件事:为有需要的人点一盏心灯,让无力者有力,助悲观者前行。从最初的10余人到今天的123位注册志愿者,医生、护士、老师、警察、企业员工、职业心理咨询师……在这个团队里找到了归属,三年志愿服务10922.2小时。

### 缘起

很多年前,史金芳还是一个热爱写诗的准外科医生。有一天,他隔壁班那位以写散文见长的女生,下颌部得了肿瘤。为赶上毕业考试,她勇敢地接受了姑息手术后,匆匆返校。毕业前的一个晚上,女孩喝得酩酊大醉,一个人在舞池里不停地旋转。望着她孤独的身影,身边的同学竟找不到一句安慰的话。语塞而引起的心塞,扎得史金芳心疼。手术刀也有限度,抚平内心的创伤需另觅良方。从那天起,史金芳在心里为自己点亮了一盏“灯”,从此“恋”上心理学。

与心理学这场“恋爱”,耗尽了史金芳的财力和青春。他把工资和业余时间,通通花在奔波学习的路上。1995年他跑到中科院读了一个心理学研究班,之后又自考北大心理学的专科、本科,北京每年他得跑个六七次,一住就是十天半个月。办

过全国性的心理学网站沟通网,与湖州电信、团市委等合作开过心理咨询热线……慢慢地他开始有机会在国家级的学会论坛上“发声”,身边聚集了一帮热爱心理学的同路人。

2014年1月,早年在心理热线接线主持的人自发聚在一起吃了顿团圆饭。席间大家畅谈年轻时的梦想,希望能重开一条心理热线,一起为有需要的人提供纯公益的帮助。“心理援助,做才是最真的!”中科院导师多年前的一句话,那个晚上再一次击中大家的心。深受鼓舞的史金芳连夜赶写心理咨询热线的组建方案。

当时,湖州市红十字会已组建了以湖州市第三人民医院专业心理医生为核心的中国红十字心理救援队。2008年汶川地震、2013年雅安地震、2015年丽水里东山体滑坡都曾到一线参与心理救助。“红会援助主张平实结合,‘灾’时我们有国家心理救援队,‘平’时需另建一支志愿队为市民提供心理健康服务,‘灾’时再转为救援队的后备力量。”这个计划,在湖州市红十字会秘书长郭建根心里已盘算许久。当史金芳的方案送达红会时,双方一拍即合。

2014年5月8日,湖州红十字心理健康热线和湖州红十字心理健康在线网站应运而生,并由此衍生一支团队——湖州红十字心理健康志愿服务队。

### 挑战

“人们常说,哀莫大于心死。当你帮助一心向死之人重新燃起生的希望时,就会懂得什么叫‘欲罢不能’。”俞文奇,中石化湖州分公司的

一名普通员工。因为对心理学感兴趣,报考了国家心理咨询师。拿到证书后,她希望做点有意义的事。恰逢湖州红十字心理健康志愿服务队招募队员,幸运地成为了首批入队的志愿者。

当一名志愿服务队队员,没有俞文奇想象中轻松。国家心理咨询师证只是一块敲门砖。报名后首先得听完8小时的红十字会服务课程,按规定做完20小时义务心理志愿服务,获得志愿队队员注册资格。经过一轮上岗培训并通过考核,才能拿起电话接听心理热线。晚上6点至10点,一接四小时。每周一次内训,提升实战能力。如果想要成为对外团辅授课的讲师、个辅的心理督导,则需要接受更加严格的培训和考核。

姚师师,一名新晋的志愿者。上个月她接到指令,求助人情绪波动剧烈有轻生行为,急需心理危机干预。“上午10点多接到任务,11点半前要赶到。”还在桐乡执行任务的姚师师二话没说,顶着40多度高温往回赶,中饭也没顾上吃。一周后再次上门回访,求助人精神状态明显好转。“接受挑战也是成长。”入队一年来,姚师师总觉有一只隐形的大手拉着自己向前奔跑。

这股强大的力量,来自湖州红十字心理健康志愿队的超强阵容。123名在册队员中,精神科执业医师2名、心理治疗师3名、二级心理咨询师78名、三级心理咨询师45名;志愿队在各县区设有分队,覆盖全市。三年来,心理危机热线援助已开展1000余例,心理健康在线网站总浏览量达2.7万余人次。

在湖州市红十字会的引领下,志愿队的管理严谨得近乎刻板。总队设有管理部门,确立了规范业务



志愿队开展关爱癌症病人团体心理辅导活动。

培养体系和规章制度。队员们的志愿服务时间至今仍采用最原始的人工核对法;志愿服务队马甲一直严守当天申领当天收回的规定。志愿队按队员服务时间,发放少量的津贴。“很多时候补助还不够来回奔波的路费,进入这个团队的人关心的不是这个。”1990年出生的缪倩芸,2014年12月加入服务队。目前,个人已累计志愿服务979.5小时,平均每天服务时间超1小时。对她和队友而言,志愿服务更像一枚看不见的徽章挂在每个人的胸前。这枚徽章里,记录了自己的成长、助人的愉悦,还有归属于一个团队所带来的向上力和幸福感。

### 接续

湖州市红十字心理健康志愿队有一个微信群,在线的志愿者24小时交流不间断。上门求助的各类社会志愿服务项目,队里组织的专家讲座、拓展训练、分享交流会,由队长梳理后,在群里一个个抛出来,分散在全市的队友们根据实际情况、地缘优势,自愿接龙报名,报满为止。接龙者临时有困难,会在群里转接给下一位接任者。

三年来,通过自愿接续的方式,队员们一起啃下了一块又一块硬骨头,做着一件又一件有意义的事。连续3年参与全省心理救援队培训班的教学工作,为全省各地红十字救援队一线队员提供心理疏导和心理督导服务。

2014年7月,志愿队与浙江省监狱系统签署“监地心理咨询合作”项目,为在湖监狱系统在押人员开展心理危机干预和团体辅导活动,引起国内外心理学同行关注。同年,以“服务G20心理辅导行”为主题,联合市司法局走进社区,探索社区矫正工作。今年,又承担了吴兴区司法局13个司法所400余名社区矫正人员的教育学习、社区公益服务、家庭走访和困难帮扶等工作,仅此项目活动全年志愿服务就将突破5000小时。G20峰会决战阶段,世界互联网大会安保阶段,队员们还为一线公安民警持续开展10余天心理疏导。去年,志愿队还承担市民政局组织实施的“守护童贞——关爱外来务工人员子女预防性侵犯项目”。凭借出色的工作,志愿队还赢得了湖州市第三届慈善奖。

青少年是志愿者们组队以来的关注焦点。三年来,队员们带着青春

期健康讲座、青春期心理辅导、考前学生心理疏导等特色课程和服务,走进学校、走进社区,广受师生和家长的好评。湖州市福利院的儿童、吴兴区的自闭症家庭、南浔区的失独家庭、安吉县的癌症患者,都曾是志愿队服务的对象。

接续,靠的是团队的力量。2017年5月,队长史金芳去杭州领取省红十字奉献服务先进个人奖。荣誉是大家的,干活更要靠大家。回来后,大家商量着给队里定了一个小目标:到12月31日,注册队员力争达到200人。

年近古稀的郑胜圣,闲不住正式入队了。退休后,他是湖州二中的专职心理教师,业界颇有口碑。上个月,通过考核的他聘为督导,跟着年轻队员四处奔波。

不久前,俞文奇带着上大学的女儿,来队里当起了小助手。队友们笑着说,志愿队也有了二代。“志愿服务,还真少不了我们下一代。”小姑娘的回答满满初生牛犊般的锐气。

亮一支蜡烛,只照亮一个房间;合力点上一盏心灯,才会温暖一方人心。“人道、博爱、奉献”的红十字精神,需要代代相传。

朱晔 忻媛

## 百姓故事

### 大妈突然倒地不省人事

### 红十字救护员及时相救

“谢谢你们及时相救,我妈妈恢复得很好,昨天已经出院了。”日前,杭州市江干区四季青街道运新社区,一位年轻人握着社工任斯佳的手,不停地道谢。

原来,前不久,运新社区老年大学课堂内发生了惊险的一幕。安静的授课现场突然发出“嘣当”一声,63岁的孙大妈倒在地上,脸色苍白失去知觉。

危急时刻,作为红十字现场救护员的社工任斯佳马上来到孙大妈身边开展现场评估:“喂喂喂,你怎么了?你还好吗?”

轻拍、重喊、呼叫,伤者都没有一点反应,多次参加现场救护培训的任斯佳脑海中闪过了一个最不愿意看到的情况:心脏骤停!

任斯佳再次观察了伤者的呼吸心跳,发现她呼吸已停止,主动脉搏动也不能被触及。“马上开始心肺复苏!”她很快开始布置现场施救措施:评估急救现场环境安全,指定围观群众拨打120,清理伤者口腔积血,开放伤者呼吸道、开展胸外按压和人工呼吸……

胸外按压30次、人工呼吸2次,胸外按压30次、人工呼吸2次……这样的心肺复苏操作反复循环。任斯佳尽管汗流浹背,但出于对生命的尊重和作为红十字现场救护员的责任,身材娇小的她始终不放弃丝毫救人的机会,执着地坚持着。

15分钟后,急救车到达,任斯佳和急救人员一起把患者搬至车上送到最近的邵逸夫医院急救。

由于处置及时,孙大妈脱离了生命危险,在医院进行后续治疗后,日前出院了。

据悉,2017年杭州市江干区政府将“普及急救培训”纳入区政府“为民办实事工程”,目前全区社工、楼道长、物业等重点人群均经过培训取得红十字现场救护员证书。

王晨辉

## 浙江首例涉外造血干细胞捐献省内采集日前完成 余杭发型师邱世杰奏响跨越国界的生命之歌

“这样的忙我一定会帮。”8月7日早晨,省中医院22病区造血干细胞采集室内,几支百合花生机盎然,奋力绽放。一旁,我省青年邱世杰正将新生的希望带往大洋彼岸。

上午8时20分,随着血细胞分离机缓缓启动,我省涉外捐献省内采集第1例、造血干细胞捐献第361例,在省中医院造血干细胞采集中心正式开始。

### 新生,百万分之一的机缘

邱世杰,杭州市余杭区良渚街道一名普通发型师。去年7月,他与姐姐在一次无偿献血活动中留下了10毫升血样,从此成为省造血干细胞捐献者资料库中的一员。

今年5月,邱世杰得知他的造血干细胞血样与一名21岁的美籍华裔血液病患者初配成功。

“非血缘关系之间造血干细胞的配型成功率,只有万分之一到百万分之一。”病床上的邱世杰说,一年前在造血干细胞宣传页上看到的这组数据,一直牢记于心,“这样的忙我一定会帮。”

6月初,好消息从大洋彼岸传来,“血样与患者高分辨配型成功。”7月,红十字会专业人员将邱世杰27个试管血样寄至美国。经过中美两国造血干细胞捐献者资料库的统一认定,这场生命接力拉开序幕。

### 传递,72小时的生命接力

72小时,是造血干细胞运输的时间限制。为使接力顺利进行,在邱世杰和美国籍患者之间,凝聚着医护人员、红十字会工作人员和家



人的共同努力。

“跨国造血干细胞捐献采集的质量、数量要求都较高,造血干细胞提取时间也更长。”省红十字会造血干细胞捐献者资料库管理中心主任季云松介绍,“过去涉外捐献的采集只能在北京、深圳进行,邱世杰的捐献,实现了我省承担涉外造血干细胞捐献省内采集零的突破。”

从配型成功、采集血样,到造血干细胞分离,省中医院血液科的医护人员一路陪同着邱世杰。“因两国捐献参数要求不同,我们安排了24小时陪护,监测他的身体状况,还制订了应急预案。”省中医院血液科主任沈建平说,省中医院承担着省内95%造血干细胞的采集量,邱世杰的跨国捐献,也让省中医院成为浙江省涉外造血干细胞采集定点医院。

8月7日下午,美国骨髓库的工作人员由洛杉矶飞抵上海,再赶往杭州。

“一切顺利,72小时内,邱世杰

的造血干细胞将会抵达美国。”季云松说。

### 捐献,三分之一的付出

在邱世杰的病床边,摆放着两束花。一束来自家人,一束来自即将与他一样奉献爱心的我省造血干细胞第363位捐献者汤文峰。他7日早上赶到医院探望这位未曾谋面的“捐友”。“我希望给他鼓励,也给自己鼓励。”

“造血干细胞捐献不会对人体造成伤害。”沈建平介绍,造血干细胞外周血占的量很少,只有骨髓血的1%。捐献造血干细胞与捐献血小板的过程类似,需要打“动员剂”将骨髓里的干细胞释放到外周血里,再通过血细胞分离机将干细胞分离出来。

季云松说,每次捐献只需要200毫升的造血干细胞混悬液,造血干细胞含量为10克。“这只相当于成年人体内造血干细胞含量的三分之一。”

陈宁 于伟

## 关于征集人道公益项目的公告

为激发社会力量参与红十字人道公益事业的积极性,立足需求,精准帮扶,增强工作实效性,努力为困难群众和全社会办更多的好事、实事,本着“问需于民、问计于民”的原则,现面向社会公开征集人道救助需求项目。

### 一、总体要求

项目应当以公益为目的,符合社会和群众需求,符合红十字会宗旨,弘扬“人道、博爱、奉献”精神,致力于保护人的生命和健康,维护人的尊严,具有良好的社会效益。

### 二、项目范围

1. 设计的项目包括但不限于以下内容: 灾民救助、应急救援、扶危助困、关爱生命、急救救护、造血干细胞捐献、人体器官捐献、志愿服务、养老服务、困境儿童关爱、留守儿童关爱、失能失智老人关爱等。

2. 项目实施区域以浙江省为主。已有政府相关政策覆盖的项目、其他慈善公益组织已有较大影响力的项目以及某一个体的救助不在征集范围。

### 三、具体要求

1. 要求项目具有针对性和可操作性,内容或形式较为独到,有新意、有特色,或服务的群体有所不同,能体现“人无我有、人有我新”“雪中送炭”等理念,力求符合群众的期盼,温暖最需要

帮助的人群。

2. 需提供项目名称、项目背景、项目内容、经费预算等材料(填写附表)。文字言简意赅、条理清晰,最好有数据,理由充分,有说服力。字数一般在800字以内,如有图片更好。

### 四、奖励与应用

1. 征集活动结束后将对所有应征项目进行评审,评出有关奖项。其中设一等奖1名,奖励1000元;二等奖3名,各奖励500元;三等奖5名,各奖励300元;优秀奖若干名,各奖励200元。

2. 征集项目经进一步梳理、整合、完善后,纳入红十字公益项目库,以适当形式向社会爱心企业和爱心人士推荐。根据资金筹措情况,组织开展后续实施。

3. 项目的推介、实施等活动将邀请相关投稿人、设计者共同参与或进行监督。

### 五、投稿方式

1. 登录“浙江省红十字会”官方网站(<http://www.zjredcross.org.cn/>),进入菜单栏“资料下载”,下载人道公益项目征集表。

2. 投稿邮箱:zjredcross@126.com,邮件主题注明“有奖征集”字样。

3. 征集时间:即日起至9月15日止(以电子邮箱系统时间为准)。

咨询电话:  
0571-86469000  
86977760