

# 提升心理防线筑牢抗疫屏障

## ——怀化公安心理疏导赋能民警抗疫纪实

法制周报·新湖南见习记者 周玉意  
通讯员 武勇 罗明娟

7 天时间、6 场直播、16.5 万人次在线观看……在怀化本轮疫情阻击战中，怀化市公安局以视频直播方式创新开展“战疫心助力”系列心理辅导讲座，受到一线抗疫民辅警、志愿者及群众的热烈欢迎，为打赢这场疫情阻击战、攻坚战、歼灭战送上一场心理“及时雨”。

3 月 18 日，自怀化主城区疫情发生以来，广大公安民辅警奔赴一线，连续奋战，身心承受巨大压力。为加强全市公安民辅警心理防护，确保队伍稳定，怀化市公安局第一时间开通疫情期心理援助热线、邀请国内知名心理专家，采用“线上+线下”“团辅+个案”的模式，帮助一线民辅警调适心理状态、激发队伍战斗力，实现公安民、辅警心理服务工作新突破。

### 聚焦“疫”线 为战“疫”注入“心力量”

3 月 28 日下午 4 点，湖南省脑科医院抑郁症诊疗中心主任刘光亚的《穿“心甲”上战场——提高心理韧性应对抗疫压力》视频讲座正式开讲。刘光亚结合公安民辅警战“疫”实际，还原工作、生活现场，从“如何自我关照”“使用小技巧提升



在抗疫一线执勤的民警在收看心理讲座直播课。

心理韧性”等方面进行了深入浅出、生动形象的解说。

“这样的讲座既是‘及时雨’，也是‘融合口’，不仅缓解了压力，增加了信心与力量，而且老师教授的小方法小技巧紧贴实际，操作性强，正是一线所需。”直播结束后，观看的民警纷纷留言。

3 月 19 日，怀化市公安局开通疫情期间心理援助热线，为奋战在“疫”线的民、辅警及家属们提供心理支持与危机干预等服务。同时，对处于隔离场所的特殊岗位民辅警、完成阶段性疫情防控任务的一线民警开展心理团辅，做到“线

上+线下”“团辅+个案”齐头并进。

### 及时疏导 为战“疫”披上“心铠甲”

3 月 26 日，该市一基层看守所民警通过热线电话诉说，因疫情原因，他连续 20 多天隔离在工作的地方，面对家中老小的困难无法施以援手，面对周围同事长期隔离产生的负面情绪无从安抚，自身的抑郁焦虑情绪不知如何宣泄。接线员帮其梳理压力之下的多种情绪反应，助其看到自身资源，教授调节小技巧，及时赋能。

整个疫情防控期间，该局民警心理服务中心 4 名核心团队成员轮流值守，通过心理热线、微信视频等方式，帮助有需要的民辅警缓解紧张、焦虑、抑郁、内疚等情绪，为战“疫”披上“心铠甲”，帮助他们更好地投身到疫情防控工作中去。

“以前的我总是想着照顾好父母照顾好妻儿，服务好群众，从未想过也要好好照顾自己。自己是自己身心健康的第一责任人。在忙碌的工作中用 5 分钟进行放松冥想，给值班的自己准备些健康的水果酸奶等都是照顾好自己的一步。”在参加完《我的身心我做主》的团辅活动后，来自某基层派出所民警说出了自己的感受。

### 着眼未来 打造“大思政+心理服务”模式

“这波疫情期间的心理服务工作，在内容和模式上都有突破，为我们今后的工作积累了经验。心理服务工作要做到因地制宜、因人制宜、因时制宜，不仅惠及全警，更要兼顾重点人群。”该局心理服务中心负责人吴颖介绍，该局正着眼未来，探索“大思政+心理服务”模式，无论在“战时”还是“平时”，民辅警在遇到心理压力过大、情绪无法调适等问题时，均可寻求心理支持、情绪疏导、危机干预等服务。

同时，该局积极探索将心理服务与党建活动融合，通过开展《忆初心、话当下、谋未来》《重走长征路、我心永远向党》等主题党日活动，借助心理雕塑、绘图绘画、场景再现、红色音乐等方式，通过“身边优秀典型”故事分享与心理分析，运用心理引导、结构化讨论等心理辅导技术，带领民警重温入党初心，坚定理想信念，强化使命担当，激发民警干事创业的热情。

据悉，该局制定《怀化市公安局民警心理危机干预制度》，依托 3 级心理服务网络，每年开展 1 次心理普查，建立起一套以“事前预防”为主，程序统一、科学规范的心理危机干预机制。

# 溆浦两男子凌晨电鱼被抓

法制周报·新湖南讯(见习记者周玉意 通讯员 伍希博 申瑞瑾)4 月 13 日凌晨 2 时许，溆浦县森林公安局和县农业农村局联合执法队在夜间巡河过程中，抓获两名非法捕电鱼者，现场查获电鱼设备 1 套，鲫鱼、马口鱼等渔获物 1666 尾、8.35 公斤。目前，两人均已被依法采取刑事强制措施，案件正在进一步侦办中。

### ■文苑

### □卓杨好捷

法，是一种不偏不倚的硬约束。正如韩非所言：“法分明，则贤不得夺不肖，强不得侵弱，众不得暴寡。”从古至今，中国依然遵守着依法治国、以理治国的原则。到如今，可以说，没有宪法，社会不足以明是非，更不足以谈公义，不足以分清浊。

作为一名小学生，我身边很多小伙伴觉得法律离我们很遥远，觉

据悉，溆浦县森林公安局全力推进“昆仑 2022”和“生态三湘”200 天专项行动，以“防范、打击、宣传”三位一体为抓手，把“长江十年禁渔”工作落到实处，坚决维护水生生物多样性安全，营造岸绿水清鱼肥的生态美景。今年，该局已立破非法捕捞水产品案 12 起，抓获犯罪嫌疑人 22 人。



两名嫌疑人及捕鱼工具。 警方供图

# 宪法就在你我身边

得那是大人们要考虑的事。其实法律就在我们身边，甚至已经融入到我们现在生活中的点点滴滴。从小的方面说，我们放学走人行横道，绿灯行、红灯停，汽车礼让行人。电动车要走非机动车道，我姥爷每次骑电动车接我放学，都要给我备一个安全头盔等等，这些都是知法、守法、用行动践行法律的一些生活小事。从大的方面说，我的城市倡导“厚德星沙、好人之城”，从整个城市

的角度号召所有人遵纪守法、讲道德、讲礼貌，友爱他人，帮助他人。我们小学生更要当仁不让，要成为宣传者、践行者，当好城市的小主人。

宪法，在每个人心中都有着崇高的地位。每当有国歌声在耳畔响起，每当看到有国旗矗立在我眼前，我都不禁肃穆、敬少先队礼……这些宪法所要求的，已经深深地刻在我们的骨子里。

(作者系湘龙小学五年级学生)

分类信息	政法大报刊 省级新闻媒体 权威发布 值班电话(微信)13755167811 QQ544751602	●长沙北太教育咨询有限公司遗失国 税税务登记证正本,税号 430105779 025112 声明作废 ●长沙国泰金属材料有限公司原公章 遗失,声明作废 ●长沙市雨花区菲格曼家具厂遗失 基本户开户许可证,核准号 J551000 8666201 声明作废 ●湖南华彬制鞋师事务所不慎遗失中 信银行人民路支行开户许可证,核准 号 J5510002513502 特此声明作 废 ●湖南鲲鹏通信有限公司遗失企业法 人营业执照正本、副本(2-1),注册 号 430100000151086 声明作废 ●长沙市芙蓉区嘉诚水暖洁具批发部 遗失营业执照正本,注册号 430102600 062631 声明作废	●长沙市芙蓉区瓷美建材经营部遗 失营业执照正本,注册号 4301026 00204150 声明作废 ●长沙市开福区雅青美容美发设计屋 遗失营业执照副本,注册号 430105600 037263(2-1) 声明作废 ●长沙市中心区茶彩茶叶经营部遗 失营业执照正本,注册号 430103600164 313;另遗失食品流通许可证,编号: Sp4301031250025129 特此声明以上 证件作废 ●长沙百发机电设备有限公司遗失国 税税务登记证正本、税号 68502763-5 声明作废	●长沙松凯机电设备有限公司遗失营 业执照正本,注册号 43010200043830; 遗失国税税务登记证正本、税号 430102670785986;遗失组织机构代 码证正本,代码 67078598-6 声明 作废 ●长沙中村建材有限公司遗失营业执 照正本壹本、副本贰本,注册号: 430105000056901,430105000056901 (2-1)JS、(2-2)JS 声明作废 ●长沙中村建材有限公司遗失税号为 湘国税:430105565947250 的税务登 记证正本、副本,声明作废 ●长沙中村建材有限公司遗失银行开 户许可证,核准号:J5510013810501 声明作废	●仁伯门诊部遗失个体工商户营业 执照副本壹本,注册号:4301936000 21564 声明作废 ●长沙和德机电贸易有限公司遗失组 织机构代码证正本,代码 78538894-8 声明作废 ●长沙和德机电贸易有限公司遗失 营业执照副本,注册号 43010200000 8368(2-2) 声明作废 ●长沙市开福区天安招待所遗失营业 执照正本,注册号 430105600048719 声明作废 ●湖南坝源煤炭有限公司遗失营业 执照副本(2-2),注册号 430124000 024165;另遗失组织机构代码证 正本,代码 55303550-2。特此声 明作废。	●申世武遗失湖南人文科技学院全国 普通本科毕业生就业报到证,编号 1121055301926 声明作废 遗失声明 长沙品源实业有限公司遗失营业执 照副本(2-1),注册号 430103000024494; 另遗失国税税务登记证副本,税号 430103722544237。声明作废 注销公告 经长沙景达医疗器械有限公司股东 会议决定注销,请各债权人自本公 告登报之日起 45 日内向本公司清 算组申报债权。 地址:长沙市开福区留芳岭巷 7 号
------	--	--	---	--	--	---