

十堰市中医医院精神卫生专家风采展

陈红：医者仁术 守护心理健康



陈红,国家二级心理咨询师、十堰市中医医院心理咨询中心、心理危机干预中心主任,茅箭区社会心理咨询专家协会会长,中国管理科学研究院职业教育研究所学术研究员。主要从事心理学教学、心理咨询工作,讲授社会心理学、应用心理学、医学心理学等理论课程,开展心理学知识科普。

■特约记者 张晓晓

求学路——行远自迩,笃行不怠

陈红生于竹溪,长于竹山,因为是长女,自小就承担起家中责任。初中毕业,父母建议让陈红读书学医,一是可以照顾家中老小,二是医疗行业工作稳定。

上世纪90年代初,当时中专生含金量高,且享有“包分配”、“铁饭碗”待遇,陈红初中毕业以优异成绩考上卫校,成为一名医学生。

毕业后,陈红没有选择“包分配”留在家乡拿“铁饭碗”,而是背起书包,乘车入川,继续求学。初到四川,陈红先

是在乐山市工作,后进入成都中医药大学深造。一次学术活动中,一位中国台湾教授向陈红讲解了心理学。

“通过与人沟通交流,能够获得他人认可”,这是陈红对心理学的初步认识,听起来很有意思的一门学问,让她产生了浓厚的兴趣,决定转向研究应用心理学。

当时心理学教育没有全面铺开,心理学属于冷门专业,陈红一边自学,一边打听专业院校,后进入四川大学再度深造,并考取应用心理学硕士研究生。

援灾区——心之所向,身之所往

2008年5月12日,四川汶川发生8级地震,灾情牵动着全国人民的心。就职于成都华西医院的陈红作为第一批抗震救灾志愿者,第一时间奔赴汶川灾区一线,开展心理危机干预。

灾难事件中,受灾人群及救灾人员在心理上均会产生一定影响,此经历易形成个人创伤经验,导致出现创伤应激障碍,开展心理危机干预目的是通过正确引导,让被干预者把经历、事件、感受等讲出来,将情感宣泄出来,淡化

灾难带来的恐惧、焦虑、自责等消极情绪,帮助被干预者尽快恢复正常生活和身心健康。初到灾区的陈红被灾场景所震撼,害怕、担心、恐慌等情绪随之笼罩,但作为心理专业工作者,陈红迅速调整状态走到灾民中,以专业角度引导,倾听诉说,排解忧虑,增强灾民及救灾人员应对灾后重建的积极性和自信心。灾情过后,陈红与同事因抗震救灾表现突出,受到了褒奖,获得了荣誉。

定决心——行而不辍,以梦为马

2009年8月,陈红通过人才引进至十堰市中医医院,负责组建精神卫生中心心理咨询中心。从大城市回到四线城市,陈红没有受心理落差的影响,而是下定决心,要为家乡开拓心理学领域的信心,要把科室做成区域龙头。

十堰地处山区,早年心理学教育较为落后,如何得到大众认可,陈红在前期开展了大量公益活动,做了很多工作。没有人脉,她带领科室医护人员进社区,开讲座,做服务,挨家挨户上门讲解,普及心理学的重要性;没有场地,她与其他科室共用门诊,为患者开展一对一心理咨询服务;没有师资,她发挥资源邀请心理专家上门培训,教

学查房。短短三年,市中医医院心理咨询中心在全市心理卫生领域崭露头角,逐步得到上级部门及社会各界认可与支持。

2017年,陈红牵头成立茅箭区社会心理咨询专家协会,并以会长身份协助茅箭区7个街道、40余个社区建立社会心理服务站。在她的带领下,协会参与开展区域个案咨询、团体辅导、科普讲座等心理服务1万余人次,依托青少年行为矫正基地、未成年人犯罪矫护基地,团市委青少年心理服务站开展团体心理辅导及个体危机干预2万余次。陈红在行业中声名鹊起,有口皆碑,心理咨询中心社会效益显著提升。

抗疫情——怀瑾握瑜,心若芷萱

2020年初,新冠肺炎疫情暴发,职业敏感让陈红意识到心理干预对抗击疫情的重要性。大年初一,十堰市心理援助热线服务紧急启动,陈红作为心理干预志愿服务队队长,组织医院22名心理咨询师加入队伍,牵头在全市招募90余名心理志愿者上岗,提供24小时心理援助,她带领团队通过电话咨询、线上培训、远程授课等方式,积极疏导居家人群情绪,传播心理健康知识。

疫情关键时期,陈红前往市内各隔离点,为密接及隔离人群进行心理评估、心理干预;为学生开展线上讲座、团体辅导;为一线医护人员建立心理健康档案,一对一进行心理测查评估;协助开通社会心理服务疫情防控心理健康平台,先自查再干预,提高心理援助效率。

疫情后期,陈红带领94名心理

志愿者为全市新冠患者建立心理健康档案,从基础生活、医疗保障及社会支持等各方面做出全面评估,制订干预方案。她多次慷慨解囊,为贫困家庭给予经济及物质上的帮助。

2020年底,陈红远赴新疆博乐86团开展为期一周的心理健康关爱行动,为援疆干部、当地学生及公安干警等1万余人提供有效心理干预服务及心理援助。

如今,在陈红的带领下,十堰市中医医院心理咨询中心已发展成为十堰市心理卫生服务中心、心理咨询中心、心理危机干预中心、未成年人心理辅导中心和青少年心理热线服务站等多阵地、多形式的区域心理行业领军代表。心理援助及危机干预工作任重道远,陈红也将用她的一腔热情,始终奋斗在心理援助最前线。

关于“广东路东风总医院片区、凯旋大道沿线控制性详细规划部分地块用地性质及指标调整”项目的批前公示

十自批前公示(2021)第168号

根据建设项目规划公示的有关规定,现拟对“广东路东风总医院片区、凯旋大道沿线控制性详细规划部分地块用地性质及指标调整”项目进行批前公示。公示期内若未收到实质性反馈意见,市自然资源和规划局将依据程序批准。

一、基本情况

十堰市东风高级中学位于广东路田沟巷,现已征地约120亩,现有教学班60个,在校生3600余人。随着新高考改革的推进,学生选课走班制度的实施,现有的教学用房已不能保证正常的教学开展。2021年4月,十堰市东风高级中学向我局申请扩征学校北侧约60亩土地,作为高三部建设用地,并结合东汽一中道路(规划)预留发展备用地约64.2亩。2021年5月,选址事宜经市自然资源和规划委员会第13次全体会议审定,原则同意。现对该项目扩建涉及的广东路东风总医院片区、凯旋大道沿线控制性详细规划部分用地

进行调整。

二、调整内容

将原控规部分工业用地、居住用地和防护绿地调整为中小学用地,调整后地块容积率、建筑密度、绿地率、建筑限高、建筑后退等控制指标严格按照《十堰市国土空间规划技术规范(试行)》执行。控规指标调整见下表:

调整后控规指标一览表										
地块编号	用地代码	用地性质	用地面积(ha)	建筑面积(m ²)	容积率	建筑密度(%)	建筑限高(m)	绿地率(%)	配建停车位(辆)	备注
03-01	080403	中小学用地	16.084	144756	0.9	30	24	30	434	中学
03-02	1402	防护绿地	1.449	—	—	—	—	80	—	—
05-18	080403	中小学用地	1.044	8352	0.8	35	20	30	25	小学
05-19	080404	幼儿园用地	0.564	3384	0.6	30	15	30	7	幼儿园
05-21	070102	二类城镇住宅用地	3.057	76425	2.5	25	50	30	764	—
05-30	100102	二类工业用地	1.545	15450	1.0	50	24	15	30	—
05-31	100102	二类工业用地	0.399	3990	1.0	50	24	15	7	—
05-32	1402	防护绿地	1.580	—	—	—	—	80	—	—
调整后控规指标一览表										
03-01	080403	中小学用地	8.0	—	—	—	—	—	—	中学(现状)
03-02	080403	中小学用地	3.97	35730	0.9	30	24	30	107	中学(近期)
03-03	080403	中小学用地	4.28	38520	0.9	30	24	30	115	中学(远期)
03-04	1401	公园绿地	6.75	—	—	—	—	—	—	—

三、规划依据

- 1、《中华人民共和国城乡规划法》;
- 2、《国土空间调查、规划、用途管制用地用海分类指南(试行)》;
- 3、《十堰市国土空间规划技术规范(试行)》(2020年);
- 4、《广东路东风总医院片区控制性详细规划》;
- 5、《凯旋大道沿线控制性详细规划》;
- 6、政府会议纪要文件及相关部门意见。

四、公示地点

- 1、固定现场:十堰市自然资源和规划局办公楼一楼大厅批前公示栏;
- 2、项目现场:项目涉及地段;
- 3、新闻媒体:《十堰晚报》;
- 4、十堰市自然资源和规划局网站:<http://gtzy.shiyan.gov.cn/>

五、公示时间

自《十堰晚报》登报之日起15日内。

六、联系方式

传真号码:0719—8102838
联系方式:0719—8642972
0719—12336

联系人:李成双

电子邮箱:sy12336@163.com

地址:十堰市自然资源和规划局建设用地规划科(十堰市北京北路87号)

邮编:442000

附件:(详见项目现场张贴或十堰市自然资源和规划局网站)

十堰市自然资源和规划局

2021年11月17日