"喋喋不休"的他学会了"闭嘴"

□法治报记者 徐荔

每个人都有自己的个性,有人内向、有人开朗,有人寡言少语、有人喜欢表达,有个人特色是好事,但当"个人特色"屡屡造成违规违纪,那可就让人 欢喜不起来了。林叶 (化名) 突出的"特点"就曾让上海市新收犯监狱民警头疼不已……

用监狱民警的话说,林叶的犯罪情节与个人经历是带有些许时代特征的。作为一名90后,林叶有着大学文化,入狱前曾当过网络主播。服刑没多久, 林叶就展现出了他话多的特质,虽然渴望减刑、假释,但因性格过度活跃,自身行为意识差,屡次违反监规纪律,影响自己服刑同时也严重干扰了监狱的改 诰秩序.

儿时经历造成性别障碍

林叶是家中独子, 小时候在不同的大城市生 活、成长、念书,父母非常宝贝他,甚至有些溺 爱, 他的要求几乎都一一满足。林叶习惯了父母对 他的言听计从,对父母说话毫不客气,哪怕服刑后 也没有变化。父母对林叶不仅是宠爱, 也寄予厚 望,哪怕家里经济条件并不富裕也还是送林叶出国 留学。在课余时间, 林叶会做做代购, 还当过网络 主播。离开父母的林叶看似更为独立了, 但在为人 处世方面仍有很多不成熟的想法,这为他后来的违 法犯罪埋下了隐患.

现代年轻人几乎都有严重的"网络依赖症", 大部分时间都在网上,社交、娱乐都离不开网络, 甚至有不少人的感情需求也是通过网络满足的。林 叶也是这样。几年前, 林叶在网上认识了一名男 子,两人比较聊得来,还开始了一段"孽缘"

根据林叶自述, 他是有性别认同障碍的, 从小 就喜欢和女孩子一起玩,而且小时候有一次臀部受 伤,恢复阶段没法正常穿裤装,父母就让他穿裙 这对年幼的他产生了影响, 但当时父母并没有 发现林叶在性别认识方面的异常。 即使现在对"性别认识障碍"有了更为科学的

认识,对这些群体的接受度也较过去有所变化,但 在大多数人看来,他们仍是异类,不同于大众的情 感取向依旧是他们最大的秘密, 不愿意被他人, 尤 其是亲友所知晓,生怕会因此改变他们小心翼翼维 护的正常生活。林叶的恋人就一直隐瞒着这个秘 可这竟成了被林叶拿捏的把柄。

林叶和对方分手后, 仍一次次联系对方, 以要 爆料对方的私生活为要挟,要求对方给钱。对方为 了息事宁人,答应给林叶5万元。可是,林叶并不 满足,就像个无底洞……受不了林叶无休止的敲诈 勒索,对方报了警。

大错没有小错不断的"刺头"

2017年,林叶因敲诈勒索罪被判处有期徒刑 4 年5个月,同年至新收犯监狱服刑。

新收犯监狱是一家以新收、分流遣送罪犯和人 监教育为主要功能的专业性监狱, 对服刑人员实行 人监教育,教育内容主要包括法治教育、服刑指 导、行为养成、心理健康教育及测验评估等。可以 说,新收犯监狱是服刑人员适应监狱生活,改造自 新的第一站,大多数服刑人员都是带着迷茫与惴惴 不安来到这里的

然而,虽是第一次服刑,林叶身上却似乎看不 到任何局促和不安,他甚至与其他服刑人员有些 "自来熟",还有些不守规矩。比如,林叶的话总是 很多, 多次违反规定与其他服刑人员聊天, 排队走 路的时候也很随意,被民警教育谈话并调换位置 后,仍然多次出现类似问题。

但要说林叶和别人关系好,他却多次因为-小事和其他人发生口角,总是"语不惊人死不休"。 被民警教育谈话后, 林叶承认错误很爽气, 但没多 久又重蹈覆辙,"虚心接受,屡教不改"

此外, 林叶虽然年轻却患有多种疾病, 经常申 请卧床病休。但是该休息的他,嘴却不停,与其他 服刑人员聊天说话,影响他人休息,也影响监区改 造氛围。还有一次,在监区组织开展康复训练操期 间,民警要求全体服刑人员精神起来,多些阳刚之 气, 林叶竟像个孩子一样当众插嘴: "本来就是个 娘们, 非要让我像个爷们。

凡此种种, 入监时间不长的林叶改造表现可谓 劣迹斑斑, 而与之相对的, 他对减刑、假释的意愿 非常强烈,入监后能够做到认罪悔罪,亲情会见、 电话以及通信情况也都正常。

基于此,民警觉得有必要对他来一场深刻的思



合理情绪疗法转变错误认知

2020年, 当林叶再次违规违纪后, 民警要求林叶重新学习入监规矩, 静坐反

'林叶就像我们小时候班级里那个讨 于活跃的孩子,大错没有小错不断,要纠 正他的行为模式还得找到问题的根源。 林叶当时的主管民警张明说。

张明负责监区的心理矫治工作,经过 ·段时间的观察, 张明发现林叶人际关系 敏感度较高,常以自我为中心,与服刑人员 相处中难以控制自身的情绪。在认知方面, 林叶存在心理外归因, 总是会把错误归结 于他人,不能认识到自己的不足。面对现 实的不理想,不能及时与人沟通,导致心 理失衡, 出现一定的焦虑和抑郁症状。

"其实林叶平时的心理状态还是不错 但是因为违规违纪,他担心会影响后 续服刑, 所以出现了一定的焦虑情绪。 张明认为可以以此为契机对林叶开展心理 咨询,通过"合理情绪疗法"帮助林叶克 服自身的情绪问题,改变错误认知,建立 起合理的观念,同时增强他的规则意识, 纠正他的不良行为模式

张明介绍, "合理情绪疗法"认为使 人痛苦的不是事件本身, 而是对事情不正 确的解释和评价,错误的认知和不合理的 观念是导致行为与情绪问题的根源。张明 希望可以借助咨询帮林叶重新评价自己, 实现新认知和旧认知观念的转变。

面对民警提出的心理咨询的建议, 林 叶表现得很积极, 在咨询过程中也很配

接下来的一周, 林叶根据张明的要求 记录了自己在服刑中的真实感受, "我知 道监区里面很多人都对我有看法, 我也想 用实际行动改变大家对我的不好看法,但 是越是想改变,就越是容易做错事情,我 也不知道怎么做才好。" "当别人和我意 见不一样,或者我的建议别人不接受的时 候,我就会觉得很丢脸、没面子,很生

"做这些记录是为了探讨分析问题的 根源,再帮林叶运用新的认知克服不良情 "张明解释,林叶的情绪问题根源不在 于别人,而是他自己性格存在缺陷,是他戴 着"有色眼镜"看待他人,以至于觉得人人 看不惯他,故意带着挑衅或无所谓的态度 对待民警及其他服刑人员。而错误的认知 进一步加深了他的内心感受, 以至于出现 睡不着、吃不下等身体不适症状。

学角度分析了林叶的想法, 并运用心理学的 合理情绪想象技术让林叶"未雨绸缪",让 林叶明白,民警的教育不是因为看不惯他针 对他, 而是出于职责进行管教, 与其他服刑 人员相处中的意见不合都是正常情况。

经过1个多月的心理咨询和自主学习 林叶的脸上终于出现了轻松、自然的表情, 焦虑、失眠的症状减少,逐步恢复正常服刑 生活状态。

"原来我的改浩之路还是有希望的。 他告诉张明, 这段时间他想明白了很多事, 会不断努力控制自己的情绪,也学会多角度 思考问题,尊重其他人,踏踏实实走好自己 的服刑改造之路。与叶林共同生活的服刑人 员也发现,过去那个总是喋喋不休的叶林话 少了,对别人了客气很多。

不过,民警对林叶的教育并未就此停 止,他们仍会不时找林叶谈谈,多渠道、多 方面潜移默化地巩固心理咨询的成果, 还在 林叶刑满释放之前特意对他的未来, 尤其是 行为习惯做了一些建议

去年, 林叶较为平稳地刑满释放了, 在 那之前,他给家人写了一封信,想要改个名 字,重新开始。

民警的话>>>

服刑人员走出监狱大门、重获新生 是监狱民警喜闻乐见的、但之后能否真 正地走向社会、回归正常生活则是他们 关心却力所不逮的。

张明告诉记者。林叶有着比较好的 家庭支持系统, 他的父母多次来监狱亲 情会见, 对林叶的情况也有着清醒的认 知,为他的将来发展做了一些打算。林 叶有烦恼或是需要寻求帮助时, 也会想 到家人, 这对他未来回归正常生活都是

有利助力。但是林叶未来会如何, 还得看 他自己能否记住这一遭带来的教训、引以

虽然林叶认罪认罚, 但他的法治意识 是淡泊的,曾有过"花恋人的钱怎么成了 犯罪"的想法。而且他的一些不良行为习 惯、错误想法明显是长期无人纠正养成 的。虽然已到了而立之年,却还像个被宠 坏的孩子, 缺乏责任感。

"在服刑期间,监狱可以对林叶进行

法治教育, 从思想认识、行为养成、 理健康等方面教育矫治,但所谓'江山 易改本性难移',要在短期内彻底改变一 个人,难度还是相当大的。"张明希望像 林叶这样的年轻人可以牢牢记住在每次 教训中学到的一切,远离不良朋辈,主 动学习、获取正能量的知识、真正新生。 而从预防犯罪的角度,则需要每个家庭 重视对孩子的教育, 以及对全社会进行 覆盖面更广、更接地气的法治教育。