

# 狱警工作心得体会(通用5篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

## 狱警工作心得体会篇一

狱警是一份不容易的工作，始终需要面对着高度紧张、危险、孤独、忧虑的工作环境，需要在极为困难、挑战多重的环境下，凭借着自己的职业精神和职业能力完成各种任务，保护安全，确保法律的实施。以下是我担任狱警一年多的工作心得体会，与大家分享。

### 【正文】

#### 1. 维护罪犯的人权和尊严

作为一名狱警，我始终认为，罪犯同样是人，也需要在人权和尊严方面获得应有的尊重和对待。无论是在对待身体还是精神的，狱警更需要考虑这些问题。在工作中，需要时常跟罪犯交流，理解他们的想法和需求，让他们感觉到自己的人权和尊严是得到尊重的，这样不仅体现了我们的职业精神，也能有效预防暴力事件的发生，维持狱内的良好秩序。

#### 2. 针对性的训练和培训

每天工作中，我们都需要面对各种复杂难题，例如，罪犯的闹事、纠纷、逃脱等，这时，狱警们必须做出正确的判断和决策。因此，我们需要不断锤炼自己的专业能力与职业素养，除了依靠平时的积累外，更需要系统的针对性的培训与训练。对于我们狱警来说，车模的技术操作、手续的办理、心理学的知识点等都是我们必不可少的补充。

### 3. 提高自身素养

作为狱警，我们的素质和能力不仅仅需要在专业方面有所提升，也需要在思想和意识层面得到加强。我们需要时常接受思想政治教育，发扬优良传统、树立职业道德，用更加超前的思维、更加精良的工作态度来推进工作，为依法狱政建设提供更好的服务。

### 4. 保证狱内安全

在完成人权和尊重方面的职责外，我们更需要把狱内安全摆在首位。只有保证了狱内安全才能保证罪犯的合法权益和职工的生命财产安全。因此，我们需要对狱内各种安全风险进行分析和预判，及时做出处理措施，建立安全制度体系，确保安全措施落实到位。尤其是在关键时刻，我们更需要冷静沉着的应对，坚决控制狱内秩序，确保公平、公正、公开、公安的司法制度的实施。

### 5. 担当“信仰”

作为一名狱警，在面对危难和困难时，最需要的是担当。无论是在普通的工作中，还是在重大事件中，我们始终需要做出正确的判断和处理，保证罪犯、职工、狱政在安全领域得到合理保护。我们更需要在团结协作的心态与精神的驱动下，以最优秀的状态来应对各种问题，和信仰一样驱动我们前进。

### 【结尾】

作为狱警，我始终保持着对职责和使命的清醒认识，努力提高自己的专业能力和职业素质，不断挑战极限，积极践行职业精神，将工作日常转化为自己生命的体验。我相信，在我们自己的不断努力和帮助下，我们将能够承担重任，让更多人从我们身上看到我们的行动与价值。

## 狱警工作心得体会篇二

狱警是维护社会稳定和公共安全的重要力量之一。作为一名狱警，我工作多年，经历过种种考验，在锻炼中逐渐形成了自己的工作方法和心得体会。在此，我将分享我的经验和思考，以期在职场中更好地发挥自己的作用。

### 第二段：严谨细心是基本品质

作为一名狱警，最基本的品质是严谨细心。监狱是一所高度安全的地方，任何人或物都有可能带来安全隐患。因此，作为狱警，我们必须十分严格地执行各项规章制度和标准操作流程。只有这样，才能更好地保障自己和民众的安全。同时，我们还需要非常细心，对每一个细节都要认真重视，做到万无一失。这种习惯需要长时间的锻炼和积累，但是只有这样，才能真正成为一个合格的狱警。

### 第三段：沟通技巧是必备能力

除了基本品质之外，狱警还需要具备良好的沟通技巧。监狱是一个高度封闭的场所，里面的人员来自不同的背景和文化，要与他们沟通就需要一定的技巧。例如，在处理冲突时，要有冷静、礼貌的态度，同时还要寻找问题的源头，采取合适的解决办法。除此之外，在日常工作中，还要用心聆听犯人的诉求，尊重他们的权益，在维护监狱秩序的同时，为犯人提供更好的保障和服务。

### 第四段：团队协作是关键因素

在监狱中，任何一件事都需要多个岗位之间的协同合作，因此，团队协作成为了一项关键的因素。无论是巡查、搜身、送餐还是其他工作，都要和同事们密切配合，互相支持，共同完成任务。同样重要的是，我们还需要精通彼此的工作，建立起有效的信息交流体系，让消息及时准确地传递。只有

这样，才能确保监狱的正常运转，保证人员的安全。

## 第五段：勇于创新是进步之路

最后，我想说的是，勇于创新是进步之路。作为一名狱警，我们需要在基本品质的基础上，不断探索新的工作方式和方法，循序渐进地提高自身能力和技能。例如，我们可以利用现代科技手段，建立起更为高效的信息传递与技术支持系统，使工作更为精准和便捷。此外，我们还可以通过学习更多新知识和技术，让自己在职场中更具竞争优势，为实现人生的更高目标打下坚实的基础。

结语：

总的来说，作为一名狱警，我们需要具备基本品质和必要能力，注重团队协作和不断创新实践，方能更加出色地完成自己的职责。我希望未来能够继续以这一精神，打牢自己的基础，不断提升自身素质和承担更多重要的任务。

## 狱警工作心得体会篇三

我是70后，在一所市属监狱做了监狱警察。之前，在一家律师事务所工作，后参加公务员考试到监狱成为狱警。问我多喜欢这份工作？谈不上喜欢，仅是工作，养家糊口的生计而已。问我为何放弃了当初的律师工作？自以为性格与职业难以匹配，多年坚守难有发展，只好另行选择重谋出路。转眼，40不惑，青春的激情消退殆尽，曾经的理想消弭无影，只有日复一日的工作，诠释着青春易逝容颜易老的岁月流年。

本以为狱警的工作很单调，看守犯人而已，不会有太大的工作量。现在看来，真是不懂行尽说外行话。跟人打交道，更多的是心计，何况还是犯人。在监区工作那几年，真是见识了监狱一线工作的辛苦艰难，跟犯人谈个话得有台帐记录，反映个异常情况就得调查核实，打个架就得做笔录一厚沓，

打个饭提个水会个见得跟着维持秩序，装个病也得更真的一样赶紧就医诊疗，月底了，每人一份计分考核单，符合奖励条件的，又是奖励审批表，等等，忙不完的琐事细节让人烦不胜烦。不仅如此，还要时刻提防犯人的算计或滋事，在犯群中间亦正亦邪地发展眼线，以便准确掌控犯情，实在是心累至极。若是轮到值班，那就晚上接着干，盯着电脑屏幕监控，处理夜晚突发的打架斗殴、急病发作等事件。再困再累，也别睡着，让领导发现了事儿就大了。如果碰巧架打的狠病发的急，出了人命重伤之类的，肯定又该是检察机关找上门追渎职失职的责了。

所以说，狱警的活儿，技术含量不一定高，但做好不出事，不用心真是不行。

经过在监区几年的锤打，终于有机会调到科室工作，也算是“脱离苦海”。不过，不幸的是，虽然内心压力相对减小，但工作量却成倍增长，赶到工作凑堆儿，也是累的半死不活。

我现在的工作，比较杂多，但说犯人的思想教育，就是监狱教育改造工作的重要一块儿。先别说这个工作效用如何，规定了这项工作，至少在形式上必须扎扎实实地做，教学计划得造好，上课教案得写好，期末考试要出卷、组织考试、批卷、成绩登记造册等等，都要搞。不仅要搞，还得做好各项工作台帐，以留存备查。或者说，万一以后出了问题，该追责了，这些东西，就是证明你有责还是无责的证据。关于考试的事儿，经常会有部门来查，因为涉及到犯人改造评审、积极分子评选、减刑假释等执法工作，要真是没做或者没做好，能说得清楚吗？每想到这些事儿一不小心出个差错什么的自己立马就可能从狱警变成囚徒，脊背就禁不住飕飕飕风。

日常的工作，还有一项很有“技术含量”的归我负责，就是编辑监狱小报。监狱小报每月两期，我除负责审核犯人的投稿外，还负责新闻撰写、报纸编辑、排版和校对。说实话，我是喜欢写写东西的，觉得文字的活儿蛮有意思，因此，做

这工作可以说是累并快乐着。还有就是，要向省监狱局主办的监狱系统报纸投稿，并完成省监狱学会下达的理论调研任务，写写稿子没问题，但写论文，实在是出乎我的能力之外，一个德不才不备的小科员能有多大能耐？不过，我没有懈怠，还是尽力去做好工作，而且，每当自己的稿件发表或论文获奖，心底里还是会流露出一丝令人欣慰的成就感，觉得自己的努力和辛劳没有白费。

做执法性质最显现的工作，当属罪犯改造评审、改造积极分子评选工作。这是一项浩大的工程，一是涉及人员多，基本每个犯人都要参加评审，上百个犯人参加评选；二是安排时间短，一般也就十天半个月；三是工作任务重，文件起草、评审表审核、审批表审核、结果公示、复议审查、行文表彰、台账专卷整理等等一大堆工作等着做；四是最重要的，这是执法，不能出错，如果一人出错，可能很多工作都得推倒重来，没准检察机关还要来监督，要是不能讲出个所以然，释掉自己徇私舞弊的嫌疑，那可真就麻烦了。

最让人头大的工作，我以为是各种活动会议，尤其是自己负责的那个口的会议，比如教育改造的会议或活动，又要起草、打印活动方案了，拟写如动员会、推进会等等的会议通知、会议记录了，制作文艺演出、帮教活动的新闻、简报了。活动或者会议，中间还有很多细节的东西，远比写个东西劳心费神，实在不是容易吃消的活儿。

当然，在机关工作，承担的工作不会是固定不变，总会有完成领导安排的其他任务的兜底条款来为你派更多的活儿做。临时性质的工作，那是林林总总，五花八门，做份工作考核了，填份统计报表了，出份内部杂志了，整个警示教育了，搞次安全检查了，帮趟犯人外诊了等等，不一而足，全看领导的计划机动和想象丰富。

那监狱都有企业，犯人都在生产，除了工资，一定还有很多奖金之类的吧？12年狱警生涯，上册工资收入3000稍出头，我

以为应该不算多。至于奖金之类的，我刚考公务员那会儿也是这么想的，但至今从未领取过。工作工资不多，但又舍弃不得，不惑之年，少了非分之想，多了务实之念，想必以后的生活，就是这样波澜不惊的从容而过吧。

## 狱警工作感悟范文

### 幸福只是海滩上的城堡

很多人问我，做为一名狱警，你工作的最大的感悟是什么？初答这个问题的时候让我很为难，这份工作给我的感悟实在是太多了，就象你吃了一顿饭后有人问你吃到哪一口才饱的一样。经过反复思考，我想我可以说出现在的答案，结果就是：幸福只是海滩上的城堡。

### 幸福只是海滩上的城堡——狱警感悟

命运是一个多么奇异的魔术师啊，让每个人的命运如同大海上的波涛起起伏伏，有时甚至会掀起冲天的巨浪。例如张某，入狱前是个企业家，为给别人担保背下了巨额债务，为了挽回损失将对方的车辆扣押，结果自己却锒铛入狱。李某，幸福的家庭在酒驾上止步。王某，讲义气为朋友讨债，结果故意伤害入狱……，这样的例子实在太多太多了。

### 幸福只是海滩上的城堡——狱警感悟

趋吉避凶是人类的天性，小时候看外国电影，老外吃饭时总要双手合起来先行祈祷，总觉得有些可笑，现在再想想还是自己年少无知。一个人能时时刻刻提醒自己的人生信仰和坚守，本身就是一个多么令人尊敬事情。

幸福是如此的难得，追求起来是千难万险的不易，甚至穷尽一生望尘莫及。但一旦侥幸拥有时，它又如此的脆弱，看起来一件微不足道的事情都可能让你从幸福的天堂一下堕入懊

悔的地狱。我想如果传说和希望的药物都能发明的话，“后悔药”绝对应该是最为畅销的。

幸福只是海滩上的城堡-----狱警感悟

既然幸福是如此的难得和脆弱，那么面对它我们应该有什么样的态度呢？我想一是感恩，感恩命运的赐予。二是珍惜，珍惜才能品味出幸福的真正滋味。三是呵护，小心翼翼的呵护才能让幸福久长。四是创造，创造幸福和享受幸福应该是同等重要的，不是吗？有时贫瘠土地上结出的瓜果会格外的甜。五是合规，合情合理合法的创造和拥有幸福才能安心，强扭的瓜不甜。六是知进退，恃宠而骄恃福而傲终是取乱之道。

也许你会厌烦，感觉这都是老生长谈，那么请你留言，你想听什么样的监狱故事，从中自己悟幸福之道，我一定会努力举例。

when happiness knocks at the door, open the door quietly, invite it in, bring a cup of tea, stay with it, make it stay as long as possible, and enjoy the quiet time with us.

(当幸福来敲门时，静静的打开门，请它进来，端上一杯茶，好好陪着它，让它尽可能的呆的长久，好和我们一起享受岁月的静好。)

狱警工作心得体会

讲真，作为一名监狱警察生活真的很枯燥，尤其是像我这样的身在外地的单身狗，比如我现在就是待在单位宿舍不知做什么，对着电脑，不知道看什么节目，拿着手机不知道找哪个朋友聊天，桌角放的书也很久没有翻动了。除了单位的公文，也已经很久没有写过笔记了，今天就简单的写一点自己的胡思乱想吧。



我感觉到很多人对狱警这个职业是有误解的，这个想法仅来自我周边的亲人朋友问过我最多的问题。我刚参加工作之后，回到老家，奶奶总是担心我的人身安全，认为我还是像在公安上外出抓人什么的，总是一遍遍的叮嘱我；我的发小，朋友们总是问我监狱里时怎么打服刑人员的，这些问题在我解释很多遍之后还是不能消除他们的疑惑，其实现在监狱就是一座学校和工厂，服刑人员在这里接受思想教育，通过劳动转变不劳而获等思想观念并学习生活技能。很多影视节目里狱警就是一个一个的暴徒，这样的影视节目也误导很多人对狱警“有色”看待，认为狱警不是受贿就是暴力，我真心的希望能有更多的影视节目宣传狱警的正能量，焦南监狱警察袁文俊被评为“感动中原”十大年度人物，但人却累到在工作岗位上，这样的结果让我们很痛心。监狱工作就是每天坚守监管一线，保障安全，工作性质也决定狱警的工作很平凡，但就是这样平凡的工作要一辈一辈的坚守，安全就是我们的工作业绩，就像我单位在监管工作上取得无事故，平凡的几个字，就是一辈人的坚守！

## 狱警工作心得体会篇四

作为一个狱警，我的工作是为了确保监狱内的安全和秩序。我一直认为，这是一个困难而且危险的工作，但是经过多年的工作，我逐渐意识到，每天的工作不仅需要身体素质和技能，更需要正确的工作态度和价值观。本文就是对这些方面的心得和体会的总结。

### 第二段：身体素质和技能的重要性

作为一个狱警，良好的身体素质和技能是必不可少的。首先，我们需要具备足够的体力和耐力。因为我们的工作需要长时间的站立、巡逻和搬运。其次，我们需要具有一定的武术和防身技巧，以应对可能的身体冲突。此外，我们还需要具备足够的知识和技能，如了解监管规定、掌握监狱文化等，以便保证监狱内部的秩序和安全。

### 第三段：正确的工作态度

除了身体素质和技能，正确的工作态度也是非常重要的。首先，我们需要尊重每一个受监管人员的权利和自尊心。其次，我们需要遵守监狱的规定，积极履行职责，同时避免滥用职权。最后，我们需要密切关注犯人的行为和心理变化，及时发现并处理犯罪行为的迹象。

### 第四段：价值观的影响

正确的价值观将直接影响我们在工作中的表现和作用。例如，我们必须始终牢记自己的职责和责任，坚守原则和道德，并为保持监狱内秩序和安全而竭尽全力。我们还需要认识到监狱的价值不仅仅在于惩罚和严格监管，而且也需要提供教育和改造的机会，使受监管人员最终能够成为有用的社会成员。

### 第五段：结论

总的来说，作为一个狱警，要想做好工作，只有具备良好的身体素质和技能还远远不够，更需要正确的工作态度、正确的价值观以及关注犯人的行为和心理变化。我们应该时刻保持对职责和责任的认识和能力，以便尽力维护监狱的秩序和安全，同时为受监管人员提供教育和改造的机会。这需要不断的努力和实践，只有不断积累和提升我们的经验和能力，才能让我们成为一名真正合格的狱警。

## 狱警工作心得体会篇五

一位看守所民警，和死刑人员打了21年交道，对死刑犯，21年里他经历了从“嫉恶如仇”到“怜惜可惜”再到“想要挽救”三个阶段，他说：让他们得到安慰，能平静告别，这是我职责范围内能做到的最好的事。

广西梧州市看守所在城市东郊。站在最外的办公楼，也能听

见羈押的犯人在闲聊、点到、唱歌，鼎沸的人声传得很远。岭南时晴时雨，一会儿大毒日头，一会儿豪雨兜头，空气里是湿漉漉的青草味。

石检深，42岁，梧州市看守所副所长，从21岁开始，他在梧州看守所担任死刑人员监区的民警，39岁时擢升为副所长，仍分管死刑人员监区。21年的时间都在和死刑人员打交道。

监区民警要做的，是理解人

1995年，我20岁，成了梧州市看守所的民警。

从小我就想当刑警，志愿也是报的刑警，但却被分到了看守所。

第一次去看看守所监区报道，上二楼的巡逻通道一看，嚯，好家伙，这么多人啊。入职大概一年后，所里把我分到了死刑人员监区。

一位退休的老所长对我说，刚开始做，每个人都不熟悉。你要多看点书，工作上多总结，多去了解和理解一些其他行业的事情。

后来我发现，确实是这样。如果这个犯罪嫌疑人是医生，你又了解一些医务知识，就很容易有话题。要打开别人的心扉，首先要了解他的专长。

左右，有个21岁的男孩，参与入室抢劫，把一个女老板杀了。起因很简单，他爸妈早亡，小时候跟着叔叔在湖北勾松脂，长大后跟着姐姐姐夫生活，问姐姐借了三千块去学车，车还没学，赌博把钱输得差不多了。

他赌钱时认识另一个人，说没钱就去抢。他担心姐姐姐夫因为他赌钱责骂他，只好去抢，抢完就把别人杀了。被判了死

刑，刚进来就闹自杀，说我要死我要死，折腾一个月，天天闹。

我的切入点就是跟他聊勾松脂。我就说我也是乡下出来，小时候也勾松脂，早上什么时候得上山，松脂刀是怎样弄，怎么才锋利，从哪里往下勾，说到和他经历不符的地方，他就会插话了。他愿意开口，我们就有共同语言了。就这样，他一个月不开口，我三四天就攻开了。

后来因为同案犯在逃，罪责不清晰，疑罪从轻，他被改判了死缓。

我当时就觉得，他们其实也是普通人，也需要关心。他们的愿望都是很简单的，有时候你满足一下，他们都会很感动。

说实在话，我相信人性本善。但是没有得到合理引导，人生观价值观没有树立好，他是可以向恶的。人生本是一张白纸，就看你怎么写，有自己写的，有社会和环境泼墨上去的，不懂得分辨，就会被外界的力量引导。

石检深每天清晨从这里进去，开始他的工作。

要让他们放下心里噎着的那些事

这么多年，我管过上百位死刑人员，贩毒的、杀人的、抢劫的……接触下来我最大的感触是，要给他们生的希望。

我一位同事最近感叹，我辛辛苦苦做了这么多工作，让他们重新燃起希望，突然间他就被带走了，就执行死刑了，到头来这些工作是徒劳的。

他这是很典型的陷入迷茫期了。每个人都会经历这样一个过程。所谓生的希望，其实不仅仅是生命延续的那种生，有些事情是我们无法逆转的，但如果能让一个死刑人员放下他心

里噎着的那些事儿，知道他生命中也有一两件有意义的事情，那也是一种重生。

比如说我管过好几个杀自己伴侣的，各种方式都有，用炸药、泼硫酸、碎尸等等。原因也不外乎伴侣出轨，或双方感情破裂。入狱后他们的状态高度一致，就是不悔罪，不求立功表现，甚至一审判死后不上诉。

我总是跟他们讲，感情不是工厂的生产线，你不能说你投入多少我就回报多少，我感受到多么不幸福，都要和你生活在一起。法律上没有这样的规定。追求幸福是每个人的权利。感情是什么，是妥协和付出，而不是索取和回报。

有一个贩毒的死刑人员，妻子要离婚，还要孩子的抚养权，他强烈拒绝。我劝他，是惩罚妻子重要，还是给孩子健康的环境重要？你从小缺的那些爱，希望孩子也缺吗？你把孩子给他妈妈，他以后想起你，只有爱，没有恨。因为你爱他，给了他重新生活的空间。他听了这话，很平静地把孩子给了妻子，没了遗憾。

每天早晨民警上班，都要回放前一晚的监控视频。总是能看到，他们反复翻看家人的照片、信件，看完倒在一边，拿毛巾或被子蒙住头，流一晚上的泪。有时谈话，稍一提起家人，就有人眼圈发红。

真正到了最后几天，大多数人也都比较坦然了，毕竟之前有过那么长时间的心理建设。我们没有民间流传的所谓最后一顿饭、告别仪式、遗书之类的，刻意不给他们营造这种氛围。执行前有个临终会见，见了家人，他们除了哭还是哭。

人去了刑场，他们的遗物要留给家里。那些家里的来信，都已皱皱巴巴，边角磨得很脏很脏，那是读过百遍千遍的痕迹。信件和相片，是他们最珍贵的东西。在给家人的最后一封信里，他们总是写，爸妈，孩儿不孝，你们要注意身体。

很多改判后转到监狱服刑的死刑人员，都会给民警寄来感谢信。

从重从快，到少杀慎杀

比如死刑政策，从以前的“不放过一个坏人”，变成了现在的“不冤枉一个好人”。从以前的从重从快，到现在的少杀慎杀。

，最高法收回死刑复核权，也是20，公检法司四部门发布了一个文件，明确了死刑人员行刑前有见家属的权利，死刑复核下来也会告知他。

原先是没有家属会见的，他们与家属最后的联系，就是书信。原来大家也不知道哪天执行。到了那天直接把人提出来，执行前执法人员会和死刑人员谈四点，一你有什么遗言，二有什么财产纠纷，三还有什么要处理的，四找谁去处理，做好记录，让他签字，执法人员也签字。这事就完了。

新政策执行后的第一个死刑人员，我现在还记得很清楚。处了十几年的女友要分手，他朝她泼硫酸，造成二级伤残，那姑娘的照片我看了，整个人都面目全非了。

这个人身上有三个第一例，第一例最高法核准死刑，第一例提前告知要对他执行死刑，第一例安排家属会见。

他当时觉得自己罪不至死，错在女方。一审判死刑后他很积极去上诉，二审判决下来还是死刑，他申诉。申诉和死刑复核是同时进行的，死刑核准了，告诉他的时候，他非常气愤，把衣服解开，扔到地上。

这事怎么说呢，刑法的判罚有三个：社会危害性、刑事违法性和应受刑罚处罚性。他这个案子的社会影响是很恶劣的，当街泼硫酸，群众会很恐慌。给当事人的心理和生理也造成

了极大的痛苦。所以从一审、二审到申诉和死刑复核，法院的裁判都是死刑，整个判处死刑的司法体系已经非常严谨谨慎了。

暖人心者，莫先乎情

说心里话，不管外界怎么评价，我都不觉得管死刑人员是个什么轰轰烈烈的事情。他们的经历和故事，再曲折离奇，我也从来不和人讲，就算和家里人，也都是蜻蜓点水。

这么些年，会不会受我这工作的影响呢，当然也会。大家总说，一个警察一年遇到的阴暗面，往往比普通人一辈子遇到的要多。从二十多岁到四十多岁，我也经历三个阶段，第一是嫉恶如仇，第二是觉得怜惜、可惜，第三个是想要挽救。

年轻的时候，充满了好奇心，胆子也大。有一次去医院办事，在电梯里看见医生推着一具遗体，用白布包着。我的同事们都扭过头去，可是很奇怪，那一瞬间我有强烈的冲动，想把白布掀开，看看死者究竟是男是女，多大年纪，容貌如何。

面对死亡，犯人的情绪都会比较反复。有段时间，有个犯人一直闹情绪，我发愁啊，整个人神经紧绷，一天晚上做噩梦，一拳打在妻子脸上，她脸上都淤青了。第二天早上她跟我说，我又惊讶，又羞愧。

那时候也忙，每天六七点才下班。当时我已经有了女儿，在她读幼儿园的时候，她母亲因为工作需要去了外地，我要接送她上下学。有好几次，我七点才去接，幼儿园早放学了，她一个人在教室里看电视，我去了，她泪眼汪汪地问我，爸爸，你还要我吗？我说爸爸肯定要你啊，她说那你为什么这么晚才来接我？我还是觉得对她很愧疚。

有了孩子之后，心态也会有变化。不安全感会更强烈，有时候临睡前，我甚至会幻想，会不会有人来报复自己，会不会

对小孩下手。

后来自己慢慢调整，也去做了一些疏导，去看一些温暖阳光的东西。网上流传的那种跳楼或者抢劫的视频，现在家里人拿给我看，我都不看的，或者直接关掉，我不想看，我看不下去，心里抽抽。

我现在的心理是挽救。其实即使是死刑犯，他们也有被肯定的内心需要。

你陪一个人这么久，知道过几天就要执行了，心里的滋味是很复杂的。我最相信的一句话是，暖人心者，莫先乎情。在临死前，满足他们这种被肯定的需要，让他们得到安慰，能平静告别。这是我职责范围内能做到的最好的事。