

# 想做义工看这里 总有一款适合你

12月5号是国际志愿者日。一到这个时候不少志愿者组织或个人就想做一点公益活动,有的则想把活动安排在这个周末,但很多人仍会迷惘:咱能干点啥呢?去哪儿?该注意什么?怎么做才更合适,更有价值或更有意义?这里面可也是有学问的,你听咱来说说道道。

文/本报记者 张榕博 实习生 窦梅华 杜贵凯

## 当志愿者,你准备好了吗?

每到志愿者日或学雷锋日,当单位或学校组织搞公益活动时,许多人就随大伙一起走进社区、走上街道,去做一些好事,活动结束后又“沉默”下来,但也觉得自己是个志愿者。这理解有失偏颇,不太符合当志愿者的初衷,换个说法:亲,您还没准备好吧。

什么是志愿者?咱先来瞧瞧概念,它指的是在不为任何物质报酬的情况下,为改进社会而提供服务、贡献个人的时间和精力的人。志愿者是不受私人利益的驱使、不受法律或政府的强制,是基于道义、信念、良知、同情心和责任感而从事公益事业的人或人群。这个群体在中国有三四千万,在咱山东也有两三百万,对照一下您算不算其中之一呢?

上面这个概念稍复杂了点,简单地说,志愿者就是心甘情愿地为社会做好事的人,这是一种境界,如果把它当成了任务甚至是负担,就不是真正的志愿者了。当然并不是说只有到了一定境界的人才能成为志愿者,相反,志愿者没有门槛,做志愿者可以从做一件最简单的好事开始,而做一个更纯粹的志愿者,应成为我们的追求。下面,咱就不同的群体拉一拉,相当志愿者,都可以怎么做。

## 儿童篇

### 孩子做公益,设计很重要

“孩子太小,才刚上学,可以当志愿者吗?”答案是,当然可以啊。当然我们还不能指望幼小的孩子能干多少大事儿,也不指望他们做得能中规中矩。但贡献不分大小,尤其是让孩子从小有服务于社会的意识,这一点对孩子的健康成长是非常重要的。

如果你家有一个6—10岁的小朋友,孩子除了学习和生活外,他(她)还可以完全胜任去做一名小志愿者了。奥地利心理学家阿德勒曾说过,一个人的世界观和价值观,在四五岁时就已经形成了。儿童往往具有一定攻击性,喜欢反面人物,这就需要有一定的矫正。因此在这个阶段通过爱心公益服务,培养孩子团队意识、合作意识、助人为乐的爱心意识,是很有必要的。通过做好事,孩子在付出的同时,其收获会付出还大。

济南儿童心理专家赵丽梅也认为,对于这个年龄段的孩子,互助类的志愿服务比较适合,身边的小事都可以成为这种公益服务的“载体”。她介绍,一般来说,孩子的公益活

动要有一个非常具体的主题设计,比如社区的奶奶捶背,给社区的花草浇水,把自己攒的压岁钱换一个书包,送给贫困地区的孩子。在活动前,一定要让孩子知道,这么做的价值和目的,这么做会给别人带来帮助和快乐。

其次,在实施过程中,要有一个具体的目标。比如浇花10盆,帮助一个小伙伴,给奶奶揉肩膀50下,而且整个过程一定要孩子亲自完成。当然家长可以适当引导,比如最近热播的《爸爸去哪儿》,其实就是家长引导孩子的一个例子。

再次,有了具体的操作,完成后,就要告诉孩子这件事的意义。意义一定不要太大,不用谈主义理想啥的,说点清晰可见的最好,例如告诉孩子,你给奶奶揉了肩后,奶奶肩膀不疼了;你捐了书包后,贫困儿童说了谢谢;花草在你的关心下,这两天长得茂盛了。这些公益小活动容易完成,符合这些孩子的活动规律。

家长还要注意用上奖励机制。不管是一块糖、一个小玩具,还是一个亲吻,这都是孩子努力得到的收获,同时对孩子也是一种尊重。这对孩子今后参加活动的积极性很有帮助。

对孩子某些良好习惯的养成,公益活动的作用也很明显。除了单人的公益小活动,家长们还可以组织孩子们形成一个团队,除了上述要求外,孩子们的合作也需要事先设计。比如一次浇花行动,A负责运水;B负责分水;C来浇花等等。赵丽梅说,合理的分工以及奖励机制,在孩子责任心和团队意识培养上,有很大作用。

## 少年篇

### 学会向真正志愿者靠拢

在10岁到18岁这个年龄段,孩子有了一定的自主意识,同时具备了一定的劳动能力,有了一定的知识储备,那么家长就尝试着让他向一个真正的志愿者靠拢吧。这个年龄段的孩子,他们可以做的已经很多,我们来看看。

#### 做名交通协管员

这个志愿活动虽然技术含量不大,但社会意义和现实意义都挺大,也能很好地锻炼孩子维护公共秩序的能力。对于孩子们参与这样的活动,专业人士建议,孩子们应以一个小集体为单位,然后由成年人牵头——如老师、家长或年长的志愿者,与交警部门取得联系,选择合适的地点开展活动,建议每个路口的孩子要在两名以上,以劝阻行人和自行车为主,不建议去干预机动车。

做交通协管员准备起来也比较简单,为更好地指挥交通,参与活动者最好佩戴绶带、穿志愿者相对统一的衣服、戴徽章和帽子等;有的活动用品交警部门能提供一些,

有的需自备。

#### 关爱特殊人群

相对于幼小孩子,这个群体有能力做更多事情,可以从事有一定强度的劳动;而相对于成年人,他们往往没有经济能力和社会经验。因此在参与这类活动时,有不少方面需注意一下。

如去福利院看望儿童,建议不要在儿童节、过年等时间扎堆去,去时应事先与福利院取得联系,约好时间后再行动,可以带一些他们喜欢的小礼物。另外还要注意,未征得保育员同意,千万不要随便喂孩子食物;不要太溺爱某一个孩子;未经福利院允许,不得将孩子带出福利院大门;而对孩子最有利的是长期、一对一形式的帮助,如果您愿意坚持,请咨询领队或保育员。

如去看望孤寡老人,这个年龄段的志愿者,可以帮助老人搞好清洁工作;帮助孤寡老人整理内务,搀扶老人散步聊天,剪指甲、梳头发等;陪老人下下棋、看看报等;最好是形成多对一的帮扶政策,定期到养老院帮助老人解决困难。

#### 捐献衣服等活动

自己不穿的衣服(以棉衣、外套为主,一般要求七成新以上)可以通过各种渠道捐给困难家庭,可捐到当地的慈善机构,也可邮寄到外地需要衣物的慈善机构或公益组织,这样的机构或组织通过各类公益网站可以查到很多。

这个年龄段的孩子可以参加的活动还有很多,关注环境和环保也是一大类,孩子们可以在成人带领下,参与公共场所的保洁活动,参与环境保护的调查和宣传等。当然,家长应该告诉孩子们,平时做每件好事都是志愿者精神的体现,包括给老人让座、随手捡起地上的垃圾等这样的小事儿。

## 成年篇

### 想当志愿者先找组织

成年人是志愿者队伍的主力军,相对成年人,未成年人更像是预备队,在未成年阶段培养了良好的志愿意识后,进入成年阶段,就可以成为更优秀的志愿者。除了上面所有的志愿活动外,成年人的志愿活动还有非常丰富的内容。(下转 B02 版)