

入狱后，她突然“惊恐发作”

□法治报记者 徐荔
法治报通讯员 王燕虹

“我觉得自己怎么做都是错的，到处都有别人在背后指指点点……”

“我总会觉得透不过气，心里好像有一块大石头压着，不知道该怎么办……”

“我想爸爸妈妈并不爱我，如果有一天我不在了，他们不会难过，只会觉得解脱……”

这是上海市南汇监狱服刑人员陈艳（化名）在接受心理治疗过程中告诉民警的话。

因为原生家庭长期带来的压力以及入狱后环境变化带来的不适应，年纪轻轻的陈艳突然惊恐发作，这着实让许多人吓了一跳，包括她的主管民警唐艳芬。而在这之后，唐艳芬陪着陈艳走了一程又一程治愈之路。

一场突如其来的“惊恐”

平静如水的夜色下，一场意外悄无声息地袭来。

窗外，深蓝色的夜幕上星星眨着疲倦的眼睛，当天值班的民警唐艳芬在正常巡查。监室内，刚收看完晚间新闻，服刑人员有的在整理床铺，有的在收拾橱柜，有的在洗脸刷牙。

唐警官经过2号监室时，看到陈艳神色平静地在洗漱。等再次经过时，唐警官被眼前发生的一幕场景惊呆了：陈艳双手抱头，蜷缩在地板上，身体无意识地抽搐着……唐警官连忙赶过去扶起陈艳，大声地呼唤，对方却双目紧闭没有回应，陈艳已经陷入了昏厥状态。唐警官迅速将这一突发情况向监区指挥长做了汇报。在指挥长的安排下，唐警官立即用担架车将陈艳送往监狱总医院。

急诊室内，白炽灯下，值班医生投入了紧张地忙碌中。十几分钟后，病床上的陈艳茫然地睁开了双眼，面色苍白，目光呆滞。唐警官站在病床旁，不动声色地观察着陈艳的神态。

经过一番细致的检查，医生确诊陈艳的症状为心理疾病——惊恐

发作，通常起病急骤，病发数十分钟可自行缓解。发作期间患者意识清晰，发作后心有余悸，身体虚弱无力，需数小时才能恢复。

惊恐发作？唐警官通过电话将陈艳的情况向监狱心理健康指导中心民警进行了咨询。原来，惊恐发作患者在无特殊恐惧性处境时，突然产生突如其来的惊恐，伴濒死感或失控感，自主神经功能紊乱症状。

“社会上的病患发病时担心得不到帮助，通常不敢单独出门，逐渐发展为社交恐惧症。而在特殊的监禁场所，服刑人员没有相对私密的空间，发病之后要做好情绪安抚工作，以及宣传解释消除负面影响工作。”专职心理咨询民警向唐警官叮嘱道。

那么，陈艳发生惊恐发作的具体原因是什么？返回监区，唐警官连夜翻阅了陈艳的档案资料：陈艳，1993年出生，2014年因寻衅滋事、强制侮辱妇女罪被判处有期徒刑7年……通过对卷宗材料的仔细研究，唐警官发现陈艳的惊恐发作与其成长史、犯罪经历有着密切的联系。

一次积极准备的心理咨询

唐警官虽然年轻，但也已经从事了8年监管改造工作，同时她还是监区女性服刑人员的心理辅导员、女性服刑人员心理矫治项目组的负责人。她发现，关心、关注和尊重，是陈艳成长过程中缺失的。与其他人有着不一样的人生经历，童年的心理创伤、父母专制型的教养方式以及成年之后发生的重大事件创伤，成为陈艳出现应激障碍的可能。而入狱之后，陌生的环境、以及与家人的疏离，更令陈艳寝食难安，情绪焦虑。

唐警官了解到，这不是陈艳第一次惊恐发作，在入狱之前，她就有过类似的症状，当时陈艳感觉突然呼吸不畅、紧张出汗、满腔的痛苦和绝望如同压抑已久的火山一样喷发出来，内心万念俱灰，感觉自己快要死了一样。发现自己的病症之后，陈艳也去医院进行了一系列的检查和治疗，但并没有往心理问题

上去考虑。

结合陈艳的情形，唐警官建议她进行心理治疗。

经过精心准备，监狱心理健康指导中心的民警对陈艳将进行六个疗程的心理治疗，每一个疗程，根据心理咨询师的反馈和建议，唐警官都会做好心理咨询后的相关辅助工作。

由于监狱环境的特殊性，每进行一次心理治疗之后，唐警官都给予陈艳充足的陪伴以及心理安慰和情绪关注，进一步帮助陈艳恢复心理健康。

唐警官开导陈艳：“其实，你得的病并不严重，病情的好转取决于你自己的性格特点，在生活中不要期望过高，凡事顺其自然，要学会放松自己的情绪。遇到不顺心的事情学会调整心态，有意识的放松自己的心情，要注意劳逸结合，适度参加体育运动，多听些轻音乐。”

在经历了几次心理治疗后，一天，陈艳神情黯然，走到唐警官的面前，轻声地说有心事想和警官汇报。

唐警官放下手头的工作，和陈艳走进了谈话室，“有什么心事啊？可以讲给我听听！”望着坐在对面的陈艳，唐警官关切地问道。

“对于自己的亲生父母，是该选择爱，还是选择恨？”茫然的陈艳显得失魂落魄，愁肠百结。

唐警官轻声地说：“遵从自己内心的感受，如果决定爱，那就大声告诉他们；如果决定继续恨，那就丢掉自责和内疚，狠狠地向他们吼出来！”听了警官的这番话，陈艳顷刻间泪流满面、哽咽难言。

“我很想问上天，为什么偏偏让不讨人喜欢的我活在这个世界上……有时候我想，如果我突然死了，或许，他们心里不会难过，更多的应该会是解脱吧……”陈艳双手掩面，泣不成声。

原来，在陈艳的心里一直觉得父母并不爱她，在她有记忆以来父母就经常吵架。“三个人从来没有好好说话的时候，没说几句就会吵起来。”陈艳还记得妈妈曾经决绝地提出过离婚，是爸爸带着她去求妈妈不要分开，“妈妈后来常说，是为了我才不离婚的，可我并没有觉得幸福，反而压力很大。我宁愿他们离婚，而不是让这个家整天冷

一次有规划的自信重塑

通过一段时间的观察，唐警官发现，陈艳很在乎身边人的评价，一旦有人指出她哪里做得不好，她就会陷入焦虑和自我否定之中，需要及时进行情绪疏导。

为了帮助陈艳重塑自信，唐警官不断与陈艳父母沟通，希望他们改变教育方法。同时，在一番深入深思熟虑下，唐警官为陈艳选择了能胜任，又具有挑战的任务。

唐警官安排陈艳担任监区流动书架管理员，一方面帮助陈艳通过做好一件具体的岗位工作，提高自身能力的认可；另一方面增加陈艳与其他服刑人员交流的机会，减少人际交往的恐惧。在监区组织的“我读书，我新生”主题读书活动中，唐警官鼓励陈艳积极读书，通

一次主动要求的谈心

冰冰的。”

陈艳从没有像其他女儿一样在妈妈面前撒过娇，因为妈妈说“这套对她没用”。妈妈严厉的教育方法把陈艳越退越远，而且在陈艳的记忆深处，妈妈欠她一个道歉。

陈艳记得小时候，有一次因为在学校考试没考好，任性顶撞了爸爸，妈妈走过来甩手给了她一耳光。耳光的疼痛，还有难忍的愤怒和屈辱，至今在她脑海中记忆犹新。那一记耳光让陈艳更加清晰地认为，原来，爸爸妈妈都不爱自己。

那一天，陈艳不顾天黑，拔腿奔出了家门。爸爸、妈妈随后紧跟着奔出门来追她。最终陈艳离家出走的计划失败了，但是在她的心中埋下了对父母的恨。

从那以后，陈艳对妈妈真的就爱不起来了。每次妈妈对她好，她都会想起那一记耳光，而妈妈从来没有为那一记耳光做过解释或者道歉。因此，在她的心中也一直无法原谅妈妈。想起妈妈，心里就是恨，就是悲凉。于是，她下定了决心：等到自己长大了，一定要远离家，越远越好。

陈艳的讲述让唐警官感受到她的心里装满了恨，一个内心充满恨的人，怎么会感受到他人的善意和爱意呢？

“为什么千百次的爱，不能抵消一次的错？一个人始终记得身

边人的错，在心里紧紧攥着大把的恨，对自己的人生有益处吗？仇恨是一种负能量，它会吞噬你的善良，会使你跟整个世界对立，在你与社会之间竖起一道高墙，挡住人生灿烂的阳光。一个记仇的人，内心始终无法平静。尤其作为儿女，记父母的仇，是最愚蠢的举动！”唐警官注视着陈艳，语重心长地说。

唐警官就这样和陈艳倾心畅谈，时间一分一秒地流逝，不知不觉间，谈心持续了近三个小时。

望着陈艳无助、绝望的神情，只比陈艳大几岁的唐警官也抑制不住内心汹涌的情感，走上前轻轻地拥住了陈艳……

陈艳情绪失控的背后，还有什么隐情？原来，陈艳不久前接到了一封家信。陈艳意外得知，在她被警方押走的那天，爸爸在上班途中遭遇车祸受伤了，因为他承受不住女儿被捕的打击，精神恍惚……可是，在此之前，陈艳一直认为家人不爱自己。

唐警官告诉陈艳，一个人面对人生道路上的坎坷，只有跨越过去了，心灵才能迅速成长。

在与唐警官几次谈心后，陈艳终于鼓起勇气拨打了“亲情电话”，她面含羞涩地回头望了一眼身边的唐警官，轻声地对着话筒说：“爸爸妈妈，我爱你们！”

一次有规划的自信重塑

过读书来提高自身的修养。

唐警官向陈艳推荐了一份书单：如《做一个自己喜欢的女子》，启发陈艳通过阅读去思考一个女人该如何规划自己的人生；《我喜欢生命本来的样子》，引导陈艳明白生命的意义和生活的真谛。

在充实的改造生活和持续的心理治疗中，陈艳的脸上渐渐扬起自信的笑容。

“作为子女，我没理由揪住父母的过错不放，毕竟父母对我有养育之恩。父母子女这一场相逢，是用来相亲相爱，而不是相恨相杀的。卸下心里的怨恨，我才能成为一个美好的人！”因为心理治疗和疏导，陈艳的一切焦虑、不安情绪找到出口，曾经常会在夜半时分冷

汗淋漓惊醒的她如今可以一觉睡到天亮，而那让她感到窒息的惊恐发作频率也越来越少。

经过民警一个阶段的教育引导和监狱心理健康指导中心的心理咨询后，陈艳的抑郁和焦虑复测量表结果显示正常。一年多前那个畏畏缩缩的陈艳慢慢变得开朗了，眼神中慢慢出现了自信。在唐警官的鼓励下，陈艳还参加了监狱组织的文艺汇演，以及服刑人员运动会的选拔赛。她相信唐警官的每一个建议都是带她走向健康正向的道路。

看着陈艳的变化，唐警官也很欣慰，不过她知道，陈艳内心的阴影还需要时间渐渐消除，和父母之间的情感也需要时间慢慢经营，这条治愈的道路还要继续陪伴……

(上接A2-B2中缝)		
序号	车牌号	车型
201	/1/8/38	电动车
202	/1/8/39	电动车
203	/1/8/40	电动车
204	/1/8/41	电动车
205	/1/8/42	电动车
206	/1/9/1	电动车
207	/1/9/2	电动车
208	/1/9/4	电动车
209	/1/9/5	电动车
210	/1/9/6	电动车
211	/1/9/7	电动车
212	/1/9/8	电动车
213	/1/9/12	电动车
214	/1/9/13	电动车
215	/1/9/14	电动车
216	/1/9/15	电动车
217	/1/9/16	电动车
218	/1/9/18	电动车
219	/1/9/19	电动车
220	/1/9/20	电动车
221	/1/9/22	电动车
222	/1/9/25	电动车
223	/1/9/26	电动车
224	/1/9/27	电动车
225	/1/9/28	电动车
226	/1/9/29	电动车
227	/1/9/30	电动车
228	/1/9/31	电动车
229	/1/9/32	电动车
230	/1/9/33	电动车
231	/1/9/34	电动车
232	/1/9/35	电动车
233	/1/9/36	电动车
234	/1/9/37	电动车
235	/1/9/39	电动车
236	/1/9/42	电动车
237	/1/9/43	电动车
238	/1/9/45	电动车
239	/1/9/46	电动车
240	/1/9/47	电动车
241	/1/9/49	电动车
242	/1/10/1	电动车
243	/1/10/2	电动车
244	/1/10/3	电动车
245	/1/10/4	电动车
246	/1/10/5	电动车
247	/1/10/6	电动车
248	/1/10/7	电动车
249	/1/10/8	电动车
250	/1/10/9	电动车
251	/1/10/12	电动车
252	/1/10/13	电动车
253	/1/10/14	电动车
254	/1/10/15	电动车
255	/1/10/16	电动车
256	/1/10/18	电动车
257	/1/10/19	电动车
注：另有1091辆车辆信息将刊登于之后出版的《上海法治报》中缝，敬请留意！		

遗失声明

上海昊瀚国际贸易有限公司，遗失税务登记证正本,税号:310114550041341,声明作废。
上海崇兴实业有限公司,遗失税务登记证副本，税号：310114080072126,声明作废。

上海悠闲影视传媒有限公司，于2018年4月16日开具上海市增值税专用发票,发票代码：3100171130，发票号码：18384890-18384894共计5份,发票联和抵扣联快速遗失,声明作废。

公告

上海市愚园路1355弄5号底层后间系公有居住房屋，该房屋原承租人张桂馥于1973年3月6日报死亡，其妻冯杏珍于1982年8月26日报死亡，目前该房屋地址内无其他户籍资料。请张桂馥生前具有本市常住户口的直系亲属，在本公告公报后的六十日内速与上海新长宁集团华阳物业有限公司联系（联系人 盛志全先生，电话62116928），出租人将按照相关规定予以核查，从中确定继续履行房屋租赁合同的承租人。逾期无人联系的，或不能确定的，出租人将依法对该房作出处置。

特此公告。

上海新长宁集团
华阳物业有限公司
2018年5月4日

减资公告

上海新长宁集团新华物业有限公司，经股东会决议，即日起，公司注册资本由1000万元减少到758.269万元，特此公告。