

心理解压催动他们“原力觉醒”

长宁区探索将吸毒人员纳入社会心理服务体系建设



□法治报记者 陈颖婷

“最难戒的不是毒品，而是心瘾。”有着十年吸毒史的老郑感慨道。心瘾的戒除与否决定着吸毒人员是否会重蹈覆辙，与毒魔打好“心理战”也是禁毒工作中的重要课题。

长宁区作为全国首批 12 个社会心理服务体系建设的国家联系点之一，把吸毒人员服务管理纳入社会心理服务体系中，推动了精准化心防工程建设。

昨天，长宁区举行“6.26”国际禁毒日主题宣传活动暨社会心理服务体系“知心客”网络服务平台上线开通仪式，使得社会心理服务体系的建设步入互联网+的新阶段。

创新

从“瘾君子”到“铲屎官”

喝杯咖啡、“撸个猫”是时下许多年轻人最为喜欢的休闲方式，在长宁区社会心理服务中心也有这样一处“撸猫圣地”。16只肥嘟嘟的可爱猫咪让人爱不释手，也让许多戒毒人员在心情焦躁时，获得了平静与舒适。

而负责照顾这些猫咪的“铲屎官”赵阿姨也曾迷失毒海，在吸毒—戒断—复吸这个怪圈里浮沉三十年，散尽了家财，蹉跎了大好年华。不曾想，她的生活轨迹因一只无意间闯入她生命的流浪猫而发生了大变化，并将她拉离了毒海。

那是一个雨后的傍晚，又一次戒断归来的赵阿姨在小区里偶遇一只被雨淋湿的流浪猫。许是秋雨太寒，小猫不住地瑟瑟发抖，当赵阿姨经过时，小猫咪叫了一声，这一声引起了赵阿姨的注意，也因此起了恻隐之心。几次的戒断复吸，让赵阿姨身边的亲友都逐渐疏远了她，她觉得自己的处境跟这只小猫有几分相似，于是，赵阿姨就把小猫带回了家照顾起来。

因为有了小猫的陪伴，赵阿姨的生活充实了起来，让她有了牵挂。她定期给小猫洗澡，给小猫准备可口食物，心里难过的时候，跟小猫述说自己的心事，渐渐地，她的心结渐渐打开，犯“心瘾”的时间也越来越少，最终她彻底远离了毒品，回归到了正常的生活。而在这个过程中，赵阿姨收养的流浪猫也越来越多……

因为有了猫咪的陪伴，让赵阿姨的心有了寄托。然而，随着赵阿姨收养的流浪猫咪越来越多，她渐渐感到力不从心。如何能够让这些猫咪有更好的生存环境？如何保证这些猫咪有充足的口粮？这些都成

了赵阿姨的心事。

上海梦晓心理辅导支持中心和长宁区社会心理服务协会在做项目调研时知道了这个情况，就想到了做一个“心动园”项目，这样既解决了赵阿姨的实际问题，让一部分流浪猫能够有一个新的居所，又能够让让这些可爱的猫咪成为“伴侣动物”心理疗法的主角。根据剑桥大学、纽约州立大学以及精神科临床个案研究等多方报告，小动物对自闭症儿童和药物成瘾人员有帮助治疗的作用。为此，“心动园”沿用心理学界二十世纪七十年代建立的“伴侣动物”心理疗法，将流浪动物救助和心理支持理论相结合，尝试探讨、建立社会心理援助项目新的工作亮点。

而这一特别的心理治疗室也吸引了许多市民，其中就包括心瘾难耐的戒毒人员，每当心情烦躁时，他们就会来“心动园”和小猫们玩耍一番，说说心里话。

长宁区在 2017 年社会心理服务体系建设国家联系点建设中，构建了社会化组织体系，注册成立了区社会心理服务协会和区心理服务中心，重点培育了虹桥、北新泾街道和临空园区 3 个示范点，并在试点基础上，制定出台了《长宁区社会心理服务体系建设规划》。长宁区整合 30 余家社会心理服务机构，并以政府购买服务方式，委托 7 家优秀心理服务机构为区、街镇、居民区心理服务工作开展提供全面的专业支撑，实现社会的事社会做。



曾经的吸毒人员转变为爱心“铲屎官”
梦晓团队供图



关 爱

禁毒妈妈用爱感化失足的孩子

“孩子，那是因为我是你的母亲，所以我会给你全部的爱；孩子，那是因为我是你的母亲，所以我会陪伴你到永远。”这是长宁区禁毒妈妈工作室的禁毒妈妈们与她们结对帮教的儿子们和声诗朗诵《母亲颂》，台上一句句深情的呼唤，既是朗诵的心声，也是所有禁毒妈妈们的心声。

去年，朱明明（化名）第二次走出了戒毒所，一路陪伴他的是禁毒妈妈郭秀珍。但为了朱明明下一步找什么工作，这对“母子”有了分歧。厨师出身的朱明明想开个饮食店，但郭妈妈认为开饮食店人来人往，人员太复杂，担心朱明明再次交友不慎。两年前，郭妈妈与

朱明明结对帮教，两人建立了深厚的感情。对于自己的“二进宫”，他感觉最对不起的就是郭妈妈，看到郭妈妈难过的样子，他暗暗下决心再也不让妈妈失望了。

尽管对朱明明的复吸，郭妈妈感到意外又伤心，但并没有放弃朱明明。因为吸毒史，朱明明的就业“四处碰壁”，但郭妈妈依旧不离不弃，陪着他就业登记，应聘面试，直至他找到新的工作。

在长宁区还有 36 位像郭妈妈这样的“禁毒妈妈”义工，不拿任何报酬，用母亲的“初心”关怀着迷途的人。据了解，禁毒妈妈工作室成立于 2011 年 7 月，她的前身是一个 2005 年自发建立的妇女

“草根”组织“禁毒妈妈义工服务队”，妈妈们一路走来始终坚定初心，以“守护家庭，构建和谐社区”为宗旨，帮助了一个又一个迷途的人。“禁毒妈妈”也从原来的8人增加到了如今的37人。

据悉，随着“知心客”平台上线开通，长宁区已经率先建立社会心理服务体系。该平台可全面接入管理员、心理咨询师和来访者三大角色，实现心理健康宣传普及、心理测评、自助服务、预约登记、咨询服务、危机管理等功能。目前，长宁区对于重点高危人群和特殊人群，都已在传统帮教队伍基础上叠加心理服务专业团队，在传统的人防物防技防上叠加“心防”。

吸毒带给戒毒人员很多“后遗症”，其中因为毒品心瘾而引发的睡眠、情绪问题最为突出。陆先生就是此种病症的受害者。“自从染上毒瘾后，我的睡眠就很成问题，连续睡眠时间不超过 2 小时。”陆先生告诉记者，他一直有严重的偏头痛，1998 年过年期间，他的头痛病又犯了。恰逢家中止痛药吃完了，过年期间药店也关门了，于是他在朋友唆使下，尝试用海洛因镇痛。在连续 4、5 次的吸食以后，他就上了瘾，从此陷入毒海不可自拔。

在这 20 年的吸毒史中，陆先生也记不得因为吸毒、戒毒而“几进宫”了。去年，在社区社工的宣传下，首次接触到“原力觉醒”项目，在社工和家人的鼓励下，抱着试试看的态度参与了诊所为项目设置的“心理测评”。测评结束后，在专业解读老师的解说下，让他感受到了项目的科学性和准确性；根据项目设计，诊所医师为陆先生设计了个性化的心理治疗和物理治疗（经颅磁刺激治疗和舒缓放松治疗），而每当感觉心里不舒服，要犯“心瘾”时，陆先生也会立即联系心理医师，及时进行心理疏导。由于专业的心理治疗，让陆先生在多次复吸的边缘“悬崖勒马”。

经过一个疗程的干预以后，一直困扰他的睡眠问题和精神状态得到了明显改善，关键在对毒品的“心瘾”问题上自己感觉明显减轻，这对他参与正常工作和生活带来了极大

的自信心。

据了解,“原力觉醒”项目,是上海维仕达精神科诊所受长宁区禁毒办委托,针对社区戒毒康复对象普遍存在的成瘾和情绪、睡眠问题开展的医学心理干预项目。参与对象从一开始的将信将疑到积极主动参与再到主动推荐身边的朋友,无论是对毒品心瘾还是睡眠、情绪问题,“原力觉醒”项目带给他们与以前任何干预都不一样心理感受。

据悉，长宁区联合精防医生、心理服务专家和志愿者团队，组织戒毒康复人员心理健康排查评估，为社区戒毒社区康复人员及其家庭成员提供24小时全天候安全专业的心理减压疏导，对心理高危对象提供专家团队一对一心理个案服务，并对不愿意接受精神障碍评估的12名疑似精神障碍患者戒毒康复人员，以项目化形式，提供以经颅磁刺激治疗为主的，由医生、禁毒社工、禁毒妈妈“三对一”的综合干预服务，较好解决了此类对象精防医生见不到、禁毒社工帮不了的问题，有效减轻高危人员对社会的现实危害，增强了戒毒康复效果，社区戒毒执行率、社区康复执行率达到100%。

今年，在长宁区委政法委、长宁区禁毒办的大力支持下，“原力觉醒”项目第二期如期开展，陆先生已早早报名、积极参加，并推荐身边的朋友一起来参与“原力觉醒”项目。



禁毒妈妈与服务对象一起宣传禁毒

长宁区禁毒办供图