## 上海援鄂心理医疗队第九组走进方舱医院 迎来首位访客

二版责任编辑 章炜

E-mail:fzbfzsy@126.com

# "说出来好多了,有你们真好!"

□法治报记者 陈颖婷 法治报通讯员 顾俊杰

"当距离因瘟疫变遥远的时候 无数面庞都被白色遮挡 当人们用眼神彼此拥抱的时候 你们敞开心扉接纳疲惫、伤痛和恐惧 抱持每个相遇者的每种情绪……"

这是作家王萌萌致敬在抗疫一线的上海援鄂心理医疗队医护人员的诗歌。当新冠肺炎肆虐中华大地时,无数白衣天使迎难而上,向危而行。病患和一线医护人员所承受了巨大的痛苦与压力,这时逆行者中出现了这样一群"白衣天使",他们倾听、接纳,无条件地抱持,给承受苦难、担当重任者以慰藉与希望。日前,上海第九批援鄂心理医疗队第九组第一次进入了汉江开发区方舱医院,开始了对患者和前线医护人员的"心理疗伤"。



在汉江开发区方舱医院的上海援鄂心理医疗队



#### 进仓前的忐忑

长宁援鄂心理医疗队对接的是一家刚建一周的方舱医院,许多工作还在陆续安排推进当中,对于心理医疗队的援助,该方舱医院的院长表示非常欢迎,因为他们确实在过去一周遇到了一些棘手的医护人员及患者发生的情绪问题,这影响到了正常的医务工作和患者出入院工作的顺利开展。但同时该院长又有些许担心,一来医院刚建不久,很多事务性的工作各部门还在慢慢磨合当中,新的团队进入,势必在管理上需要再进行调整。二来方舱医院的环境相对定点医院要差一些,如何保障心理援助工作的顺利开展,也是他颇为担心的一部分。

考虑到方舱医院的现实情况,长宁接鄂心理 医疗队的组长和队员们,在与院长沟通后,及时修 改了原定的工作方案,在不影响医院正常运作的 前提下,利用方舱医院的现有资源和目前已经初 步形成的工作模式来融人心理援助的内容,并逐 渐与医院和患者磨合。

方舱医院的患者、医务人员、驻舱社工有一个微信群,平时医务社工会在群里发布一些事务性的通知,医务人员也会转载一些科普或有益身心的链接,而患者也会通过该微信群表达一些生活上的需求和感受。这是大家现有环境下最常用的联系方式之一。在了解到这个信息后,长宁援鄂心理医疗队队员也加入了该群,并以温和的两封电子信件,向患者及医务人员介绍了自己,并且告诉大家我们团队能为大家做的事情。可大半大流程后,没有任何人回应他们释出的善意。大

早晨起床后,长宁援鄂心理医疗队队员打开手机看到方舱医院的微信群里炸开了锅。原来,昨夜碰上武汉下大雨,方舱医院漏水了。医务工作人员都在忙着讨论如何安置漏水区域的患者床位,也在联系抢修队伍,而患者也在表达自己的顾虑和担心,甚至有些抱怨。在此过程中,双方平行地各自表达自己的关注点和感受,没有注意到对方。长宁援鄂心理医疗队杨道良队长在看到这个情况后,急忙在群里表达了问候和关心,并再次将两封信件发送到了群里,终于得到了回应。

#### 梦想"咨询室"大改造

由于方舱医院的条件有限,医务人员的办公点和休息点分别位于舱外不同的区域,如果在办公点设置咨询室,条件更好,可是离患者和医务人员比较远,如果在休息室设置咨询室,那么就只有一个大会议室和一间废弃的房间这两个空间可以利用,会议室是医务人员吃饭休息和临时开会的地点,显然也不太合适,考虑到休息点确实离患者和医务人员更近一些,为了方便后续工作的推进,经过长宁援鄂心理医疗队队员的讨论一致决定:改造这个废弃房间!

队员们将不用的物品搬离房间,并将整个房间进行了彻头彻尾的打扫清洁。干净整洁的房间可以使用了,但明显不够温馨,甚至有些冷冰冰。可是由于物资条件有限,现成合适的物品很难筹措到,布置就成了大家最大的困扰。

当大家都陷入思考时,眼前原本要给患者或 医务人员进行活动的彩纸,突然成为了灵感的来 源。经过大家的集思广益,将彩纸做成了大小不一的千纸鹤,并借来酒店的线团,将它们一一串 起挂在天花板上,队员们又在彩色纸上打下了空 心字,用剪刀、水果刀将其剪刻下来,再拼装贴 在墙面上变成一个个醒目的文字标题,为了凸显 墙面装饰的层次感,队员们需要用大小不一的纸 张来进行剪裁,但彩纸都是 B5 大小的,队员们 又想到了将一张张小的纸拼接起来,再剪图案花 纹,最后再利用剪裁下来的边角料,做了装饰墙 面的小配件。

就这样,经过大家一天的努力,原本破旧脏乱不堪的房间,成了你来我往都会驻足停留观看的一道亮丽风景线。当即将完工时,前去会议室吃饭休息的医务人员主动夸赞心理医疗队有效率,并将照片拍到患者的微信群里。引起了其它患者和医务人员的热议,纷纷打听起了关于咨询室和关于心理医疗队的一切。

"我们未曾与患者和大部分医务人员见面,也未直接进入他们的工作生活状态,但我们却好像早已认识,从信件往来再到这看得见摸得着的用心。"

。 长宁援鄂心理医疗队在行动!



#### 首次进舱受到欢迎

2月27日上午,上海第九批援 鄂心理医疗队第九组第一次进入了 汉江开发区方舱医院,开始了与患 者和医护人员真正面对面的接触和 交流。

一进舱,队员们逐一走访了舱内 的 200 多名患者,并留下了工作微 信,也再次表达了心理医疗队可以为 他们所做的事情,希望有心理辅导需 求的患者能够私信他们。

刚开始,由于患者习惯地认为是要他们加微信群,明显好感度不高。但后来,队员们向其解释是私信时,很多患者都掏出了自己的手机,扫码添加。面对这样的场景,队员们表示并不出乎意料。因为队员们前期的接触和调研中发现,微信群聊的互动,的确有利于患者之间及医患之间信息的传播,但个人情绪情感方面的需求则更容易被忽略。

当天很多患者加了心理医疗队的 工作微信,并提到队员们写给他们的 信,见到真人后,都显得非常踊跃。 走访过程中,队员们也发现患者和医 护人员的心理需求都非常大,当队员 们释出更多善意,表达更多润物细无 声的关心时,他们很多内心的真实想 们多聊多谈。其中,有不少患者提出,下次来时,能不能到他们床位来。还有的患者说:"来得太晚啦,我们都快出院了,还不知道能不能再碰到你们。"队员们表示,心理医疗队一直都会在,包括出院以后,有问题也可以通过微信联系。

法就慢慢地展现出来, 也愿意跟队员

虽然这次心理医疗队和患者及医护人员是第一次见面,但是通过前期写信、加群参与聊天的方式等,慢慢已经进入到他们的方舱生活当中,对患者和医护人员来说也是大大增加了更多的安全感和稳定感,真正意义上大家见了面,也显得没那么生疏,患者和医护人员对心理医疗队的到来也不会很诧异,甚至还有些期待,和队员们的交谈也比较亲切和自如。

同时,在此次走访过程中,队员们也发现有大约十名患者存在明显的心理异常。由于首次进舱的时间关系,无法与这些患者做深入的交谈,队员们将这些有更进一步需要的患者信息逐一记录,并加以备注,待出舱后,尽快通过微信文字私信、语音或电话等方式做回访,并提供更深入的

### "咨询室"迎来首位来访者

中午出舱后,队员们顾不得吃上午餐,就在刚建成的"咨询室"迎来 了第一位来访。

来谈心的是一位资深的护士长,由于带了一群刚从县级医院调过来的没有什么经验的年轻护士,她需要不停地解决年轻护士遇到的各种问题,还要安抚她们的情绪,而自己又无法

在同事面前完全表达自己的 劳累、辛苦,因为在她看来,她是前辈又是榜样,如果连她也无法胜任,那这群年轻的护士更是六神无主。所以,已经连续 20 多天没有休息的护士长,在"咨询室"内再也无法忍住这些故作坚强而被压抑的情绪,直接表达了自己的焦虑和紧张。

在队员们看来,但凡这位护士长还能坚持,也不会匆忙地在自己进舱前,赶来"咨询室"等队员们出舱。这位护士长所承受的压力之大可以想象。通过一段时间的谈心,护士长倾诉了这段



时间以来自己在心里所遭遇到的所有心酸和苦楚,有同事对其严格要求的冲突和不理解,也有家人对她屡次爽约不回家的埋怨,。

"我感觉跟你们聊聊天,说出来好多了,心里憋了好久,现在感觉气儿终于顺了!你们还没吃饭吧,赶紧吃饭,我先进舱了,下次再跟你们聊!谢你们啊!有你们真好!"护士长抹了抹眼角的泪花,边笑边往外走……