

本周人物点击

特警警花凌燕: 既是“知心姐姐”还是瑜伽教练

本报记者 陈洋根 通讯员 陈福 杨勇 李勇

拥有国家二级心理咨询师资格证书,同时还是名声在外的瑜伽教练,她就是杭州市公安局萧山分局的特警警花凌燕。身怀各项技能的她不但崇尚健康的生活方式,还乐于帮助同事排解压力,提升团队凝聚力。据悉,凌燕在萧山首创了心理学与瑜伽结合的减压课程,并开展大型公益讲座。此外,凌燕还多次对刑事案件被害人进行心理帮助,被亲切地称为“知心姐姐”。

不让须眉的女特警

被公安部追授“全国公安系统一级英雄模范”荣誉称号的张叶良,是凌燕一直崇敬的偶像。张叶良生前是杭州市公安局萧山分局治安大队副大队长兼特别行动队队长,2004年在抓捕犯罪嫌疑人的过程中,与持刀歹徒展开殊死搏斗,被刺数刀、身负重伤,但仍以顽强的毅力紧追不舍,终因伤势过重壮烈牺牲。

2015年1月,凌燕告别了从事14年的情报信息工作,来到了分局巡特警大队三中队,来到了打黑除恶战线,来到了偶像曾经奋斗过的地方。巾帼不让须眉,她依托情报专业优势,很快进入角色,与队友一起深挖黑恶案件线索来源,参与了当时几乎所有大案的侦查抓捕审查工作。

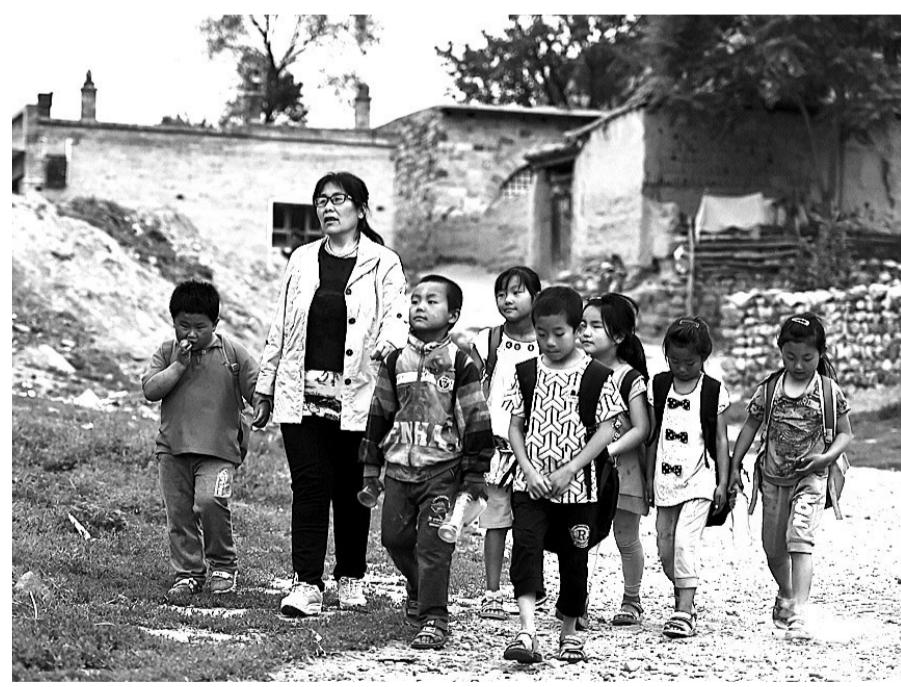
即使在2015年6月被抽调至分局峰会安保办,她也没有减少对打黑除恶工作的热情,多次配合队友开展侦查抓捕工作。2015年10月,中队受理了一起工程领域涉恶案件,除嫌疑人、骨干成员刘某外,团伙其他成员悉数到案。刘某留下的个人信息极少,警方查不到他的落脚点,对刘某的抓捕变得非常棘手。在队友的指导下,凌燕利用侦查技巧巧妙地获取了刘某打工工地的地址,经过缜密准备,成功将刘某引至事先布置的地带,随后与队友一起将刘某抓捕。

在分局峰会安保办,凌燕的主要职责是协调分局各部门的峰会安保工作及与此相关的各专项行动,因工作业务突出,她曾因此荣立个人三等功一次。

大家眼里的“知心姐姐”

凌燕是一名心理学爱好者,早在8年前她就利用业余时间考取了国家二级心理咨询师资格证书,参加了自体心理学、ACT疗法、危机干预等专业培训,是分局民警心理服务中心的带头人之一,同时担任萧山区心理咨询师协会理事。

影像



无悔年华

新华社 詹彦 摄

6月13日,在山西省娄烦县白刃岭村小学,姬爱环老师在给孩子们上课。

15岁第一次作为代课老师走上讲台,姬爱环就喜欢上了课堂里的孩子们。30多年来,她先后在山西省娄烦县农村的多所小学任教。姬爱环现在任教的白刃岭村小学有7名学生,她是学校唯一的老师,每天除了轮流给不同年级的孩子上课外,还得负责孩子们的接送。

因为错过了转为公办教师的机会,姬爱环每月工资只有1000元左右。工资偏低,教学条件艰苦,姬爱环也曾想过放弃,但看到孩子们求知的眼神,姬爱环毅然选择了留下。“我喜欢孩子,真的离不开他们。”姬爱环说,“看着孩子们一点点学到知识,我觉得自己再辛苦也值了。”

留声机

谁在说?
说了什么?



最恐怖的是,十年里我甚至可能都坐在同一间办公室,身边人都不变,位置都不挪!

——1987年出生的张颖乾,中国政法大学本科毕业后考到江苏某检察院工作,做了7年助理检察员,去年辞职当律师。他说,工作到第七年时发现,上升通道太漫长,因而产生了职业倦怠感。

穿着缝死兜的白大褂上班,我心里豁亮!

——63岁的贾立群是北京儿童医院超声科主任。从医39年,他坚守临床第一线,为了避免患者塞红包,他把白大褂上的口袋缝死。再有患者塞红包,贾立群就会笑着说:“兜缝着呢,有钱留给孩子看病吧。”

表情

坚韧

张方军:

上了央视警察真人秀的消防精英

本报记者 陈立波 通讯员 兰云海



凌燕与同事一起进行减压放松训练

在15年的警察生涯中,凌燕从事过刑警、情报信息、特警等警种工作,也深知警察工作的压力。成为分局民警心理服务中心志愿者后,凌燕就经常在业余时间为民警排解精神压力。

有位刚参加工作的民警在参与处置一起惨烈事故过程中曾留下心理阴影。当时,民警赶到现场,发现一名被甩在车外、浑身是血的伤者正在发出微弱的呼救声,但当救援人员赶到时,伤者已经没了生命迹象。事后,这个画面常常出现在民警的脑海里,甚至使他出现了噩梦失眠的症状。凌燕给这位民警进行了心理疏导,帮他走出心理阴影,理解职业价值并重新振作。如今,这位民警已经成为分局的骨干。

在减压方面,凌燕发现瑜伽这项运动很有用,经过锻炼,她还成了一名瑜伽教练。她曾获得首届西湖瑜伽表演赛亚军,还是2014西湖国际瑜伽节经络瑜伽导师。2015年,她在萧山首创心理学与瑜伽结合的减压课程,还在萧山图书馆作大型公益讲座。

今年3月,一名叫“小蘑菇”的4岁男孩被父亲遗弃在杭州乐园的事件引发了社会的广泛关注,分局安排凌燕对“小蘑菇”进行心理安抚。在“小蘑菇”父亲投案后,凌燕又会同市局心理专家对“小蘑菇”父亲进行了心理干预,使对方放下心结,坦然面对错误并承担起抚养孩子的责任。



从5000消防精英中脱颖而出

张方军的战斗力可以从他获得的诸多荣誉中看出一二。2009年8月,张方军在全省公安消防部队打造公安消防铁军大比武中,荣获个人全能第二名;2009年10月,在宁波市消防部队业务技能大比武中获得第一名;2011年入选全省业务尖子,代表全省参加全国消防业务技能大比武;2016年参加宁波市春运会竞赛获得个人第一名,获得“全能王”称号。

今年5月27日晚,在央视播出的全国首档警察竞技真人秀节目《警察特训营》中,张方军和来自北京、上海、贵州、吉林4个消防总队的7名选手展开多个业务项目的比拼。从42秒着装登车出警、全副武装背负40公斤重的装备进行挂钩梯爬楼灭火救人,到处置化工起火泄漏事故、高难度的攀岩横渡等多个项目的比试,张方军最终获得消防专业竞技全国第三名。

“别看录制节目的时候只有8个人,那可是从5000名全国消防精英里选拔出来的。”说起张方军,战友们无不竖起大拇指。原来,这期《警察特训营》通过组织推荐、个人自荐的方法进行报名后,全国报名人数达5000余名,最终通过技能考核、体能测试、形象展示、情景问答和访谈等环节的筛选,最终确定了张方军等8人参加。

永远冲在救灾第一线

2007年奥克斯火灾,2009年利时集团火灾,2011年广博集团火灾……张方军奋战在抢险救灾第一线的身影被战友熟悉。10年来,翻开张方军的出警记录,已经达到2000余次,抢救遇险群众100余人。2008年“5·12”汶川抗震救灾,张方军主动请缨,前往抗震救援一线,在汶川的14个日日夜夜里,和战友一起救出了1名伤员,参与了多起重点单位的抢险救援任务。

2012年,张方军因一线救援能力突出被保送进入提干培训班,并成功考进昆明消防指挥学校。2014年9月,张方军被分配到杭州消防支队西湖中队实习。2015年4月13日,杭州教工路23号的百脑汇科技大厦7楼发生火灾,杭州消防先后调派西湖、古荡等7个中队24辆消防车赶赴现场救援,成功疏散了上百名被困楼内的群众。时任西湖中队实习排长的张方军作为第一批赶到现场的消防力量,和战友第一时间进入大楼搜救被困群众,成功救出了9名被困人员。

只要有需要就有他

2010年7月15日下午,张方军乘坐长途汽车回老家探亲。车子刚进入山东省境内,张方军听到“砰”的一声,只见一辆电动车突然倒地,车上两人倒在了血泊中。

“停车,停车!”看到事故发生,张方军马上要求司机靠边停车,几个箭步跑到伤员身边查看情况,发现伤员头部因碰撞流血不止,立即拨打120,然后脱下自己的衣服紧紧按住伤口,待急救车赶到后,又随车送伤员到医院,确认伤员没有生命危险后悄悄离开。

探亲返回部队后,张方军没有跟任何人说起救人的事。直到1个月后,被救伤员通过多方打听,拿着锦旗千里迢迢赶到鄞州消防大队时,战友们才知道了张方军救人的事情。

“只要人民群众有需要,我不会有丝毫犹豫。”张方军是这么说的,也是这么做的,10多年的消防生涯决定了他时时刻刻把百姓利益放在首位。