

本报记者独家“探秘”白茅岭、军天湖监狱，记录大墙里鲜为人知的生活——

狱内专设心理咨询室解决“两头难”



■ 中午，服刑人员正在读书学习



■ 一名服刑人员正在阅读自费订阅的2月22日的《新民晚报》——当天，本报报道了刑满释放人员、闵行区河道保洁员吴金根，花8年义务修筑1000多米长、5米宽的“河滨景观路”，赢得了众人的称赞和尊重 本报记者 黄惠 胡欣 摄

本报记者 孙云

这是两个属于上海管辖却远离上海300余公里的地方，这是两个普通人不会去也去不了的地方，这是两个在人们眼中充满神秘感的地方——上海市白茅岭监狱和上海市军天湖监狱。本周三，记者来到皖南宣州市，穿过四道坚实的铁门，走进已有50余年历史的两座大墙。

上午：“周一课”

记者采访这天是上海市属所有监狱的“教育日”。

清晨5时40分，晨曦微露，军天湖和白茅岭已经醒了。

炊场内，服刑人员把热气腾腾的甜馒头、大米粥和什锦小菜分装进保温餐车，推车送往各监区。洗漱完毕的服刑人员在走廊上排队领饭。2010年3月前，一日三餐都是送到监舍，服刑人员挨个打饭，现在改为在炊场内统一装盒、随机分发，既保暖、卫生，也更加公平。

吃完饭，一天的课程开始了。

上午，服刑人员集中收看“2011感动中国人物颁奖晚会”，向道德模范学习。

11时许，开饭。打开饭盒，两素一荤：芹菜肉丝、炒青菜、粉丝汤。炊场里，每周菜谱上墙公示，中饭、晚饭都是两素一荤，小灶专烧清真菜，每周还有几顿营养餐。

近几年物价飞涨，负责食品供应的军天湖农场社区和白茅岭农场社区常亏本供菜，让服刑人员的餐饮水平跑赢CPI。白茅岭监狱党委书记张晓军回忆说，唯一例外是2008年春节，大雪封路，运菜车开不进农场，那两周，两素一荤被迫减为一素一荤。

饭后，有的监区组织大家打牌下棋，有的监区安排读书看报和收看电视。服刑人员有的在看家乡的报纸，有的在看两所监狱犯人自己编辑的报纸《天湖新生报》和《南岭心声报》。原是一家房地产公司法定代表人的服刑人员肖某每月向《南岭心声报》投稿五六篇，说说监区里的新措施和自己的服刑心得。他说，自己还有一年就能出狱了，到时候，想把这些报纸拿给妻子看看。

午休时间，白茅岭监狱心理健康指导室负责人张敏拿出监区民警转交给他的几封心理咨询申请单，一一翻阅，做好安排：“有一名服刑人员最近感到压力很大，下午让他到四壁包着海绵的‘情绪宣泄室’，打打橡皮人，宣泄情绪。”

张敏告诉记者，服刑人员有典型的“两头难”问题——入狱初期和出狱前普遍会

担心无法适应新环境，还有些人会因家庭变故等原因压抑、焦虑。为帮助他们调整情绪，更好投入改造，白茅岭监狱已有9名民警获得国家心理咨询师证书。狱内还设立几间心理咨询室，室内墙壁颜色不同，无形中能够帮助存在不同心理问题的服刑人员舒缓压力。

下午：文化学习

下午，上文化课。

关押在两所监狱的服刑人员，一大半来自上海以外地区，大多数人文化程度不高，不乏法盲、文盲。据军天湖监狱党委书记林国斌介绍，目前，监狱对小学及以下文化程度服刑人员的扫盲率达到95%。提高文化水平和职业技能，能减少出狱后重新犯罪的可能性。

军天湖监狱服刑人员罗某小学四年级辍学，入狱后参加扫盲班和小学班学习顺利结业，在刚举行的“我读书，我新生”演讲比赛中已能脱稿演讲。他拿着写满3页纸的演讲稿告诉记者，自己上台刚说出开场白就引起台下共鸣，获得一片掌声，这是他过去想也不敢想的。

除了文化教育，主管警官还会对服刑人员一周表现进行点评和有针对性的教育，一对一的教育特别有效。

2000年3月，淮海中路茂名南路口的“打电话少女”铜像遭窃。2004年7月2日中午，“紧急协查”在白茅岭监狱张贴，民警注意到一名服刑人员看到通知时愣了一下，一顿午饭吃得心不在焉。民警马上找他谈心，递上一杯茶，同时直截了当说“这几天的日子你很不好过”，服刑人员顿时满头大汗，眼神闪烁，频繁点头。几小时的攻心战后，他终于说出真相，窃贼就是他的老乡！挂了4年的悬案终于告破！

晚上：看《新闻联播》

傍晚5时许，晚饭来了：木耳蛋汤、黄豆炖鲜肉、炒卷心菜。

饭后休息，可以收听狱内电台广播。军天湖监狱电台的主持人和编辑都是服刑人员，除了播送国内外大事和监狱新闻，还接

受点播，为过生日的服刑人员播放歌曲，汪峰演唱的《光明》等励志歌曲是点播率最高的。服刑人员也可以看电视。每间监舍悬挂一台彩色电视机，除了《新闻联播》是必修课，其他时间看什么由大家民主决定。

休息后，服刑人员选修插花、电脑维修、电焊等各种职业技术培训。监狱管理部门会定期请宣州市和上海市劳动部门的考官走进大墙，举办考试，为合格者颁发职业资格证书。还有些人乐于学习绘画、吹奏乐器等，军天湖监狱监舍走廊和民警办公室墙壁上悬挂的书画作品就出自服刑人员之手。

在白茅岭监狱，每周三晚上还有一堂“日说一理”教育课，服刑人员各谈一个朴素却真诚的道理，互相学习。这天晚上，服刑人员王某讲了一则“公交车司机猝死前踩下刹车”的新闻：“这名公交车司机在生命的最后一刻还想着保护全车人，反观我们自己，却对社会和家庭犯下不可饶恕的罪行，一定要积极改造，重新做人……”

晚上9时，熄灯时间到了。军天湖和白茅岭恢复宁静，只听见值班民警“刷刷”的脚步声。看到这一幕，记者的脑海中不禁浮现出走进军天湖监狱时看到的一幅刘云耕同志题词“申城多少平安夜 天湖几代守夜人”……

本版摄影：除署名外均为本报记者孙云摄



■ 由服刑人员担任主持人和编辑的广播台推出生日点歌节目很受欢迎



■ 监狱管理部门每月组织服刑人员给当月过生日的服刑人员寄一张生日贺卡



■ 服刑人员正在参加由专业部门组织的电脑维修资质考试