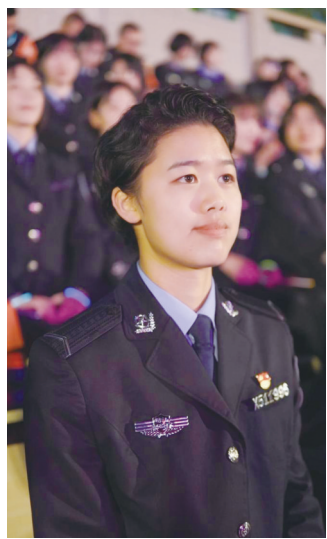


“火凤凰”刁旭的热血青春



人物简介:

刁旭,学校法学专业2018级学生,曾服役于武警某侦察连女子特战班,荣获2019年“四川省最美女大学生”荣誉称号。

刁旭的QQ头像,是一位拿着枪的短发女兵,背后是盘旋的直升机和滚滚的硝烟。

“她叫‘兵丫’,是去年八一建军节的献礼漫画形象。有时候,刚加我的朋友会因为我的头像分不清楚我是男生还是女生,”刁旭笑着说,“大家可能会认为一个女生怎么会喜欢这些,但这身制服的确是我的挚爱。”

特战“火凤凰”

2015年,刁旭考入四川司法警官学院,同年参军入伍,来到了武警某侦察连女子特战班。

“当警察是我从小梦想,入伍的时候填写意向,我就选了武警。”

就这样,刁旭不仅入了伍,还成为了一名武警女特战队员,参与了武警特战的“魔鬼周”极限训练。

负重三十公斤长途奔袭、每天仅休息两三个小时、携带一张地图和一壶水的野外生存战斗、午夜紧急拉练、山地攀岩、拧出汗水的特战服、沾满淤泥的作战靴、能倒出泥浆的头盔……

“在一次‘魔鬼周’训练中,我出了一点意外,造成了大腿疲劳性的粉碎性骨折,当时就去做了手术,缝了几十针,到现在我的腿上还有三四十公分长的疤,天气变化就会有感觉。”

“但是这是我的梦想啊,我不

后悔我的选择。”

2016年7月,因在一次特殊任务中表现突出,刁旭被批准火线入党。

2017年,刁旭所在的女子特战班荣获“全国三八红旗集体”荣誉称号。

“麻辣”女督查

2020年,刁旭通过“专升本”考试进入了川警院,并在成都校区学警队担任督察副中队长。

“自从刁旭负责督察工作后,现在我们的床单都需要用透明胶带贴在床板上了,这样才不会弄皱,避免被扣分。”成都校区一位不愿意透露姓名的同学说到,而也正因为严格执行警务化管理规定,刁旭还获得了“麻辣女兵”“火凤凰”的绰号。

“我只是觉得,这身警服这么好看,我们不能每天浑浑噩噩地辜负它。”当谈及为什么要如此严格时刁旭说。

“其实我心里面还是有委屈。”面对大家的抱怨,刁旭说尽自己最大的努力就好,“不过,我挺喜欢‘火凤凰’这个称号的。”

梦想“赶路人”

“我家是在偏远的山村,小学的时候我就很向往课本里说的‘山的那边是什么’。想要‘走出大山



去看海’。”讲起自己从小经历,刁旭的话多了起来。

到了初中,她的班主任对他们说:“要学会做事,先要学会做人。”而这句话也让刁旭受益匪浅。

高中以后,她的老师告诉她:“每一个不如意的现在,都有一个不曾努力的过去。将来的你,一定会感谢现在拼命的自己。”

在特战部队“魔鬼周”中,刁旭凭着一句“不逼自己一把,你永远都不知道自己有多优秀”,撑过了最煎熬的那段时间。

“也许有人会觉得这些都是鸡汤,是徒有其形的,但每句话都实实在在深刻地影响了我,让我坚定地走下去。”

说着刁旭突然就严肃了起来:“我现在最喜欢习总书记的‘现在

的青春是用来奋斗的,将来的青春是用来回忆的。’我也正在用行动去践行这句话。”

现在的刁旭每天都来去匆匆地奔跑在工作和学习之间,为了挤出一些学习时间,她总是在早上5:30起床。“因为学习时间的确很紧张,勤能补拙嘛,”刁旭说她在准备考研,“我想进入公安院校学习公安专业,以后成为一名人民警察。”

关于为什么想要当警察这个问题,刁旭说自己也不太清楚,但她却将这份信念传递给了自己的弟弟:“他受我影响,入伍后在新疆喀什的特种部队服役。去年的中印边境冲突中,他还上了一线。我很为他自豪。”

(艾浩棋 谢晓颖 指导老师 李倩坤)

学校圆满完成2021年春季消防应急疏散演练



本报讯(通讯员 谢佳成 黄静雯)3月21日上午,学校组织泸州、成都两个校区同时开展2021年春季消防应急疏散演练。周长明副院长出席演练,全体学管干部和学生参与演练。

警报声响,全体学生用湿毛巾捂住口鼻、弯腰迅速从学生宿舍撤离,在规定时间内,完成了模

拟接报、鸣哨示警、组织疏散、集合整队四个环节,学生们冷静迅速、秩序井然,以最快速度安全到达指定地点并整队报告,圆满完成应急疏散演练。

学生处主要负责人强调,要以此次演练为契机,有效增强应对防范化解各种风险的能力,进一步强化安全第一、生命至上的

理念,切实加强居安思危、以防为主,严守法纪、严防事故意识和措施,做到快速反应、及时报告,严格监督、严肃追责,为建设平安校园、争创全国重点公安院校贡献智慧和力量。

演练结束后,学校治安应急救援教学团队还向学生代表现场讲解、演示了灭火器的正确使用方法。

大练兵、大比武 学校开展2021年春季学期 “三检查、三竞赛”

本报讯(记者 谢佳成)3月30日,泸州和成都校区操场上不时传来响亮的口令声。学校2021年春季学期大练兵、大比武“三检查、三竞赛”正在举行。

十个学生大队在队列、礼仪、叠军被三项比赛中展开激烈比拼,最终侦查学二大队获得总分

最高分。

三检查:警容风纪检查、寝室内务检查、教室卫生检查。目的在于检验日常警务化规范,提高学生警务化素养

三竞赛:队列比赛、礼仪比赛、叠军被比赛。其目的在于提高队列素养,培养警察礼仪,推动学风建设的养成。



学校举办四川警察学院 首届大学生职业生涯规划大赛

本报讯(通讯员 王子叶)3月28日下午,由泸州市就业服务管理局、泸州市退役军人教育培训和就业促进中心、泸州市人才服务中心与学校联合举办的四川警察学院首届大学生职业生涯规划大赛在成教部多功能教室拉开帷幕。泸州市就业局职业介绍中心主任车轮与学校

相关部门到场指导。

来自各大队的9名参赛选手分别从职业规划展示、现场路演和现场问答这三个环节作出详细陈述。经由人力资源管理专家组成的评审团评议,最终选出一等奖一名、二等奖两名、三等奖三名、优秀奖三名。评审团并对参赛选手的能力予以赞扬。

心理健康

肖sir信箱



Q:联考结束后,对充满不确定性和未知性的联考成绩与未来去向,多数学生容易处于恐慌与焦虑中。法学专业学生亦是如此,面临就业、论文、管理和相互比较上的多重压力,我们的心情可能更是难以平复。焦虑的状态直接带来心情的浮躁,表现为看不进书、精神状态不佳、注意力不集中、记忆力下降、小动作增多、沉迷于手机或网络游戏等,该怎么办呢?

肖sir:当我们的心情久久不能平复时,当我们极为焦虑浮躁时,当我们感觉身心疲倦时,可以花五分钟的时间来做以下某一件事,或某几件事。

呼吸:慢下来,把注意力带到呼吸上。呼吸是生命的根本,可以有意把注意力带到腹部,做几次深长的腹式呼吸;打一个电话:给你一个你信任的亲人、朋友或者社区中的支持性资源打个电话。或者给你觉得可能有需要的朋友、家人打个电话,并问问他们正在做什么。着陆技术:如果你发现自己极度担心或焦

虑,把注意力带回到当下。感觉一下双脚跟地面的接触,身体跟椅子的接触、动手手指、环顾四周、哼唱一会歌曲等;改变:如果你整日坐着,请站起来,伸展一下身体,走动走动,给脸上泼一点冷水,或者干脆洗个冷水脸,呼吸新鲜空气;五指感恩:花一点时间,写出五件让你感恩的事情;补充能量:如果你觉得情绪化、迷惘、疲惫或者脾气有点急,你也可能是饿了或者渴了。暂停一下,花五分钟时间休息,喝一点温凉的水,或者吃一点健康的小吃。