

中共上海市社会工作委员会 上海市社会建设委员会办公室 联合主办

www.shlxhd.gov.cn www.shshjs.gov.cn 第 171 期

目前本市注册登记的 1.46 万多家社会组织中，由女性创办或主导的占比超过 40%，以女性员工为主体的占比超过 70%

把“她公益”当作一辈子的事业

既温柔细腻亦坚韧刚毅，活跃在社会组织各个领域的女性，带领着团队在儿童教育、养老服务、公益慈善、专业调处、社会治理、医疗卫生、艺术教育、法律服务、绿色环保等多个领域发挥着重要作用。越来越多女性把社会组织当作一辈子的事业，将“她公益”做得有声有色。

■本报记者 李静

家庭关爱类社会组织占主导

统计显示，在上海，由女性创办或主导的社会组织中，占比最大的要数家庭关爱类社会组织。这些社会组织主要致力于服务和关爱失独家庭、空巢老人、农村留守儿童家庭等群体。

上海市白玉兰开心家园家庭服务社成立于 2013 年，是家庭服务领域的一颗明珠。服务社集聚着一批心理学、法

学等领域的专家学者，重点关注妇女儿童群体，并为有需要的市民提供心理咨询、权益保护等服务。近年来，每年有近 3000 人次走进服务社，诉说自己在婚姻情感、职场压力、孩子教育等方面的困扰，并获得专业人士的指导。

值得一提的是，创始人、社长赵红娣还带领团队扎根社区，在全市社区形成了集心理咨询、法律援助、调解等于一体的服务模式。日前，服务社再次承接市妇联委托的公益项目，走进社区为居民举办心理健康知识公益讲座，内容涉及自我认识、情绪与压力管理、家庭

关系、两性情感与婚恋、亲子关系、老年人课堂、职业技能等方面。讲座场场爆满，得到社区居民的好评。

创新新秀给公益注入活力

上海市女性社会组织发展中心负责管理和服务女性社会组织，旨在引导和促进全市女性社会组织健康发展。中心负责人郁进表示，近年来，随着政策支持力度的不断加大、社会各界资源的不断导入，以及社会支持体系的日趋完善，本市女性社会组织发展步伐稳健且日趋专业。更令

人欣喜的是，许多女性从创业之初就认定将以此为终身职业，用专业理念和服务模式谋求永续发展。

值得关注的是，申城女性社会组织中还涌现出一批创新型创意类新秀，刷新了社会组织的发展理念和模式，给公益带来新气象。蔡史印是一名高学历海归。在西藏盲童学校做义工时，视障朋友的生活给她带来震撼。为了更好地帮助视障人士，2011 年，蔡史印回沪创办社会企业“黑暗中对话”，让视障引导员在全黑环境下引导视健群体体验生活，促进人们对视障人士的理解。“黑

暗中对话”体验馆为全国 50 多名视障和听障人士提供了稳定的工作岗位，体验馆的部分收入则用于公益项目“黑盒子”和“黑暗跑团”的支出。

如今，“黑暗跑团”在体育运动界小有名气。去年 4 月，喜欢跑步的蔡史印发起视障公益陪跑项目——“黑暗跑团”，招募热心人士帮助视障人士参与体育运动，鼓励更多视障者走出家门。祝培华是一名盲人，在“黑暗中对

话”工作 4 年多。他感慨，“现实生活中视障者出门很少，跑步的就更少了，其实我们渴望出门动一动。”如今，祝培华已是“黑暗跑团”的团长。每周六傍晚，“跑团”都会在滨江大道跑步，最多时 20 多人，平均每次有四五名视障人士参加，“每次跑步，大家很开心，这是一件健康、快乐、有意义的事儿。”

今年 4 月，“黑暗跑团”支持、带领全盲跑者严伟完成波士顿马拉松赛，创下多项第一。去年，“黑暗跑团”还组织了全国 20 名视障跑者参加长岛马拉松。目前，“跑团”在上海、杭州、成都、深圳、烟台等城市设立分团，已有数千人次参与。



看到“星孩”和坚持的家长就停不下脚步

青聪泉儿童智能训练中心 14 年坚持开发专业课程，为自闭症孩子做康复训练

■本报记者 李静

过去 14 年间，陈洁时常徘徊在迷茫、坚定、兴奋、失落、感动、喜悦等情绪之间，心境起伏皆因她创办并任校长的上海青聪泉儿童智能训练中心。

2004 年 10 月，陈洁在长宁区天山街道创办“青聪泉”，本意是想做一家社区早教馆。机缘巧合，第一批入学的孩子中绝大多数是自闭症患儿，口口相传，申请入学

聚沙成塔，摸索较完整的康复训练课程

自闭症又称孤独症，是因神经系统失调导致的一种发育障碍，症状包括缺乏社交能力和沟通能力、具有固定的兴趣和重复的行为等。自闭症患儿被称为“星星的孩子”，他们就像天上的星星，在遥远又漆黑的夜空中独自闪烁。陈洁介绍，“星孩”早期的康复和教育至关重要，如果训练及时得当，这些孩子可以进入中小学甚至是大学学习，将来也可以进入社会工作。

入读“青聪泉”的孩子都会接受专业评估，老师按照评估结果制定专属的课程规划和目标，主要课程包括口腔训练、音乐治疗、言语治疗、感觉统合、沙盘心理治疗、情景教学、艺术课、自理课、游泳课、轮滑课、电鼓课、认识社区、幼小衔接课程等。这些课程的创办，源自多年积累的经验。“青聪泉”刚建立时，陈洁从零起步摸索，被“倒逼”着学习、研究、尝试，边教边改。这些年，她和同事一直在自制教具，设计教学情境，并且博采众长，钻研教学新法，沙盘心理治疗课程就是其中的一个特色。“青聪泉”理事会李玉红介绍，沙盘是心理治疗的有效方法之一，老师们教孩子摆沙盘，让他们自己创造情景，表达内心想法。有一次，“星孩”伟伟(化名)情绪低落，不管老师和家长怎么问，他都低头不语。于是，老师陪着他一起摆沙盘。伟伟摆出的场景里，老师和小朋友的模

型之间放着两条小蛇模型。老师问：“你是生老师的气了吗？老师哪里做得不对？你和老师说吧。”果然，伟伟断断续续地解释，因为午休时不好好睡觉，被老师批评了，很不开心。顺利找到原



因，老师立即“对症下药”，打开了伟伟沉默的心结。

四年前，“青聪泉”出版了自主研发的认知课程教材《自闭症儿童教育指导手册》，详细介绍“星孩”认知发展、语言表达、语言理解、小肌肉发展、大肌肉发展、模仿发展等方面的具体训练目标和方法。每年，“青聪泉”也会派老师去各地取经，并不定期邀请自闭症教育康复专家前来督导。“只有康复训练专业了，才能真正正帮到孩子们。”陈洁说。

开办分校，接纳更多“星孩”

走进“青聪泉”，记者看到，这里除了普通的教室，还有几间一平方米大小的小组个训教室，老师会在个训教室里针对性地给学生上课，提升孩子的理解、沟通和社交能力。此外，学校里还有专门的感和统和体能训练教室。有时，老师们也会带孩子外出，认识银行、饭店、商店、居委会，带他们去游泳馆游泳锻炼。

“青聪泉”的“星孩”大多在 2-6 岁之间，带教他们并不容易。很多孩子刚来时还不会说话，也没有理解能力，还常常情绪失控。有的“星孩”遇到不喜欢的事情，会打头、撞墙，用自我伤害来表

达情绪；有的则不分场合，突然想起什么就会大哭或大笑。陈洁说，“一个‘a’的发音，有时要教三个月，每天说几百遍；教孩子坐下来的动作指令，要在发出‘坐’读音的同时，指导他坐的动作，



两项对应着一起实践，让孩子对上号，然后重复教上无数遍以强化他的记忆。”工作强度大、压力大，创业这些年，“青聪泉”一路走来并不容易。陈洁说：“尽管困难重重，但看到天真的孩子和坚持的家长就停不下来。”令她高兴的是，如今，全社会对自闭症康复治疗越来越重视，好心人和爱心机构也越来越多。

由于场地狭小，“青聪泉”只能接收 50 多名孩子，还有近 400 个孩子在排队，起码要等待一年半到两年的时间。2015 年，在爱心人士的帮助下，“青聪泉”嘉定分校顺利找到场地，1000 多平方米空间可以接纳更多“星孩”。

成立互助会，帮助家长改善心境

自闭症困住的不仅是孩子，还有家长。尽管对孩子发育迟缓、自我封闭等表现心存担忧和疑虑，但在孩子被诊断为“星孩”的那一刻，很多家长还是难以接受，有的甚至因此抑郁。

如何让家长接受现实，并学会用科学的方法帮助孩子成长？2015 年 4 月，“青聪泉”成立了星愿家长互助会，为“星孩”家长提供一个平台抱团取暖。经过两年多的发展，互助会已有约 300 名家长加入。大家在这里交流育儿技能和心情，分享治疗和康复信息，一起为孩子的未来发展做规划，并且合力向社会各界宣传自闭症知识，让更多人了解、接纳、关怀和帮助自闭症患者。

李女士的儿子患有自闭症，两岁时还不会说话，也不懂最基本的交流。“当时最大的梦想就是盼着孩子开口叫一声‘妈妈’。”李女士说，“从最初的抗拒逃避、痛苦迷茫，到最后接受现实，艰难摸索，开始康复训练，每个‘星孩’家长的心路历程几乎相同，这对父母而言也是一个挑战。”孩子进入“青聪泉”后，李女士加入了家长互助会。在这里，除了每月的家长分享交流会、各种培训课程、大型专业讲座等活动，“青聪泉”还为家长们安排了聚会、外出旅游等一系列“喘息”活动，让大家聚在一起放松心情。“家长互助会组织了合唱团，让有歌唱兴趣和特长的妈妈们有机会一展歌喉。”李女士说，“开展活动时，老师会帮忙看着孩子，我们很放心，可以放松一下。”

据悉，上海地区所有“星孩”家长都可加入星愿家长互助会，共享资源，参加活动。李玉红介绍，“‘青聪泉’会为互助会提供尽可能多的资源和活动。比如，为有需要的家长提供每周一次、专业的心理减压咨询服务，帮助他们分析孩子在家里的行为、表现，关注家长的心理健康，甚至是夫妻间的沟通等问题。”

上图：(上)“青聪泉”组织的亲子烘焙活动；(下)“青聪泉”组织的母亲节活动，让“星孩”家长齐聚一起放松娱乐。

下图：(左)和外国专家一起给孩子上课。(右)“青聪泉”的专家为“星孩”家长提供培训。

本报资料照片



阖家青少年家庭服务交流中心发挥“社区基因”优势

扎根社区服务青少年



■本报记者 李静

“明年暑假想学什么、玩什么？”暑假班即将结束，当志愿者陈小培向孩子们问出这句话，杨浦区五角场街道复旦居委会活动室立即“炸开了锅”。刚刚上完水环境保护课的 12 个孩子争相回答：太阳能机器人、折纸、画画、朗读、参观博物馆、武术、定向越野……孩子们一口气提了十多项需求，其中一大半是这个暑假陈小培和同事及志愿者带他们学过、玩过、经历过的。看来，孩子们意犹未尽。

近年来，本市各街道结合自身需求，培育出一批携带“社区基因”的社会组织，为居民们提供更加专业、深入的服务，其中由女性创办或主导的社会组织占比不小。在五角场街道的支持下，2015 年底，陈小培创办了上海阖家青少年家庭服务交流中心。热心、细心及女性特有的坚韧品质，让陈小培得到了居民们的认可。一年多以来，阖家青少年家庭服务交流中心以杨浦区五角场街道为大本营，辐射到宝山、浦东、嘉定、奉贤、闵行、崇明等区，为青少年及其家庭提供科普、体育、文化等方面的服务。

接“地气”的暑期课程受追捧

“在自然界，各种水体都有一定的自我净化能力，有的需要几个月，有的需要几年，时间长短不定，可如果把一罐可乐倒进水体，很有可能使这种努力功亏一篑。”今年暑假，阖家青少年家庭服务交流中心工作人员傅月凯给复旦居民区的孩子们详细介绍了水环境相关知识，“水一旦被污染就不能饮用了，必须经过净化。今天的动手环节，我们就要用常见的材料做一个简易净水器。”

制作简易净水器需要废旧矿泉水瓶、纱布、剪刀、海沙、水、活性炭、棉花等多种材料，共有十多个步骤。陈小培和志愿者邹小育张罗着发放实验材料、指导大家做实验。孩子们都完成了简易净水器的制作，但滤水效果参差不齐，滤出来的水有的清澈透明，也有浑浊不清。见状，陈小培立即进行环保教育，“你们看，净化过程多复杂啊，多不容易啊，所以大家应该从源头保护好水资源。”

复旦居委会文教科干部陈晓婧介绍，社区里大概有 40 多名小学生，每年暑假居委会都会组织他们一起上课或做活动，“因为人手有限，以前的活动内容比较单一，今年邀请‘阖家’开展暑期活动，

活动项目包括折纸、画画、朗诵、做废旧电池回收箱等，内容丰富且接地气，孩子和家长都非常欢迎。”

把公益做成事业需要坚守和情怀

阖家青少年家庭服务交流中心的绝大多数项目都围绕青少年的需求来设计，开展和推广。每项活动开展之初，陈小培都会和同事带着事先设计好的问卷走进社区，和家长、孩子们开展交流，了解他们的需求和想法，并根据反馈设计项目。这份细心来自陈小培温润的性格，也得益于她组织策划过多项青少年活动和亲子活动所积累的丰富经验。

从 2015 年起，陈小培在五角场社区做志愿者，后来逐渐参与策划社区里的各项活动。比如，在五角场街道东邻居民区，陈小培主办了“小小太极宗师”活动，带孩子们看太极拳的影视剧，并邀请上海体育学院的太极高手来上课；每周五下午孩子放学后无人看管，一直困扰着蓝天居民区的家长，于是陈小培和居委会一起发起“快乐星期五”公益项目，把孩子们集中起来，带他们复习功课、玩游戏……这几年，陈小培的足迹遍布五角场创智坊、国顺、国年、翔殷、武东等居民区，2015 年底，阖家青少年家庭服务交流中心的诞生，可谓水到渠成。

去年，已在社区扎根的“阖家”有了“遍地开花”的势头。陈小培先后在五角场的八个社区开展了“快乐星期五”项目，并开发出小小篮球手、小小拉拉队、小小乒乓国手等体育类项目，以及小小记者、小小国粹传承、小小国木竞技等艺术类活动项目。成立第一年，“阖家”就举办了近 400 场活动。此外，阖家青少年家庭服务交流中心还承接了上海市妇联的一些公益服务项目，比如在全市开展亲子阅读活动，引领孩子和家长阅读诗作品，场场爆满。

项目很多，工作很忙，陈小培坦言，很多时候压力很大，“还好市、区两级妇联，各个街道等许多单位和部门，从政策和资源上支持我们。上海师范大学、复旦大学、上海体育学院等单位的老师和同学也会经常来做志愿者，成为我们的坚强后盾。”

上图：陈小培在暑期课程中指导复旦居民区的小朋友做简易净水器。

本报资料照片

