大理州第二人民医院开展健康科普宣传教育

一、走进科技 你我同行

由云南省科学技术厅、中共云南省委宣传部、云南省科学技术协会、大理白族自治州人民政府共同主办的“2022年云南省科技活动周”启动式在大理市举行，标志着为期一周的科技活动周拉开帷幕。2022年5月21日大理州第二人民医院参加了本次展示活动，本次展示、和义诊活动围绕儿童成长、睡眠知识普及、心理健康等主题展开，历时一天的活动，采用沙盘游戏、绘画治疗、心愿树等主题交流等多种方式，共接待了近两百余参展人员。“心理健康知识科普及心理健康活动宣传”展台首次亮相，参观者络绎不绝，成为展会上的亮点之一。在长达7小时的布展时长里，我们共计接待了278人参观。在场心理咨询师分别对80余名儿童和20余名成人开展了房树人绘画测验并现场解读，为35名儿童及其家庭开展了沙盘治疗体验。

二、提高儿童青少年心理健康核心知识知晓率，心理健康知识进校园

（一）为营造心理健康从娃娃抓起的社会环境，我院积极响应团州委号召，开展心理健康校园行科普活动，将心理健康知识带到12县（市）、40余所学校，面向20000余名师生开展心理健康讲座，提供500余人次的个体心理服务，本着自愿原则为多名师生进行心理体检，让学校师生在心理知识科普活动中重新认识自己。

（二）坚持以爱为首，对洱源县约3000余名留守儿童开展了“阳光心理、筑梦未来”主题活动。帮助留守儿童正确认识其所面临的困境，并教授简单的应对方式，呼吁更多的人关注留守儿童的心理健康问题。

三、健全机关和企事业单位心理服务网络，心理健康科普进企业

2022年上半年，心理健康知识已走进9个机关和企事业单位，为1000名职工举办职场人际关系、情绪调节等方面公益讲座，科普情绪管理、压力管理等自我心理调适的方法，学会识别抑郁、焦虑等常见心理问题，通过给职工心理测评、心理咨询促进职工心理健康水平。

四、积极开展心理健康居民素养调查

为贯彻落实《健康大理行动(2020-2030)》相关要求，了解和掌握我州居民心理健康素养情况，全面评估我州居民心理健康水平，根据《云南省居民心理健康促进行动主要指标调查方案》要求，在大理州12个抽样点，采用多阶段分层随机抽样方法，对18岁-65岁的常住人口进行抽样调查。所得数据将作为下一步社会心理服务工作的基线数据，为制定社会心理服务计划提供依据。

（五）健全心理健康科普宣传网络

医院设有心理健康科普基地，通过报纸、电视台、互联网、抖音、微信公众号等平台，广泛宣传心理健康意识和科普知识，向社会各界广泛宣传心理健康意识和科普知识。同时，医院与大理融媒联合打造”心理医生说“、”心理会客室“栏目20余期；与大理日报合作发布心理科普知识10余期；医学心理科面向社会招募青少年正念主题暑期夏令营，面向社区居民、小学生及家长开展心理健康专题辅导讲座，向州内医疗单位女职工开展妇女心理健康辅导讲座共计5场次，把心理健康知识带给有需要的人群、带给弱势群体。同时利用助残日、精神卫生日等加强残疾预防宣传教育及精神卫生健康宣传，发放宣传材料5000多份，心理健康咨询200多人次，通过活动的开展，不断增强全社会残疾预防意识，提升残疾预防和康复服务水平。