

即使身处黑暗，也要奋力追光
既然身处光明，就做个发光的人

喜乐工坊的「治愈系」馒头

□本报记者 李霞 文/图

每一个精神障碍患者背后，都有一个心酸的故事。他们中的多数人，经历着发病、治疗、病情稳定、再发病、再治疗的循环。他们的家人也与他们一样，遭受着无尽的煎熬和痛苦，苦苦地在黑暗中寻找光明。

今年6月15日，卫东区五一路街道河西社区“喜乐馒头工坊”庇护性就业实验项目正式投入运营。作为我市首个精神障碍社区康复服务中心——河西社区“喜乐之家”的第一批“家人”，50多名精神障碍患者在专业社工的贴心陪伴和帮助下，在筹备喜乐馒头工坊的过程中与家人努力前行，慢慢重塑自信、回归家庭、融入社会。



6月27日，喜乐馒头工坊内，社工与工坊员工一起分包馒头。

策划统筹：王冬梅 周冬 董佳理

这只“治愈系”馒头取名“喜乐”

6月27日上午，卫东区东工人镇街道东湖社区喜乐馒头工坊内机器轰鸣，几名员工正在生产线旁忙碌；紧邻的蒸制车间内，一个个馒头在蒸汽氤氲的蒸箱中露出白白胖胖的身子，一股馒头麦香味扑鼻而来。

21岁的阿红(化名)呵呵手，从蒸箱内拿出两托盘馒头放在操作台上。2个或4个一组分包装箱后，阿红用电动车载着这些馒头来到工坊附近一居民小区门口，熟练地支起摊子，开始售卖。

“太好了！我代表他爸、代表全家谢谢你们救了俺闺女。”看着手机上社工发过来的阿红装馒头和卖馒头视频，阿红的母亲袁女士喜极而泣，迅速编辑了一条短信发了过去。

10多年前，技校毕业的阿红患上了抑郁症，不是在家玩手机就是睡觉，还爱无缘无故发脾气，生活自理能力差。几个月前，袁女士还在为“找不来婆家、工作没人要”的女儿操碎了心，想着“大不了养她一辈子”。现在，阿红不仅顺利走出了家门，还有了一份工作，“是‘喜乐之家’挽救了俺闺女！”

河西社区“喜乐之家”成立于今年3月，这是我市首个精神障碍社区康复服务中心。

袁女士至今还记得“喜乐之家”负责人朱喜红第一次到她家走访的情景。那天，阿红冷冷地瞥了一眼朱



工坊员工与社工在分装馒头

喜红，便一脸麻木地走开了，连声招呼也没打。

细心的朱喜红很快发现了阿红身上的优点：拥有中专学历的她会写文章，智能手机玩得很溜，头脑也很灵活。

朱喜红决定把阿红培养成一名志愿者。每次组织活动，朱喜红都让阿红帮忙策划、采买，负责通知、动员其他同伴前来参加活动。受到“重用”的阿红脸上露出了多年未见的笑容，迸发出惊人的能量，很快成为志愿队伍中的骨干。

6月15日，喜乐馒头工坊投入运营后，阿红成为工坊员工，第一次有了自己的收入。

精神障碍社区康复服务的目标

是促进精神康复者回归和融入社会，重点改善和提高其生活自理能力、社会适应能力及就业能力。朱喜红说，馒头工坊是“喜乐之家”创新摸索出的“简单技能+康复”形式的庇护性就业实验项目，配合心理治疗，引导部分轻症精神康复者生产和销售馒头，这样既能减轻精康患者的家庭负担，也能增强他们的自信心，觉得自己没有被社会抛弃。喜乐工坊自6月中旬正式运行以来，先后在市区团结路社区北团小区、市长途汽车站、五一路、沁园小区等处设立了9个卖馒头点，日生产馒头2000余个，基本每天都能卖完。

目前，这个项目已帮4名“阿红”找回了自信，开始了新的生活。

抱团取暖 心中那缕光愈来愈亮

6月26日下午，卫东区五一路社区河西社区院子一角，木质花坛内花草长势正旺，几人站在花坛旁说笑着。室内，半月一次的“家庭支持会”正在进行。

主持这场家庭支持会的社工是米丽霞、刘红，在一起交流的是10多位精神障碍患者家属。

“瞧见没？外面和人有说有笑浇花的是我儿子。我不说，你能看出来他有病不？”张先生指着窗外给花草浇花的儿子阿康(化名)，很是开心。

阿康今年36岁，自20多岁患上精神分裂症后，便脱离了社会，成天待在家里，不爱说话不爱动，有时情绪和行为难以控制，生活几乎不能自理。

阿康是进入“喜乐之家”的最早一批“家人”之一。看到一丝希望的张先生心急火燎，在一次家庭支持会

上首先求助：“想个啥办法让他走出家门，不然人就废了！”

其后儿子身上的点滴变化，让张先生心中的那缕光越来越亮。

在张先生看来，除了爱心和耐心外，康复中心的社工很善于发现人的优点。刚来这里时，儿子对啥都不感兴趣，很少说话，更不回应别人。米丽霞、刘英等人观察到他很勤快，便给他提供工具，鼓励他大胆尝试，比如浇花、擦桌子，即使他做得不太好也大声夸奖他。渐渐地，阿康从当初的很少说话到点头示意回应别人，再到如今的爱说爱笑、见面主动跟人打招呼，就像变了一个人。

“精障患者大多与家人同住，并依赖家人的照顾，这给其家人带来的压力和负担是常人难以想象的。家庭支持会一般半月举行一次，大家同病相怜，抱团取暖，一方面可尽情发

泄心里的负面情绪，不用担心被指指点点；另一方面我们也可了解他们的需求并有针对性地进行帮扶。”米丽霞说。

有一次，一位家长无意间提到，他儿子虽患有抑郁症，但手很巧，平时喜欢用积木拼装玩具。康复中心专门安排了一间手工室，在醒目位置摆放这个孩子的作品，还请他当老师教别人拼积木，让这个孩子很有成就感。

胡女士在会上说起女儿时则泪如雨下：两年前，她的女儿佳乐(化名)因学业受挫出现幻听、淡漠等精神症状，被诊断为精神分裂症。她在一小区做清洁工，父亲患脑梗生活不能自理，家庭陷入困境，近期佳乐的病情反复但家中无钱为她治疗。“喜乐之家”特地为佳乐提供了9000元医疗费，将其送到医院医治。

“喜乐之家”探索社区精康新路径

2022年12月29日，民政部会同财政部、国家卫生健康委、中国残联印发《关于开展“精康融合行动”的通知》，拟利用三年时间，提高精神障碍社区康复服务质量和水平，为精神障碍患者提供更加公平可及、系统连续的基本康复服务，增强精神障碍患者及其家庭的获得感、幸福感(以下简称“三年精康行动”)。

在朱喜红看来，每个人都不是一个孤岛，精障康复者也不例外。为他们放下内心的不安，重拾生活信心，“喜乐之家”正在探索推行个性化、阶梯式康复服务，在行动中告诉

每一位家人，不要忘记自己是社会人，未来也要在社会生活中积极疗愈自己，实现自我价值。

“社区是康复之路，喜乐馒头是回归之路。精障患者的社区康复需求很大，我们不仅要‘输血’，更要‘造血’，如何将‘喜乐之家’顺利持续运营下去，这也是我们探索前进的方向。”据卫东区民政局党组书记张红杰介绍，为响应国家“三年精康行动”，我市采取政府购买社会工作服务的方式，由卫东区民政局、五一路街道、东工人镇街道、喜乐社工组织联合设立了“喜乐之家”。通过推进

和实践个案管理、精神运动康复等“精康工作六步法”服务模块，帮助精障患者重建自我认知、社会认知，发展人际关系，促使他们早日回归和融入社会。

不断满足精障患者多层次、多样化社区康复服务需求，“喜乐之家”探索出了一条独具特色的现实新路径。截至目前，“喜乐之家”已经成功提供线上线下康复服务3496人次，入户探访106人次，物资帮扶313人次，个案扶持25人次，跟进服务168人次。一个“社会化、综合性、开放式”的精神障碍社区康复服务体系正逐渐形成。