

<<警察心理健康手册>>

图书基本信息

书名：<<警察心理健康手册>>

13位ISBN编号：9787507323740

10位ISBN编号：7507323749

出版时间：2007-10

出版时间：中央文献出版社

作者：《警察心理健康手册》编写组

页数：271

字数：180000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<警察心理健康手册>>

内容概要

为了在广大公安民警中普及心理知识，增强心理素质，提倡自我调适，编者们组织编写了《警察心理健康手册》一书。

本书结合警察的职业特点和工作性质以及生活实际，对影响警察心理健康的因素、警察心理健康的意义、警察存在的心理问题及其调适方法、警察心理保健的措施和警察日常心理保健方法等方面进行了全面的讲解。

语言通俗易懂，内容全面翔实，分析深入浅出，是一本具实用性、操作性和科学性的警察心理健康知识的普及性读物。

<<警察心理健康手册>>

书籍目录

第一章 关注警察心理健康 1.了解心理健康 世界卫生组织的心理健康定义 心理健康标准 2.警察心理健康的七条标准 心理上无障碍或异常表现 正确的自我意识 稳定乐观的情绪 完整统一的人格 良好的人际关系 适应社会的能力 自我的控制能力 3.心身疾病——警察健康的最大威胁 治病要治心 保护我们的心身健康 4.谁动了警察的心理健康 具有“三高”特点的职业 时刻面临工作的危险性 社会的压力无处不在 家庭和经济的压力难以承受 自身的性格因素第二章 警察心理健康的意义 1.改善警察的生活点质量 预防心身疾病的发生 预防精神疾病和障碍的发生 帮助建立良好的人际关系 2.提高警察的战斗力和战斗力 热爱自己的工作 更好的发挥个体能力 应付工作的特殊要求 3.预防警察的违法行为第三章 不同警种存在的心理问题 1.刑侦警察主要的心理问题 认知心理问题 情绪心理问题 个性心理问题 2.交通警察主要的心理问题 认知心理问题 情绪心理问题 个性心理问题 人际交往心理问题 3.巡逻警察主要的心理问题第四章 正确认识客观事物第五章 缓解心理压力第六章 做自己情绪的主人第七章 在挫折和冲突中成长第八章 建立和谐的人际关系第九章 铺筑警察心理保健之路第十章 警察日常心理保健方法附录：警察心理健康检测

<<警察心理健康手册>>

编辑推荐

《警察心理健康手册》由中央文献出版社出版。

<<警察心理健康手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>