# 部队心理防控工作总结(必备22篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2024-01-24

*部队心理防控工作总结16月21日应赛罕区教育局工会的邀请，以内蒙妇联的志愿者的身份在赛罕区蒙古族幼儿园做“关注幼儿园老师心理健康”的专题讲座。这所幼儿园有老师59人，男性6、7人，未婚6、7人。招收3-6岁的小、中、大班，现有12个班，共4...*

**部队心理防控工作总结1**

6月21日应赛罕区教育局工会的邀请，以内蒙妇联的志愿者的身份在赛罕区蒙古族幼儿园做“关注幼儿园老师心理健康”的专题讲座。

这所幼儿园有老师59人，男性6、7人，未婚6、7人。招收3-6岁的小、中、大班，现有12个班，共406人。国家规定小班25人，中班30人，大班35人，这里班级最多人数36人。建园26年，是本市示范幼儿园。这次讲座的内容有：幼儿老师心理健康的重要性、影响幼儿老师心理健康的因素、幼儿老师心理的标准、当代女性面临的心理困惑及减压方法、3-6岁幼儿的典型问题的处理。

这次讲座纯属个人行为，是通过中间人联系到了我；碍于面子我接收了邀请并主动和赛罕教育局的那位“领导”联系。询问讲课地点、讲课内容等事宜。但一直没搞清楚讲课地点，她说在市政府的南面，坐35路公交到民族中学下车。周四上午我有主动给“领导”打电话核实，电话打不通，下午我在打车的途中才接到她的电话，要我在35路公交站牌下等她，她去接我。我还不知道具体这个叫“民族幼儿园”还是“蒙族幼儿园”在哪里?于是就问了要去听课的同行，她告诉了我具体的地址，我打车就直接去了那里(民族中学的东侧)。去了之后就寻找这位“领导(事先没见过)”，当我给她打电话说我到了时，她劈头盖脸训斥一顿：嫌我直接到了幼儿园，大热天出来迎我。我解释说我因为不知道地方就直接来了，再说我也不知道她什么时间去接我呀！

**部队心理防控工作总结2**

  通过近半年的中队见习锻炼，不仅充实了自己，而且更加坚定了自己为消防部队建设贡献青春和热血的信念。当然，自己要学的东西还有很多。虽然我在工作上取得了一些成绩，但通过这次见习，发觉自己在工作中存在一些不足：

  (一)与战士的沟通不够多，没能很好的开展经常性思想工作。在以后的工作中我将同战士打成一片，做到“五同”以合格党员的标准来要求自己，和官兵一起为中队建设不断努力。

  (二)业务水平还不高，不够钻研，故在开展工作中比较盲目，有时缺乏一定自信。

  (三)是工作要领基本，处理事情要领基本，没有创新精神，对问题不作深层次的分析，思考不深刻，没有留心到工作要领的完善，给自己工作带来事半功倍的效果。应不断的提高对业务知识主要性和迫切性的认识，自觉、刻苦地钻研业务，扎实基础，灵活运用合理的要领和方法，热爱本职工作，干一行爱一行，虚心好学，遇到问题多看多问多想，多向周围的同志请教。

  回顾半年来的工作情况，在纪律作风，自我严格要求，以及部队其它工作上，做为一名见习排长，本人发觉了很多新问题，例如：某段时期工作责任心有所下降，对自己放松要求，所学的知识未能与实际工作的结合不够紧密等一系列的问题，鞭策自己不断前进，这都对本人明年的工作提出了明确的目标，作为前进路上的一股动力，我相信在中队领导的关心和帮助下明年的工作一定能有更大的进步。

今年\_月，我从\_\_学院毕业后分配到我们一支队\_\_中队担任排长。一年来，在支队党委和支队的关怀培养下，在中队党支部和队领导的关心帮助下，我认真履行职责，刻苦学习，勤于思考，虑心求教，勇于探索，敢于创新，善于在工作中寻找差距，在实践中总结经验，经过不懈的努力，克服了管理经验不足，业务基础薄弱的缺点，发扬自身优势，圆满完成了上级交给的各项任务。同时，思想觉悟，工作能力和业务水平都有了长足的提高，为了更好的完善自己，发掘自身存在的不足，进而总结经验教训，为明年的工作乃至今后的成长进步制订一长远的计划与步骤。现将这一年来的学习、工作情况总结如下：

一、加强理论学习，提高防腐拒变能力。

20年一年来，我认真学习了总队政治部开展的理想信念教育。一年来，我时刻关注社会动态和时事政治，始终站在党的立场上去分析问题、判断是非，并将政治理论指导实践，实施在具体行动上，从而加强自身道德修养和党性觉悟，提高防腐拒变的能力。

二、强化业务基础，提高指挥能力。

不久的将来我也要担任一线指挥员，由于我是文书出身，学的又是防火管理专业，对火场指挥和器材装备的性能不够熟悉，深知自身不足，刚下队我就投入到对战备车辆性能和随车装备的熟悉工作中，通过向中队其他干部、战斗班长和其他士官请教，目前已基本掌握了常用器材装备的性能和使用方法，并已跟车，担当副指挥，到火场一线去熟悉装备的使用性能、使用方法和应用范围以及指挥员的现场指挥方法、指挥程序和要求，并在归队后加以总结记录。空余时间请求与通讯一道外出熟悉辖区内的水源、地形和交通道路，通过这一段时间的了解与学习，业务知识方面已有了长足的进步。

三、踏实工作求实效。

来到\_\_中队虽有一年，其实在队工作时间大半年的时间。军训期间，我严格遵守我们消防部队的有关规定，牢记支队领导的嘱托，发扬在校学习期间的优良传统和作风，维护了我们消防部队的良好形象。期间我带领\_\_中学参加了\_\_新区军训会操，取得了第一名的优异成绩，为我们支队和校方争得了荣誉。

今年是我们\_\_中队的又一丰收年，准备打一攻坚战，业务上已取得了很好的成绩，为了能在后勤考评上也打一个大胜仗，中队全体官兵一齐动手，队长将中队的卫生工作分管给我，这是领导对我的信任，也是对我的考验，深感责任重大。我以身作则，亲自动手，带领大家出色地完成了所有的卫生工作，为后勤考评的成绩取得做出了我所有的努力。

四、加强能力培养，强化纪律观念。

由于刚从学校毕业，实践经验比较缺乏，加上之前又是文书出身，对部队管理方面的能力很是欠缺。为此，我充分利用\_\_中队的优良传统和部队管理方面的优势，积极去参与和学习，并大胆尝试一些新的管理方法，受益非浅，起到了较好的桥梁作用。在管理中我首先对自身要求以高标准，发扬在校期间的优良作风，用来感染下面的战士，做到言传身教。

五、收获与体会

1、知兵、爱兵是开展工作的前提。一到中队首先接触到的就是战士，整天和他们生活、工作在一起，排长是联系干部和战士的桥梁和纽带，要搭好这座桥、牵牢这根带，必须先打好根基，熟悉下面战士的情况。为此，我对照花名册，在日常生活、学习、工作、训练中从不同渠道去了解战士的性格、爱好、家庭情况以及情绪变化等内容，并做好记录，做到“身在兵中，兵中心中”。

2、以身作则、率先垂范是开展工作的保证。身为刚下中队的新排长、新干部，乃是战士学习的榜样，一言一行、一举一动都直接影响到自己在战士心目中的形象和地位，做好表率能更利于开展各项工作，更能树立威信，更能教育和管理好部队。

3、强烈的责任心是出色完成任务的前提。责任心是否到位直接影响到工作的质量和效果，一年来，不管是在带军训，还是后勤考评的卫生工作，外出保养、维修消火栓，我都能尽心尽职，自己动手，将安全意识放在首位，力求工作完成出色，事实证明效果是明显的。

4、严格管理是提高部队战斗力的保证。现在的部队组成士官较多，兵龄长，年龄大，随之而来的婚恋、家庭问题给我们的基层管理带来了许多新麻烦，放任不管，睁一只眼闭一只眼，不但毁了中队，更是对战士的极端不负责任，长此以往，这支部队就会垮掉，就会失去战斗力，严格管理要讲究科学的方法，要注重实效，要有明确的计划和步骤，这样才能出成绩，出战斗力!

5、开拓创新是部队正规化建设的动力源泉。随着社会的发展，消防部队也面临着诸多新问题，如手机呼机、婚恋倾向、练兵机制、执行任务的延伸、保卫对象的复杂化等问题，都给我们当前的消防部队的正规化建设提出了新的挑战，要解决这些问题，就需要开拓思路、扩散思维、研究对策、制定措施，建设具有时代特色的消防部队。

六、存在不足和今后努力方向

1、管理力度亟急加强。主要是我之前从事管理工作时间短，经验不够丰富，对棘手问题没有果断的决策。

2、考虑问题不够全面细致。原因是在中队时间不长，对中队的细节情况了解不是十分全面所致。

3、业务基础有待提高。由于我是文书出身，学的又是防火专业，对基层战备工作，消防技能、战术不够熟悉。

4、工作中缺乏魄力。

以上这几点是我在总结过程在发现的，需要加强、改正和努力提高的地方。我将争取用最短的时间，找出病因，挖掘根源，进行完善。同时，我还要抓紧时间去熟悉辖区“一划三标”及辖区内重点单部位，争取早日胜任一名一线指挥员的职责，并随时接受和努力完成上级交给的各项任务，争做一名优秀的一线指挥、管理干部。

**部队心理防控工作总结3**

我喜欢上心理健康课程的理由之一是老师会与我们做交流、给我们做心理测试、课堂活动。最后一次课堂老师给我们做了这么个活动，让我们绘制自己的心情图，从星期一到星期日，看情绪表的波折。我发现自己课多的那一天心情最差，课少的时候最高兴。后来老师给我们讲了ABC法则，是说性格的，大家做了性格测试，希望老师多在课堂上做一些这样的活动，不仅使课堂气氛更活跃了也让我们更起劲去学习心理健康教育。

另外生活中，我们要保持积极乐观的心态，多想一些开心的事情，必要的时候改变自己，心态很重要，同一件事情不同的看法就会有不同的结果，另外，一定要坚持自己对的、优秀的好的思想，这样就不会把自己变得对自己很失望，和同学和睦相处。就我自己来说，我觉得我最需要改变的是说话，说话的方式和音量。我说话声音太小，有时说话并没有表明自己的真实想法，有时又不得已违背了自己的意愿，就要自己调节一下，幽默可以让气氛活跃，也让谈话轻松。

通过上心理健康课，让我终于感到人生的珍贵，感到要孝顺父母，为父母做些力所能及的事情，感悟到我们自己的事情自己做，不用父母为我们操心，不让他们为我们担心，我们还要关心身边的人，让每个人得到关心。俗话说，在家靠父母，出门靠朋友，虽然我们现在还没有真正踏入社会，但是身边的老师和同学就如同我们的朋友一样，我们要凡事真诚。存真诚的心，说真诚的话，作真诚的事。自己有了什么错失，应当坦白承认，切不可设词遮掩;有人责备劝导你的时候，要存着谦卑感谢的心领受，切不可羞恼拒绝。与人同处不可有虚伪的客套，但总要彬彬有礼，举止中节，使人在你的动作举止上没有可挑剔的地方。多爱人才能多得人的爱，多敬人才能多得人的敬，多宽容人才能多得人的宽容，多体恤人才能多得人的体恤。你发出去的是什么，你得回来的也是什么。

**部队心理防控工作总结4**

听了杨老师的专题讲座，使我懂得心理健康教育要面向全体学生，培养学生良好的心理素质，促进学生身心全面和谐发展和素质全面提高的教学活动，现今社会不仅要求我们具有健康的身体，而且需要健康的心理状态和良好的社会适应能力。经过这次心理健康教育的学习,我的收获很大。不仅学习了许多专业的心理知识,以前很多的疑问都得到了解决,我真正认识到了心理健康的重要性。以下是我学习后的一些心得：

>一、教师自己必须是心理健康的人

通过一线的教学经历，深深的体会到教师自身的心理健康直接影响到周边的人，心理不健康就不能正确理解学生的行为，更无法巧妙地处理学生问题，轻则影响师生关系，重则可能伤害学生心灵。因此，为了更好地教育学生，教师自己首先必须是心理健康的人。

教师的心理健康从根本上说还得由教师自己维护。一个优秀的教师应该能够处理好两个方面的关系——既关注学生的心理健康，同时也重视自己的心理健康。优秀的教师在需要的时候能承受巨大的压力，但他绝不应让自己一直处于压力之中以至于身心俱损，影响工作和生活的正常进行。身为教师，只有不断提高自身的综合素质，不断学习和掌握新的知识，尽快适应新的教学观念，掌握新的教学方法，达到新的教学要求，才能寻求新的发展，也才能真正拥有心理上的安全感。教师不断地接受新知识，开拓自己的视野，也能使自己站在更高的角度看问题，以更平和的心态对待生活和工作中不尽人意之处，更少地体验到焦虑和挫折，对维护心理健康有重要意义。

一个尽职的教师是非常辛苦的，需要休息和放松。充当“无所不能”的教育者形象的确使人精疲力尽。因此，教师可以试着在假期给自己充电，例如：学习做旅行家，用胶片记录生活中的美景美事；学习做美食家，在品评佳肴的同时自己也做一次大厨。新的工作体验不仅能使教师得到放松，而且可以开阔教师的视野，增加教师的知识面。教师可以把从其他工作体验中获得的经验、积极情绪带到教育工作中来，更好的促进教育工作。

>二、经常关注特殊学生的心理辅导

教师的天职就是教书育人，对待问题学生更应该尽心尽责，遇到问题学生怎么办呢?一定要充分利用班集体的作用，在宽松平等的班级氛围中，加强对学生心理的团体辅导，通过主题班会的形式，充分发挥班队活动课的集体心理辅导效应。针对特殊学生的特点，有侧重地选择团体辅导的主题。如自信心教育、青春期教育等。采用讲座法、认识法、操作法、表演法、角色扮演和行为训练等多种方法来激发学生积极参与的内在动机，并在活动中得到领悟。通过一系列的团体辅导活动，不仅让全体学生获得心理健康方面的有关知识，也拉近了同学间、师生间的距离，融洽了师生关系。

在考虑学生一般心理规律的同时，也要对暴露出来的个别学生的个别心理问题进行疏导帮助。在对学生的个别辅导中，我一方面通过心理辅导室兼职心理教师的个别咨询辅导，另一方面也进行了个别谈心与辅导。通过学校开通的心理咨询箱，打通教师和学生的心理通道，及时了解学生的真实思想，帮助学生解决心理困惑。

以上，是我的一家之言，收获是巨大的，体会可能肤浅，切记心理健康的前提是身体健康！重视我们自己的心理，正视我们自己的问题，看到自己的优势，找到自己的不足，这样才能更有效的帮助我们身边的人，希望我们都能保持开阔的心境，良好的心态！

**部队心理防控工作总结5**

试论消防军人的心理健康教育

上传日期:20\_-9-18 来自单位:新晃侗族自治县消防大队

浏览次数:71

心理健康是时代的课题，是现代社会进步与人类自身发展的客观要求。优化心理素质，保持心理健康，不仅是当代青年军人在服役期间正常学习、训练和生活的基本保证，也是促进青年军人人格完善和德、智、体、美、心全面发展的重要条件。消防部队作为一个特殊的群体，肩负着消防监督和灭火救援的重任，同时又要进行艰苦的消防业务训练，生活在特殊警营环境里面的消防官兵被看作是保一方平安的“救火神”，在常人的眼里，他们总是“烈火金刚”的化身。但是，在他们看似坚强的外表下也隐藏着脆弱的心理，他们也有着各种各样的困惑。在消防部队这个特殊的大家庭里面，有不少官兵感到焦虑、压抑、郁闷、甚至有少数官兵走上了犯罪的道路。因此，研究和掌握官兵的心理健康规律，按照当代官兵的心理特点和心理规律做工作，应该成为基层管理教育的重要课题方向。

一、当前消防军人不良心理的表现

是情绪焦虑型。心理过度紧张，神经反应过敏，情绪焦躁不安，训练动作变形，睡觉经常失眠，走路姿态僵硬。

是精神抑郁型。对部队生活不理解，对消防业务技能训练感到厌烦，内心苦闷，情绪低落，生活兴趣减退，工作动力不足。

是交际敏感型。过于在意他人的评价和看法，对别人尤其是干部骨干不信任，不愿交往，心存戒备。

是性格偏执型。认识问题片面，脾气倔强，喜欢钻“牛角尖”，自以为是，经常与人争执。

二、当前消防军人常见的心理问题

入伍适应中的心理问题。警营环境对军人有着极为重要的影响。对于应征入伍的新战士来说，他们面临的是陌生的警营，生疏而又关系密切的新的群体。部队的集体生活，既改变了原来的生活方式，又改变了原来所熟悉的人际环境。所有这些，会使军人产生不同程度的应激反应，使他们的内心或多或少地感到惶惶不安。这种因不适应部队生活环境而出现的不安、苦闷和孤独感，在那些应变能力较差的新兵身上表现更为明显。

军政训练中的心理问题。军政训练是新兵入伍后的必修课，是紧张而艰苦的。军人进入警营后，常常为紧张而艰苦的军营生活而苦恼，能否顺利通过新兵训练关，立足警营，建功立业，成为强者，是摆在他们面前的重要问题。如果对警营中的艰苦训练不能正确地接受和对待，逃避或否认现实，就会导致心理问题，出现对自己的不满意，学习训练缺

乏动力，感到负担过重，甚至产生训练焦虑等心理状态。

人际交往中的心理问题。与入伍前相比，警营中的人际交往更为新鲜，更为广泛，独立性更强，更具有社会性。青年军人开始独立地步入准社会群体的交际圈，开始尝试独立的人际交往，并试图发展自己这方面的能力。在这一过程中有相当数量的人会产生各种问题。认知、情绪及人格因素，都影响着人际关系的建立。一旦某个人在这一过程中受挫，就可能表现为自我否定而陷入苦闷与焦虑之中，并由此产生心理问题。人际交往中的心理问题主要表现为沟通不良，交往恐怖，人际关系失调、人际冲突，孤独无援、缺乏社交技能等。

自我意识中的心理问题。存在于自我意识中的心理问题是军人心理问题的核心。军人在自我发展中，既存在着自我认识、评价与实际情况之间的差距，又存在着理想自我与现实自我的差距。军人容易把未来设计得过于完美，而现实社会中的各种客观条件，会妨碍“理想自我”的实现。对这一客观事实认识不足，就会引起认识上的矛盾，从而严重影响军人的心理状态在追求发展自我的过程中，如果没能达到期望的目标，或者对自我不正确的认识，害怕暴露自己的弱点而采取某种防御的心态，过多独处，很少与他人交流，也会出现各种行为、情绪等心理问题。

三、影响青年军人心理健康的因素

由于社会呈现多元化的趋势和灭火抢险救援等复杂化、高危性,影响当代消防军人的心理健康因素有许多种,但主要是家庭环境因素和警环境因素,具体表现在以下这些方面:

家庭环境因素。首先，家庭结构对军人心理健康有着一定的影响。近几年,社会离婚率呈逐年上升趋势,包括消防部队在内的部队中父母离异的战士也在逐年增多。父母离异的战士,由于家庭环境和生活特殊性,给他们心灵上投下了不少阴影,使其心理得不到健康发展。有的战士入伍前长期生活在畸型的家庭环境里,养成了孤僻性格,极易出现心理问题。其次，婚恋也在较大程度上影响着青年军人心理健康。由于军人职业的特殊性,青年军人恋爱受挫比一般青年更多,挫折感更强烈、更持久。往往是一旦挫折降临,就会使他们感到突然和难以承受,甚至产生失望、自卑、忿恨等强烈的情感体验。这种情感体验,则需要较长的时间才能平缓下来。随着改革开放和市场经济的深入发展,因婚恋受挫而给青年军人带来的精神压力呈现出越来越大的趋势。最后，亲属下岗、子女入托上学、自己转业或自主择业后的工作去向等家庭后顾之忧问题也困扰着军人。

警营环境因素。首先，由于消防职业的特殊性，很多战士进入消防部队后，由于对警营环境的各种不适应,军人承受的各种压力比一般人要大的多,心理负担比较重，极易

出现各种心理问题。一方面,消防部队任务的复杂性、繁重性导致青年军人心理问题比较突出。军人因承受不了紧张的工作训练而造成心理问题比较突出；另一方面，角色转变的突然性是诱发青年军人心理问题的重要原因。军人生涯同漫长的人生相比,总是短暂的。在这短短的时间内,战士要实现从老百姓到军人,再从军人到老百姓的两个转变。这种转变是突然的、剧烈的,有时甚至是痛苦的,极容易导致心理问题的产生。

激烈竞争的成才环境也是造成军人心理问题不可忽视的重要因素。军人特别是青年军人具有很强的自尊心,他们喜欢在同年度兵里开展竞争,显示自己的力量和才华,期望成为人生旅途上的强者。这种争强好胜的自尊心是军人积极进取、不甘落后优良品质的心理基础,但若引导不当,则会导致个人英雄主义等不良心理倾向的发生。

军人所萌发出的强烈的与异性交往的渴望与军队这一特殊群体不能满足这一需求之间的矛盾。特别是随着文化传播媒介的日益大众化,性观念的逐步解放以及青少年生理早熟等诸多因素的作用,上述矛盾就显得更加突出。若引导不力,就可能导致青年军人性心理的失衡乃至变态。

部队管理教育上存在的问题。改革开放以来,消防部队的管理教育逐渐走向科学化、

正规化，但是也存在着一些不容忽视的问题。第一,对

官兵的心理卫生教育重视不够,官兵缺乏相应的心理卫生知识。从消防部队甚至整个军队目前情况看,不少领导和机关对军人的心理卫生教育还没有引起足够的重视，对军人的心理状况和心理特点,理论上缺乏深入系统地分析研究，实践上缺乏具体指导。有的部队把心理卫生教育排斥在教育训练的课堂之外,有的即使搞了教育,也是蜻蜓点水,致使军人缺乏应有的心理卫生知识。第二,部分带兵人不懂心理学知识,错把心理问题当作思想问题。战士中存在的问题,有些是思想问题,有些是心理问题。两种问题交织在一起,做工作时应区别对待,对症下药,才能奏效。第三,管理方法简单粗暴。

社会环境因素。社会环境的复杂性在很大程度上也影响着消防军人的心理健康。首先，改革开放与社会主义市场经济的发展,强烈地冲击着军人的思想观念,引起军人的价值取向、行为方式和心理品质的深刻的变化。从近几年部队的调查看,消防军人主要表现出如下心理:一是矛盾心理；二是补偿心理；三是危机心理；四是逆反心理；五是攀比心理。其次，随着改革开放的扩大和信息时代的到来,社会上不同文化相互激荡,一些不健康的、甚至是腐朽的思潮有所滋长,对军人的侵蚀和危害越来越重。其主要表现为：讲实惠、图虚荣、个人信仰缺失、道德观念滑坡等；另外,受社会落后婚姻习俗的影响,早婚早恋的问题也比较突出。最后，改革开放以来,宗教迷信对社会的冲击与影响有增无减,信教人

数在不断增加,军人中间也出现了宗教信仰者。这些信奉宗教的军人,有些是受家庭影响；有些是出于好奇和对宗教的神秘感；有些是因为婚姻恋爱、提干考学、家庭负担、家庭不和睦等方面的影响,精神上遭受挫折,为了寻求安慰。宗教迷信对青年军人的心理影响是深刻的、持久的。

四、引导和维护消防官兵心理健康的措施

是把官兵心理健康教育与经常性政治思想工作相结合。以当前正在开展的“大练兵”、思想教育、党章学习、“立警为公、执法为民”教育成果为指导，把官兵心理健康教育纳入政治教育的总体目标，做到年有目标、季有计划、月有安排，保证心理健康教育的落实，使心理教育与思想教育有机结合。通过思想教育，使广大官兵树立正确的人生观、世界观、价值观，坚持用发展的眼光和一分为二的辨证眼光看待问题及事物，进一步提高政治修养，增强政治鉴别力和政治敏锐性。

是把官兵心理健康教育与官兵经常性心理健康训练相结合。把官兵的心理健康训练

纳入消防部队官兵的教育培训体系，作为初任培训、岗位培训、警衔晋升等各类培训的重要内容，积极组织广大官兵认真学习心理健康知识，培养广大官兵心理保健的意识，传授心理学知识，消除官兵知识结构中存在的心理学常识盲点，及时缓解心理压力，努力提高心理素质，正确对待

工作、学习、生活中遇到的困难、问题和挫折，始终保持积极乐观、健康向上的精神状态。认真落实官兵年休假、体检、

轮训、抚恤等制度，科学配置和使用警力，防止随意调动警力从事非警务活动，最大限度地缓解官兵的身心压力。

是把官兵心理健康教育与部队的一日生活秩序相结合。针对官兵心理压力日益增大的实际，心理健康教育和部队的一日生活秩序有机的结合，不断调节和改善官兵警营文化生活，使官兵既有训练场上的严格训练、严格要求，也有教室里朗朗的书声，还有篮球场上龙腾虎跃的身影，更有文艺舞台上健美的舞步、嘹亮的歌声。通过一日生活制度的调节和改善使官兵可调节学习、训练、执勤带来的紧张心态，又可以开阔视野、广交朋友，发现自己各方面的潜能，增加与他人相处的经验，从而经常体验到愉悦。使官兵经常处于这种平稳的积极状态，生活有节奏感，劳逸结合，促使他们充分发挥潜在能量，增强自信，提高学习、训练、执勤和工作的效率。

是把官兵心理健康教育与开展的岗位大练兵活动相结合。练兵过程中，要注重官兵心理健康教育和心理素质的锻炼，消除其紧张、恐惧等心理障碍，提高敢试敢闯敢拼的勇气，通过锻炼官兵的心理素质和意志，使官兵达到“临危不惧，从容不迫”的心理，确保部队战斗力的正常发挥。

是把官兵心理健康教育与官兵的实际情况相结合。积

极了解掌握官兵的家庭情况、个人思想动态等，因材施教、因人而异，突出重点，力求实效，分层次、分阶段进行教育，在沿袭了以往的集体教育的同时，针对重点人，采用“一帮一，多帮一”的方法，坚持做到有的放矢。对心理素质差的官兵进行重点教育，做到了早发现问题、早疏导、早解决。制定有效的帮扶措施，让个别战士丢掉思想包袱，积极投身到日常工作中去。

是把官兵心理健康教育与条令条例和法纪教育相结合。坚持以优秀的作品鼓舞人，正确的舆论引导人，净化官兵心灵，凝聚向心力，提升战斗力，要通过加强“三大条例”和部队各项规章制度、法律法规的学习，积极组织官兵观看警示教育片及健康向上的电视节目，

公安消防部队官兵在执勤训练和抢险救援中的心

理问题及其解决方法

刘伟

摘要 公安消防部队作为一个特殊群体，无时无刻都面临着血与火、 生与死的考验，工作任务的特殊性，决定了消防官兵要承受巨大的生理和心理压力。在公安消防部队开展心理工作刻不容缓。

关键词 值勤训练、抢险救援、心理教育、心理疏导

随着改革开放的不断深入和社会主义市场经济的飞速发展，当今社会的经济成分、组织形式、利益分配、就业

方式日趋多样化、复杂化，人们的行为观念、价值取向等时刻发生着变化，人与人之间的竞争日益剧烈，给社会各个群体造成了巨大的心理压力，“心理健康”已成为一个值得关注的社会问题。公安消防部队作为一个担负着防火、灭火和“抢险救援”任务的特殊群体，无时无刻都面临着血与火、生与死的考验，工作任务的特殊性和危险性决定了消防官兵要承受巨大的心理压力和生理压力。为了培养官兵良好的心理适应能力、接受新知识的能力、引导官兵建立健全人格，积极向上的精神，养成良好的意志品质，提高官兵情绪感知能力和控制能力，引导教育官兵正确处理心理问题使其树立正确的世界观、人生观、价值观，适应公安消防部队的生活，对火场各种危险情况有良好的应变能力，在公安消防部队中开展心理工作已刻不容缓。

1.公安消防部队在执勤训练和抢险救援中的心理问题

公安消防部队是一支同火灾等各种灾害作斗争的战斗队，点多面广，“养兵千日、用兵千日”，生活环境复杂，工作环境危险，消防官兵长期处在一种高度紧张的战斗集体中训练、执勤、生活和工作，会因此逐步形成鲜明的个性心理特征，表现出特有的能力、气质和性格，也就不可避免地出现各种心理问题。

在执勤训练中表现为：害怕训练，一听到训练哨声，心就发虚，心中紧张；不愿训练，懒惰思想严重；不重视训

练，不能静心训练；对器材的了解...

**部队心理防控工作总结6**

时间过得真快，20\_年已过往半年了，在科主任的领导和指导下，在大家的关心帮助下，通过自己的努力，使自己在思想政治上及业务能力上都有了很大的进步，现将情况总结以下：

1、认真学习各项规章制度：

我认真学习了《军队医院医疗工作规则》、《医德医盛行为规范守则》、《预防医疗缺陷主要工作规范》、《\_执业医师法》、《\_药品管理法》，同时还认真学习了《病历书写规范》、《处方管理办法》、《医学专用药品和精神药品管理条例》、《医疗机构医学专用药品和第一类精神药品管理规定》、《医务职员医德规范及实施办法》、《医疗事故处理条例》等，在实际工作中，认真执行各项规章制度的规定，严格依法行医。

2、认真做好门诊诊疗工作：

在工作中，我高度重视为军人服务工作，坚持做到军人优先，果断建立为部队、为伤病员服务的思想。作为324医院的一位医生，为部队伤病员服务，是责任，也是义务。我以为部队医院的存在，关键体现在为部队伤病员的服务水平上。我始终坚持把对部队伤病员的医治放在第一名，耐心全面为官兵查体，让他们来医院好好看病，然后回部队安心练习。在门诊工作中，我一直勤勤奋恳、兢兢业业、任劳任怨，急病人之所急、想病人之所想、痛病人之所痛，始终坚持以病人为中心，一切为了病人，努力为患者服务，为方便患者救治，我主动放弃节假日休息及午休，从无迟到、早退。

3、认真妥善处理医患关系：

医疗领域布满着很多不确定的因素，即便医学再发达，医生再努力，诊疗效果都不可能到达100%，任何医院和医生都不可能包治百病，但由于现代医学的发展进步，很多医学困难都已迎刃而解（注：这只是理论上的），很多患者及家属对医疗的期看值太高，以为自己花了钱就要治好病，这是门诊工作中碰到的普片题目。我在诊疗活动中主动成为患者的管理者、沟通者、照顾者、代言者、保护者及教育者等多重角色，重视医患沟通技能，努力构建和谐医患关系。

4、认真学习党组织的文件：

我认真学习了党的十八大精神文件，深进贯彻党的十八大精神。在工作中学习，在书本中学习，在实践中学习，在自己的平凡岗位上，严格要求自己，时时势事不忘自己是324医院的一位医生，努力为伤病员服务。在思想上始终坚持四项基本原则，拥戴中国我党的领导，拥戴社会主义制度，遵守医院的各项规章制度，严谨求实，服从安排，团结同道，作风正直，有较强的工作责任心，有良好的职业道德修养，关心体贴病人，深受患者信赖。

5、认真对待工作中的困难和不足：

由于门诊工作职员不足，病人多、工作量大，事务性工作就占据了大量的时间，因此本身学习有所放松。

我一定努力克服困难、弥补不足，认真学习、虚心请教，争做一位合格乃至优秀的医生。

**部队心理防控工作总结7**

当我知道我们要上心理健康教育课的时候，我非常的不高兴，难得体育课我们有时间可以好好玩，竟然还要去上课，我当初也觉得心理课是一门很枯燥的课，无非就是给我们讲一些理论、认识一些心理名词、心理疾病、叫我们如何自我调节等等，可是在我上了第一节课后，我就知道我错了。老师的课并不无聊，课堂气氛很活跃，老师会与我们在课堂上进行一些交流，让我们当堂表达自己的想法。

在我的印象中，上课一般用的只是脑，大脑不停地思考问题解答问题、记忆等，但心理课不一样，它给我的感觉是心灵的解剖，它的内容大部分都与我们有关，我们会很诚实的上这门课，因为我们想更多更好更准确的了解自己。这是我上心理课给我的最大的感受，是一种自己与自己的对话，是一种反思一种自我省视，心灵的安抚，当然，这只是一方面，有些课时给我的更多的是快乐和知识。上老师的课很轻松很愉快，相比往常这个时间段我会在宿舍玩手机玩电脑愉快多了，是发自内心的感受，也肯定比我在宿舍浪费时间值得多了，但是需要说明的是就算老师的课不愉快它也比我在宿舍值得，因为上课接受知识本身就是一件很有价值的事情，只是我们大多时候心里不愿意，它便变得与我们相处的不好。我都觉得可惜，因为我因其他的事情逃过课，现在也不明白当初为什么会觉得心理课是枯燥的。我往往还在没弄清楚对象、还在不了解对象的时候就做出判断，然后就会影响我对这个事物的看法，这是不好的。

第一节课老师让我们互相认识，学会自我介绍，当堂认识两个新的同学，还让同学给我们示范。我胆子比较小，老师让同学上去的时候我有在庆幸自己没点到，老师找了坐在角落里、不太起眼的同学。课堂很是活跃，尤其是同学上去认识新朋友的时候。当然也有相对不轻松的时候，就是给我们讲道理的时候。

我记得老师说过，现在心里有点病是很正常的，也有好多同学愿意把心里的结说出来，让老师帮助，我们要学会自我帮助，自己给自己暗示。向老师同学倾诉交流，把心中的疙瘩解开。我记得我高中有段时间心里很难受，不是学习压力，没有理由的难过，可能是为自己感到失望，感觉在虚度时光，当时我也想让自己尽快摆脱这种状况，可是我又不知道要怎样摆脱。我也不想和任何人说，因为我觉得他们不会理解，反而会引起对我的另一些看法，看书也不行，后来我和好朋友打了电话，我对我自己的事情丝毫没提，可是打了电话后我会觉得好过一点，即使我的问题没有解决。这个时候我就知道，其实交流交谈改变的是心情而不是解决问题，等你的心情改变了，你心中的不快、难过也不见了，交谈的内容也不一定就要说自己的事情，后来我就学会了以这样的方式来调解自己，但这个方法也不是都有用，会觉得很矛盾，我居然到了用这种方法来使自己不难过了的地步。也发现越长大心里的问题就越多。这大概是我多想的习惯造成的。所以听到老师说现在的人心里多少都会有一点毛病，或大或小，我也就不那么担心了。

我记得老师给我们做过这样一个游戏，让我们自己在纸上写20个句子我是谁，当时我们都觉得好难写，20个句子，可是越写到后面就发现20个句子根本不够写，越写越想写，后来我回到宿舍写了一篇日志，题目就是我是谁，好好的看看自己是怎样的一个人，看看自己眼中的自己与理想中的自己有多大的差别。人往往会因为外界因素而改变自己内心真实的想法，从而把自己原来好的优秀的思想变少变没，然后自己就变得越来越脱离自己原有的轨道，忽然有一天发现自己怎么会是这个样子的，然后又陷入自责当中。我觉得老师很有趣，我们在写的时候老师已经给我们准备了纸笔，有时候交上去，有时候自己留着。上这门课程，没有压力。

我们青少年作为一个特殊的群体，一方面慢慢步入社会，一方面还能像孩子一样，未免不会产生某些疑虑某些心理的问题，那么心理健康教育便成了我们的不可缺少的过程。刚步入学校的时候。学校还组织了大家做了个心理测试，通过测试看看大家的心理健康状况，由此就知道，青少年心理健康教育还是很重要的一件事情。现在越来越多的青少年做出许多不可思议的事情，这不能不表明，我们的心理、思想出现了那么一点小小的问题。学习心理教育，不仅仅是在学校里起作用，等我们真正步入社会后，我们也同样需要这些方法来调整自己，摆正心态。

心理健康课令我受益匪浅，我感悟到人世间爱的可贵，学会了与人共处，我会将课堂学到的知识运用到平日生活中去，接受爱，报答爱。就让我们乘着爱的翅膀去腾飞!在心理课上，我学到很多知识，虽然没有当堂回答问题锻炼胆，我也感到自己身上的不足，并下决心改正。上心理课的老师讲课很有特点，给我留下很深的印象。我也希望老师能开展有关心理的什么活动，让我们以后没有机会上课、但又不敢去到心理咨询室的同学能参与健康心理的测试等等，让更多的同学更好的了解自己。我也相信，一定会有很多同学愿意参加这样的活动。

**部队心理防控工作总结8**

健康的心理是我们成长必的备件条件!

同学们，请想一想，如果给你两个人让你选择其中一个做朋友的话，前一个是对生活充满了积极的心态，不管遇到了什么事情都能一笑带过对你每天笑脸相迎的人，后一个是为难发愁，遇到难题总是怨天尤人，每天对你愁眉苦脸的人。不用说，大家都会选择前者，这由此可以看出一个健康的心里是我们成长的必备条件。

何为健康的心理呢，能够正确对待批评与表扬，正确处理成功与失败，对任何有益社会和人类的事能够充满信心与希望，有一个积极向上的心态，这才是一个健康的心理。反之一个人受到表扬时就得意忘形，忘乎所以，沾沾自喜，受到批评就垂头丧气，丧失意志，不思进取或对任何事都抱有消极的态度，这是不健康的。

怎样才能有健康的心理呢?首先要加强自我修养，“静以修身”这要求我们心要静，要学会目标转移不胡思乱想，用学习来充实自己。另外，要加强我们的.道德修养，提高自制力。在学习生活中要“严以待己，宽以待人”善于创造和奉献，对老师，同学要以诚相待，尊敬师长，团结同学，多做一些助人为乐的事情，还要不断克服自己的不足，虚心听取被人的意见，能和反对自己的人正确相处，只有这样才能有一个健康的心态去迎接生活面对学习。

同学们，相信我们只要具备了健康的心理并坚持不懈的为自己的理想而奋斗，就一定能创造奇迹，取得成功。

**部队心理防控工作总结9**

>一、心理健康的标准

在现代社会中，一旦人们提起心理健康问题，马上把它同精神不正常联系在一起，仿佛涉及自己的心理健康与否，就会把自己归为“疯子”、“呆子”一类。其实，心理愉快是心理健康追求的首要目标。心理健康的科学定义是指个体的心理在本身及环境许可的范围内所能达到的最佳功能状态。

1.较好的社会适应性

2.性格健全，没有缺陷

3.感和情绪的稳定和协调

4.智力正常

5.健全的意志和协调的行为

6.心理特点符合心理年龄

7.适度的反应能力

8.注意的集中度和完好感知能力

9.健全的思维

军人常见心理问题是指军人在学习训练、日常生活中经常遇到的导致心理适应不良的问题。它是军人暂时的心理失调，不是心理疾病；它与思想问题有联系，但不宜笼统地归于思想问题。处理方法以自我调适为主，基层干部的心理疏导和专业人员的心理辅导均能起到很好的作用。了解青年军人常见心理问题的一般表现、类型、成因和调适方法，对于维护军人的心理健康是十分重要的。

>二、军人常见的心理问题

（一）适应问题

从老百姓到军人，从战士到班长、军官，青年军人经常要面对新的情况，扮演新的角色，执行新的任务，适应新的环境。在适应变化的过程中，往往会带来许多心理问题，包括新兵入营后的心理适应、服役期间角色变化的心理适应、日常行为习惯的心理适应、任务转化中的心理适应、军人对社会环境的心理适应、退役时的心理适应等问题。其中以新兵入营后一周到两个月之间，心理的不适应表现得最为集中和明显。

（二）自我意识问题

青年军人在自我发展中，既存在着自我认识、评价与实际情况之间的差距，同时又存在着理想自我与现实自我的差距。如何协调理想自我与现实自我的关系，以及如何正确看待自己，将是青年军人面临的一个非常重要的问题。

（三）性心理问题

军人常见的性心理问题包括性意识困扰和性行为心理困扰等。常见的性意识困扰有常想到性问题、性幻想及性梦等表现。但由于认识的偏差，常常造成青年军人的性意识困扰，出现不同程度的心理冲突，表现有焦虑、厌恶及内心不安、恐惧、自责等。严重的可出现失眠、注意力不集中、情绪抑郁、不愿与人（尤其是异性）交往，并常陷入焦虑、矛盾、困惑和苦闷之中，从而影响其日常工作和生活，甚至干扰自我的正常发展。

>三、军人学习训练心理

学习训练是军人日常的基本活动，也是部队经常性的中心工作。军人通过学习和训练，掌握军事科学知识和技能，发展智能和创造力，塑造优良品德和行为习惯。当前，世界正发生一场深刻的军事革命，各种新的军事理论、高科技武器接踵而至，如何根据军人学习训练的特点和心理规律，提高学习训练效率已成为军事训练亟待研究和解决的重要课题。

军人学习训练的动力

一、学习训练动机的激发

军人学习训练的动机是直接推动军人学习训练的内部动力。它一方面由社会需要的外力推动产生，另一方面来自于军人内在的成就需要的推动。成就动机是推动军人学习训练的主要动机，对军人的学习训练活动具有激活、指向和强化的功能。军人学习训练动机的激发，要从以下方面着手：

（一）进行学习目的教育

通过学习目的教育，使军人正确认识学习训练的社会意义。当代社会已进入信息时代，科学技术日新月异，高新技术已渗透到社会生活的各个领域，不断学习已成为每个人生存的必要条件。随着我军现代化的发展，要求军人必须具备高科技知识和技术技能，不学习就不能掌握手中武器，就不是一个合格的军人。

（二）加强学习训练的成就动机

成就动机是由成就需要转化而来的一种成功意愿和志向。成就动机水平高的人，具有更饱满的工作热情、更坚强的毅力、更高水平的自律意识，因而也能取得较大的成绩。增强学习训练的成就动机是激发军人学习积极性的重要内容。

一是强化成就意识。

二是消除惰性心理。

（三）利用反馈信息进行强化。军人及时了解学习训练的结果，可以激发起进一步学习训练的动机。在教育训练中应当对军人学习的结果及时检查、评定或评价，并巧妙地运用表扬与鼓励、批评与惩罚。在学习训练中，评价和不评价效果不一样，及时的评价比不及时的效果要好。

（四）适当开展学习竞赛。开展竞赛是激发军人努力学习训练的有效手段。竞赛能够激发军人的荣誉感和自尊心，唤起强烈的学习训练动机。此外，竞赛带来的是争先恐后、积极紧张、奋发进取的学习气氛，对良好学习风气的形成有很大影响；学习风气的形成反过来又促进军人的学习。

二、学习训练兴趣的培养

（一）兴趣的概念

“知之者不如好之者，好之者不如乐之者”。当军人对某一知识或技能发生兴趣时，他就会把学习当成一种乐趣，主动、心情愉快地进行学习，学习的积极性

就能得到充分的发挥。兴趣是军人力求认识、探究某种事物或从事某种活动的心理倾向。军人一旦对学习训练产生了兴趣，就能提高这种活动的效率，推动他们自觉地去克服重重困难，排除种种干扰。总之，兴趣是影响学习训练效率的一个重要的心理因素。

（二）学习训练兴趣的培养和激发

兴趣的发展，一般要经过粗趣－乐趣－志趣三个阶段。有趣是兴趣发展的低级水平，它往往是由某些外在的新异现象所吸引而产生的直接兴趣其特点是：随生随灭，为时短暂。乐趣是兴趣发展的中级水平，它是在有趣的基础上逐步定向而形成起来的。其特点是：基本定向，持续增长。培养军人的学习训练兴趣主要从以下几个方面入手：

1.合理选择学习训练内容。

2.精心进行课堂设计，教学情境要富有变化性、活动性、新奇性，教学方法应以启发式、讨论式、发散式、开放式为主，努力创造出引人思考的“问题情境”。

3.促进已有兴趣的迁移。可以利用军人已有的兴趣、爱好或特长，使其迁移到学习训练中，从而激发学习训练积极性。例如，一名战士受家庭的影响，对历史非常感兴趣，经常借故不参加训练，偷偷看古今中外的历史书籍，如何调动这名战士的训练积极性？连队干部成功地采用了迁移法，先是让他给全连作了一次中外国近代史知识讲座，讲座很成功，该战士也很兴奋。接着启发他认识到一名军人首先要爱军习武，练就一身本领，要把爱好历史与爱好军事统一起来，这种迁移教育使这位战士改变了学习训练态度。

>四、基层中队心理健康课的开展情况

虽然武警总部早已明确要重视基层官兵的心理健康疏导和教育，也在计划中安排了相应的课程，但是基层部队心理学人才稀缺，一般都是有政治指导员兼职，在基层中队开展心理健康教育活动，主要以集体授课的方式向战士传授相关知识。疏导方式单一，教学条件有限等等给基层部队的心理健康教育开展带来了一定的困难。

总结：

通过这次在基层部队的调研，有效的将学校所学的心理学专业知识与部队实际情况结合起来，不仅了解了基层部队官兵的心理健康水平和心理健康教育课程的普及情况，同时也看到了自己将来在专业方面的努力方向，如何有效的将自己所学应用于部队。

**部队心理防控工作总结10**

心理健康学习心得体会范文五篇【一】

我听了 XXX 教授的心理健康讲座感觉受益匪浅收获很多。

韩老师从健康的定义、健康的标准、健康与不健康的问题等几个方面展开了讲述，感觉老师讲的这些都很贴切实际，很实用，尤其对于我们老师工作压力大，听完讲座心里感觉轻松了很多，感觉比以前更了解自己了。

并且在课上听的很轻松没有感觉累，一天时间觉着过得很快。并且在以后教育学生上和自己自我调节上受到很大启示，具体体现在以下方面：

一、在教育学生过程中，不会有万能的、普遍解决问题的办法，教师怎么教要掌握技能和技巧，不要只知道批评，要学会站在学生的角度考虑问题，尊重学生让孩子们喜欢你。学生在喜欢你的基础上，就会对你所教的学科产生兴趣，并且愿意学习，因为兴趣是孩子们最好的老师。

二、在我的心里上，老师的讲座让我释放了很多压力。首先让我知道生活是五颜六色的，当我们工作和生活上有压力时，我们要学会把心思放下来把担子放下来，学会自我调节。另外还要正确认识自己，必须要学会独立生活，在生活中要有最起码的独立性。当我们不能改变环境时，我们要试着适应环境。

总之，人无完人，金无足金，我们在生活工作中该怎么过怎么过，高兴也是一天，不高兴也是一天，为什么不高高兴兴过好每一天呢?

心理健康学习心得体会范文五篇【二】

我认为作为学生，心理健康就是对生活和学习有乐观的心态；有正确的自我主观意识；能很好地把握自己，控制自己的情绪；和同学们关系和谐，很好的融于群众；能很好的适应环境心理咨询，是指咨询员运用心理学的知识，透过询问等方法解决其心理困惑。心理咨询事实上是帮忙来访者实现心灵再度成长的过程。那些认为只有心理有病的人才会去心理咨询的观念是不对的.总之，心理咨询是指运用心理学的方法，对在心理适应方面出现问题并企求解决问题的来访者带给心理援助的过程。

透过这学期对大学心理的学习，我对心理知识有了必须的了解，首先是对心理学的发展史有了必须了解，然后是学习了一些团体活动的知识，并且在参加活动课的过程中体会到了很多人生的知识，在团体活动中大家彼此敞开了自己的心扉，用心的参与到了群众的活动中，在此中再一次体现了群众的力量 在心理咨询的活动课中，我认识到了人心中脆弱一面，有时心灵事多么的需要他人的呵护，那种心与心的交流才能让人体会到交流得喜悦，我们的心理咨询的模仿有时会让人感觉像节目表演，但是大家真诚的心却又不能不让感动，初次它让我体会到了那种帮忙别人的喜悦。活动课是实施素质教育的有效形式，是理论联系实际的重要途径。它能够调动学生学习的激情，活跃课堂气氛，真正到达育人效果。学生在实实在在的活跃的生动的并且有必须新意的活动中受到教益和启迪，促进知行的结合。

学生在主动参与教学过程中，激发了感情，明白了道理，情理凝结，构成了信念之后，进而需要在行动中表现自己。此时教师要引导、鼓励学生把健康高尚的情感向外投射，为他们带给展现自己行为的机会和场所。这学期我还参加了我们学校的心理协会---沁心港湾，这是一个温暖的大家庭，大家在一齐共同努力，不仅仅学到了很多心理方面的知识，还为其他同学带给心理方面的服务。个性是今年的 活动更是深深的感动了我，老师与同学们的亲密交谈让同学们，还有我有懂得了很多很多 而且在那里我能够把在心理课上学到的知识付诸与实践，让我学而致用！完成了大学心理学的学习，我对自己大学四年的生活有了初步的规划，对以后的路，对自己的职业生涯有了一个初步的规划可见，心理学对我们大学生的帮忙之大是显而易见的。我们无论在生活、还是学习、交际方面都能够用到这方面的知识。这门选修课我很感兴趣的一门，我有种不用逼自己去专心听课，而是那种不由自主被老师所吸引的感觉。可见心理学真的有它的魅力所在啊！虽然我选修的心理课结束了，但我对心理知识的学习却还没有结束，或许心理学跟我以后的职业没有什么很大的联系，但是心理学知识对于我的帮忙却是长远的，甚至是一生的。

心理健康学习心得体会范文五篇【三】

心理健康教育在现代社会的教育中越来越重要。如何开展心理健康教育，开展成功与否，是学校教育的重要一环，下面就我在心理教育方面的几点心得：

一、抓认识提高，明确心理健康教育的重要性。

社会日新月异的急速发展和变革，各种不良思潮和矛盾使在校青少年学生受到了极大的影响。由于青少年学生正值成长发展过程中，缺乏科学的辨别能力和社会实践经验，加上小学生的独立意识较差，所以小学生很少易发生心理行为偏差。近年来，小学生常出现妒忌、自卑、孤僻等不健康心理行为，究其原因，我们不难发现，他们存在心理偏差，是由于在学习和生活中碰到问题和困难时，缺乏解决矛盾，应对挫折和处理危机的能力。

**部队心理防控工作总结11**

  本人积极参加支队和中队组织的执勤业务训练，通过与战士一起训练、生活，既温习了消防技能，又提高了自己带兵的能力。在组织训练的流程中和在中队日常管理中，能做到不懂就问，虚心向老同志请教。在中队正规化管理建设流程中，通过参与正规化建设，使自己得到一次难得的学习机会，为今后的工作积累体会，同时，我能发挥特长和所学知识，在中队的文体活动、灭火演练等方面做出自己的贡献，并开展中队医疗保健工作，为官兵们服务。

  通过近半年的中队见习锻炼，不仅充实了自己，而且更加坚定了自己为消防部队建设贡献青春和热血的信念。当然，自己要学的东西还有很多。在今后的工作中，我将继承努力，运用所学知识服务于消防部队，服务于广大官兵。

**部队心理防控工作总结12**

>一、军旅生活与艰苦相伴

环境的艰苦。在我们军队中，真正驻守在富裕繁华地区的部队是少数，绝大多数军人工作生活在经济相对落后的内地乡村、偏远荒凉的边疆海防。千里冰封的雪原、远离陆地的海岛、人迹罕见的弋壁，往往就是军人活动的场所，这是许多其他社会职业所不能比拟的。

任务的艰苦。军旅生活的艰苦，不仅受物质条件所制约，更是由军队担负的使命决定的。战争年代，军人的艰苦程度常人难以想象的。即便是在和平时期军人同艰苦打交道也是常事。

生活的艰苦。艰苦的环境，任务相联系，军营的日常生活往往也是清苦、艰辛的。对于军人来说，行军打仗，吃不上饭，睡不着觉是司空见惯的事情；平时训练，泥里爬、水里淌，翻山越岭，风餐露宿，也并不乏见。尽管近年来部队的物质文化条件有了很大的改善，但是，是军人就不可能在“酒绿灯红”中安逸享乐，吃大苦、耐大劳依然是军旅生活中的独特色彩。

>二、吃大苦，耐大劳是军人必备的素质

1、革命军人履行保卫祖国、保卫人民和平劳动的神圣职责，本身就是一个吃大苦、耐大劳的过程。战争年代，打胜仗多的部队，往往就是最能吃得苦中苦的部队。一项重要作战任务下来，大家都能争着上；谁能吃得苦中苦，谁就有可能争得啃“硬骨头”的光荣。现在也是如此，平时练就吃大苦、耐大劳的意志品格，关键时刻方能显出英雄本色，圆满完成党和人民赋予的任务。

2、吃大苦、耐大劳的意志品格，也是军人在日常工作中成就事业的重要条件。有了吃大苦、耐大劳的意志品格，面对前进道路上的困难和挫折，才能不屈不挠、锐意进取；面对别人的冷嘲热讽的压力，才能宁折不弯勇往直前；面对爱情上的波折、家庭中的不幸、身体上的伤残等种种“不顺”，才能勇敢地向命运挑战，做生活中的强者，进而为成就事业奠定基础。

３、吃大苦，耐大劳是革命事业和我军的光荣传统所在。我们所说的吃大苦，耐大劳，既不是单纯字面意义上的吃苦受累，也不同于宗教中的所谓“寡欲”修行，而是指在为崇高理想和美好事业的奋斗中，不怕艰难困苦、不怕流血牺牲的英雄气概。“艰难困苦，玉汝于成”。

>三、我军是人民的军队，以人民的幸福为幸福，以人民的痛苦为痛苦。

建立在这样基础上的吃大苦、耐大劳的意志品格，意味着革命军人并不是单纯地为吃苦而吃苦，而是为争取人民的解决和幸福而自觉自愿地吃苦。“一人吃苦万人甜”，正是这种吃大苦、耐大劳意志品格所蕴含的思想境界的生动写照。回顾我军走过的征程，当民族危难深重、人民处于水深火热之际，在党的领导下，前辈们不惜吃尽人间苦中苦，在极其艰难困苦的条件下，同国内外反动派进行了长期艰苦卓绝的斗争，与全国人民一道，推翻了三座大山，建立了新中国。全国解放后，为人民的幸福安宁，全军官兵守卫在祖国的边防、海岛，扎根在巍巍大山，莽莽林海、茫茫戈壁，默默地与艰苦为伴，甘愿比一般公民承担更多的艰辛。可以说，一部人民解放军的历史，就是一部革命军从为祖国和人民的繁荣幸福而甘心情愿地吃大苦、耐大劳的壮丽史诗。在革命军人看来，吉祥的源泉在于吃苦奉献，为人民幸福勇于吃苦，乐于吃苦，最值得引以骄傲和自豪。

**部队心理防控工作总结13**

我们青少年在成长过程中需要重视心理健康，健康包括心理的健康和身体的健康，但是心理的健康经常被我们忽视。健康的心理是一个人全面发展必须具备的条件和基础，优良的心理素质在青少年全面素质的提高中起着举足轻重的作用，它必将对21世纪人才的质量产生积极而深远的影响，作为青少年，首先应该具备这种优良健康的心理素质。

心理健康是指这样一种状态，即人对内部环境具有安定感，对外部环境能以社会上的任何形式去适应，也就是说，遇到任何障碍和因难，心理都不会失调，能以适当的行为予以克服，这种安定、适应的状态就是心理健康的状态。

心理健康是青少年成才的基础，心理健康可以促进青少年全面发展，健康的心理品质是青少年全面发展的基本要求，也是将来走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动和不断向更高层次发展的重要条件。充分认识德智体美劳等方面的和谐发展，是以健康的心理品质作为基础的，一个人心理健康状态直接影响和制约着全面发展的实现。

心理健康可以使青少年克服依赖心理增强独立性。因此，青少年必须注重心理健康，尽快克服依赖性，增强独立性，积极主动适应学校生活，度过充实而有意义的学校生活。

所以我们应该更加重视自身的心理健康问题!

**部队心理防控工作总结14**

  加强思想认识，提高办事能力，积极参加工作，增强分辨是非的能力，坚决克服以上问题，用实际行动证明，不辜负连队党支部、连队首长、各级骨干对我的培养，迎难而上，越挫愈勇，为以后的工作事业努力奋斗。

时光飞逝，转眼间又将跨过一个年度之坎，回首看去，虽然没有轰轰烈烈的战果，但也算经历了一段不平凡的考验和磨砺。是部队给了我这个成长的平台，使我在工作中不断的学习，不断的进步，慢慢的提高自身的素质与才能。为了更好的总结经验，，我对自己今年的工作总结如下：

一、 思想方面

今年以来，我思想稳定，坚持正确的世界观、人生观、价值观，坚决贯彻执行党的路线、方针、政策，能积极参加各种形式的政治教育，我能牢记自己的身份，吃苦在前，享受在后，树立牢固的共产主义信念和正确的人生观、价值观和世界观，能积极学习政治，不断提高自己的政治思想觉悟和科学文化水平。

二、 工作方面

我积极发挥一名士官的桥梁纽带作用，立足本职岗位，模范带头，扎扎实实做好每一件工作。很好的完成了任务，并得到领导的肯定。在完成其它任务方面也不遗余力，尽职尽责做好手头上每一件事，没出现过任何问题。

三、 训练学习方面

我能按照连队的规定参加训练，我在训练中从不缺课，早退。平时注重学习，每天坚持读书看报。让自己学到了很多知识，懂得怎样去做思想工作，让我学会了很多关于法律方面的事，使自己的思想和个人素质有了很大的提高。

四、 作风纪律方面

军人以服从命令为天职，我能严格遵守条令条例和各项规章制度，没有出现任何违规违纪现象。能严格遵守安全规定，落实安全制度，严格落实保密制度，没有发生任何事故和泄密事件。

纵观一年来的工作，通过反思，也存在一些问题和不足，其主表现在以下几个方面：

1、工作不够深入，有懒惰思想。其主要原因是吃苦精神不够，往往以工作上的繁忙掩盖思想上的懒惰，工作还缺乏艰苦性和主动性。

2、不注重工作经验的积累，缺乏理性思考，素质不够全面。平时对自己和班里人员的学习和专业技术方面抓得不够紧，个人能力素质还不够全面，不能完全适应部队建设发展的需要。

3、精力不够集中，对自身要求不严，不能把全部精力投入到部队建设中，平时考虑个人问题太多，在某种程度上也影响了自己的一些精力，其主要原因是工作的事业心树立得还不是很牢。

时光飞逝，转眼间退伍已有两个月。在这两个月的工作生活中本人思想较为稳定，无太大的思想波动。没有出现任何违规违纪的行为，依据条令条例约束自身。紧紧团结支部，与支部围绕在一起，将本人的思想行为与支部保持高度一致。在各级领导和战友的帮助下，使本人成功摆脱了部队的阴影，回顾历程，往事一幕幕，其中欢乐、悲伤、辛酸苦辣，无不见证着我的成长。看看此刻的我，雷厉风行的作风，严明如铁的纪律。性格也较以前开朗了许多，人也变得更加稳重成熟。细想来，那些日子里受得那些苦和累到也值得。以下是对自己退伍后工作生活的总结和感言，敬请领导及各位战友指正：

退伍后自己思想上较稳定，能够端正态度，在地方的工作生活中保持了部队的优良传统。在参加地方政府的各级各类教育，认真听讲、课后及时写出心得体会。例如学习了《如何尽快摆脱部队阴影》、《金刚般若波罗蜜经般若波罗蜜多心经》以及《教你如何使用电脑》和20xx、20xx年《最给力流行语排行榜》。用地方的创新理论武装自己的头脑。在地方的红灯酒绿中，本人也能够暂时能经受住诱惑，始终把雷锋同志当作自身模范，积极投身到为人民服务的行列当中去。可本人发现，雷锋精神少了，雷人精神多了，扶奶奶过马路的少了，扶二奶过马路的多了，这一现实问题很叫本人纠结。）但这并不能阻止本人把雷锋同志的精神发扬光大！

即将要走上新的工作岗位了。在那里，学习、生活、工作将会是什么样？周围的环境将会是什么样？本人还是一个初到社会的新手，对于这些一无所知。而本人将面临着什么样的斗争、什么样的考验？对于这些我能不能经受得住呢？对于这些，本人有些担心。

但是，正如xxx教导我们的那样，“前途是光明的，道路是曲折的。这个历史的总趋势是任何人也改变不了的。”本人坚信，不管遇到什么样的考验，什么样的风浪，xxx的革命路线必将胜利，共产主义理想一定能够实现！本人决心更加勤奋地学习，更加努力地工作，更加刻苦地改造，发扬成绩、纠正错误，为执行xxx的革命路线而勇敢战斗，为伟大的共产主义事业奋斗终身！

最后，请同志们放心。本人是不会辜负各级领导以及战友们的期望！

这些，就是我此时此刻的心情。会有一些不健康的因素，请同志们批评指正。

时光飞逝，岁月如梭，转眼间，20\_\_年又走到了岁末，这一年也是自己选改士官的第一年，通过这一年的锻炼，自己经历了很多，也成熟了很多。总结这一年来，可以说喜忧参半，有成绩也有不足，下面我就将这一年来的工作、生活作以总结如下：

一、思想方面

随着自己的兵龄增长，自己也日渐成熟，从刚入伍的懵懵懂懂的新兵，到老兵、士官，这段过程锻炼了我，遇到挫折、批评，不在自暴自弃、怨天尤人，而是学会了正确面对、虚心接受;遇到麻烦、问题时，不在是打电话向家人诉苦，而是自己想办法解决或上班组织，以积极向上的态度理智去处理，都说思想是行动的先导，行为的指南，只有所思所想，才会用心去做。在这一年里，在思想上能够高度统一到中队党支部，不管组织怎样安排，我都能按照中队的指示要求去做。

二、勤务方面

能够任务学习，认真组织勤务，在新的大型勤务面前，从未有过退缩的想法，总结以前执勤的经验，迅速准确的传达每一个信号。

三、工作方面

无论在什么岗位上，都能扎实工作，积极进取，对待本职工作认认真真，一丝不苟，在处理个人与集体利益上，做到以集体利益为重，大事讲原则，小事讲风格，并能够合理的安排时间，采取科学的方法来提高工作效率，克服了以往因工作多，任务重而产生的消极抵触情绪和偷懒、擦边的不良作风，对待上级分配的任务能够高度重视，积极的去完成。

四、存在的问题和不足

1、思想方面，思想是行动的先导、行为的指南。在这一年里思想上渐渐滑了坡，平时考虑自己的事情多了，花在工作上的少了，感觉在部队这所大学校里，干不出属于自己的成绩，导致工作没干劲，思想上重视不起来，常常感到有心力不足，心里能想到的，却做不到，做到了，标准又不高。

2、工作方面，转入士官以来，明显感觉到工作量减少了，自己的事情增多了，对待工作不够尽心了，感觉自己是士官了，班里还有新同志，不愿动一动，尤其是下半年以來，在班里参加工作的量数少了，人也变懒了，对待工作标准意识也上不去，有种得过且过的思想，觉得这就是在走形势，过了也就过了，缺乏一种干工作的主动性，上边推一推，自己才动一动，没了去年干工作的那种劲头，觉得士官也转了，奥运会也参加了，再干也没什么奔头，船到码头车到站了，在工作中找不到奋斗的目标，丧失了工作的动力。

3、作风方面，作为一名军人，言谈举止就是体现军人作风的最直接因素，而自己这方面做的不是很好，战友之间说起话来大大咧咧、口无遮拦，不能做到领导在与不在一个样，在哨音意识方面，遵守的也不是很好，部队强调，哨音就是命令，而自己却屡次出现吹哨不起床的现象。回到中队以后，这种不良的作风始终没有彻底的改掉。

4、生活方面，在生活中自身要求不是很严格，尤其是在与一些老同志聊天时，就毫无顾虑，其次就是平时的训练上，不能够严格要求自己，在队列里，分心走神，经常有听不清或听错口令的现象，队列意识树的不够牢，对于训练，自己的态度不够积极，兴趣不浓，时而打个擦边球、钻个空子。最后就是在平时的生活细节上做的不够检点，部队提倡勤俭节约，而自己转了士官以后，外出次数多了，去服务社次数也多了，经常买一些乱七八糟的东西，不实用的东西。

以上是我对这一年的工作、生活等各方面做的总结汇报，有成绩也有不足，为下步更好的成长进步和改正问题，特做以下打算：

一、端正自己的态度(所谓态度决定高度)，把精力集中到工作中去，克服以往自己的事多，分心走神的现象，正确处理好个人的事情。

二、加强工作的主动性，给自己树立一个正确的目标，航海的指南针，克服工作中报有得过且过、糊弄了事的思想。

三、加强责任心，责任心决定工作标准的高低，只有高度的责任心才有更高的标准。

四、加强学习，现在刚换了新的工作岗位，对电脑的操作使用不懂不会的太多，这就要以不屈不挠的，顽强的毅力去学习，去认识。自身也要以最快的速度融入到工作中去。

以上是我这一年来的工作总结，以及对下步工作做的打算，如有不到之处还请领导和同志们批评、指正。

试论消防军人的心理健康教育

上传日期:20\_-9-18 来自单位:新晃侗族自治县消防大队

浏览次数:71

心理健康是时代的课题，是现代社会进步与人类自身发展的客观要求。优化心理素质，保持心理健康，不仅是当代青年军人在服役期间正常学习、训练和生活的基本保证，也是促进青年军人人格完善和德、智、体、美、心全面发展的重要条件。消防部队作为一个特殊的群体，肩负着消防监督和灭火救援的重任，同时又要进行艰苦的消防业务训练，生活在特殊警营环境里面的消防官兵被看作是保一方平安的“救火神”，在常人的眼里，他们总是“烈火金刚”的化身。但是，在他们看似坚强的外表下也隐藏着脆弱的心理，他们也有着各种各样的困惑。在消防部队这个特殊的大家庭里面，有不少官兵感到焦虑、压抑、郁闷、甚至有少数官兵走上了犯罪的道路。因此，研究和掌握官兵的心理健康规律，按照当代官兵的心理特点和心理规律做工作，应该成为基层管理教育的重要课题方向。

一、当前消防军人不良心理的表现

是情绪焦虑型。心理过度紧张，神经反应过敏，情绪焦躁不安，训练动作变形，睡觉经常失眠，走路姿态僵硬。

是精神抑郁型。对部队生活不理解，对消防业务技能训练感到厌烦，内心苦闷，情绪低落，生活兴趣减退，工作动力不足。

是交际敏感型。过于在意他人的评价和看法，对别人尤其是干部骨干不信任，不愿交往，心存戒备。

是性格偏执型。认识问题片面，脾气倔强，喜欢钻“牛角尖”，自以为是，经常与人争执。

二、当前消防军人常见的心理问题

入伍适应中的心理问题。警营环境对军人有着极为重要的影响。对于应征入伍的新战士来说，他们面临的是陌生的警营，生疏而又关系密切的新的群体。部队的集体生活，既改变了原来的生活方式，又改变了原来所熟悉的人际环境。所有这些，会使军人产生不同程度的应激反应，使他们的内心或多或少地感到惶惶不安。这种因不适应部队生活环境而出现的不安、苦闷和孤独感，在那些应变能力较差的新兵身上表现更为明显。

军政训练中的心理问题。军政训练是新兵入伍后的必修课，是紧张而艰苦的。军人进入警营后，常常为紧张而艰苦的军营生活而苦恼，能否顺利通过新兵训练关，立足警营，建功立业，成为强者，是摆在他们面前的重要问题。如果对警营中的艰苦训练不能正确地接受和对待，逃避或否认现实，就会导致心理问题，出现对自己的不满意，学习训练缺

乏动力，感到负担过重，甚至产生训练焦虑等心理状态。

人际交往中的心理问题。与入伍前相比，警营中的人际交往更为新鲜，更为广泛，独立性更强，更具有社会性。青年军人开始独立地步入准社会群体的交际圈，开始尝试独立的人际交往，并试图发展自己这方面的能力。在这一过程中有相当数量的人会产生各种问题。认知、情绪及人格因素，都影响着人际关系的建立。一旦某个人在这一过程中受挫，就可能表现为自我否定而陷入苦闷与焦虑之中，并由此产生心理问题。人际交往中的心理问题主要表现为沟通不良，交往恐怖，人际关系失调、人际冲突，孤独无援、缺乏社交技能等。

自我意识中的心理问题。存在于自我意识中的心理问题是军人心理问题的核心。军人在自我发展中，既存在着自我认识、评价与实际情况之间的差距，又存在着理想自我与现实自我的差距。军人容易把未来设计得过于完美，而现实社会中的各种客观条件，会妨碍“理想自我”的实现。对这一客观事实认识不足，就会引起认识上的矛盾，从而严重影响军人的心理状态在追求发展自我的过程中，如果没能达到期望的目标，或者对自我不正确的认识，害怕暴露自己的弱点而采取某种防御的心态，过多独处，很少与他人交流，也会出现各种行为、情绪等心理问题。

三、影响青年军人心理健康的因素

由于社会呈现多元化的趋势和灭火抢险救援等复杂化、高危性,影响当代消防军人的心理健康因素有许多种,但主要是家庭环境因素和警环境因素,具体表现在以下这些方面:

家庭环境因素。首先，家庭结构对军人心理健康有着一定的影响。近几年,社会离婚率呈逐年上升趋势,包括消防部队在内的部队中父母离异的战士也在逐年增多。父母离异的战士,由于家庭环境和生活特殊性,给他们心灵上投下了不少阴影,使其心理得不到健康发展。有的战士入伍前长期生活在畸型的家庭环境里,养成了孤僻性格,极易出现心理问题。其次，婚恋也在较大程度上影响着青年军人心理健康。由于军人职业的特殊性,青年军人恋爱受挫比一般青年更多,挫折感更强烈、更持久。往往是一旦挫折降临,就会使他们感到突然和难以承受,甚至产生失望、自卑、忿恨等强烈的情感体验。这种情感体验,则需要较长的时间才能平缓下来。随着改革开放和市场经济的深入发展,因婚恋受挫而给青年军人带来的精神压力呈现出越来越大的趋势。最后，亲属下岗、子女入托上学、自己转业或自主择业后的工作去向等家庭后顾之忧问题也困扰着军人。

警营环境因素。首先，由于消防职业的特殊性，很多战士进入消防部队后，由于对警营环境的各种不适应,军人承受的各种压力比一般人要大的多,心理负担比较重，极易

出现各种心理问题。一方面,消防部队任务的复杂性、繁重性导致青年军人心理问题比较突出。军人因承受不了紧张的工作训练而造成心理问题比较突出；另一方面，角色转变的突然性是诱发青年军人心理问题的重要原因。军人生涯同漫长的人生相比,总是短暂的。在这短短的时间内,战士要实现从老百姓到军人,再从军人到老百姓的两个转变。这种转变是突然的、剧烈的,有时甚至是痛苦的,极容易导致心理问题的产生。

激烈竞争的成才环境也是造成军人心理问题不可忽视的重要因素。军人特别是青年军人具有很强的自尊心,他们喜欢在同年度兵里开展竞争,显示自己的力量和才华,期望成为人生旅途上的强者。这种争强好胜的自尊心是军人积极进取、不甘落后优良品质的心理基础,但若引导不当,则会导致个人英雄主义等不良心理倾向的发生。

军人所萌发出的强烈的与异xxx往的渴望与军队这一特殊群体不能满足这一需求之间的矛盾。特别是随着文化传播媒介的日益大众化,性观念的逐步解放以及青少年生理早熟等诸多因素的作用,上述矛盾就显得更加突出。若引导不力,就可能导致青年军人性心理的失衡乃至变态。

部队管理教育上存在的问题。改革开放以来,消防部队的管理教育逐渐走向科学化、

正规化，但是也存在着一些不容忽视的问题。第一,对

官兵的心理卫生教育重视不够,官兵缺乏相应的心理卫生知识。从消防部队甚至整个军队目前情况看,不少领导和机关对军人的心理卫生教育还没有引起足够的重视，对军人的心理状况和心理特点,理论上缺乏深入系统地分析研究，实践上缺乏具体指导。有的部队把心理卫生教育排斥在教育训练的课堂之外,有的即使搞了教育,也是蜻蜓点水,致使军人缺乏应有的心理卫生知识。第二,部分带兵人不懂心理学知识,错把心理问题当作思想问题。战士中存在的问题,有些是思想问题,有些是心理问题。两种问题交织在一起,做工作时应区别对待,对症下药,才能奏效。第三,管理方法简单粗暴。

社会环境因素。社会环境的复杂性在很大程度上也影响着消防军人的心理健康。首先，改革开放与社会主义市场经济的发展,强烈地冲击着军人的思想观念,引起军人的价值取向、行为方式和心理品质的深刻的变化。从近几年部队的调查看,消防军人主要表现出如下心理:一是矛盾心理；二是补偿心理；三是危机心理；四是逆反心理；五是攀比心理。其次，随着改革开放的扩大和信息时代的到来,社会上不同文化相互激荡,一些不健康的、甚至是腐朽的思潮有所滋长,对军人的侵蚀和危害越来越重。其主要表现为：讲实惠、图虚荣、个人信仰缺失、道德观念滑坡等；另外,受社会落后婚姻习俗的影响,早婚早恋的问题也比较突出。最后，改革开放以来,宗教迷信对社会的冲击与影响有增无减,信教人

数在不断增加,军人中间也出现了宗教信仰者。这些信奉宗教的军人,有些是受家庭影响；有些是出于好奇和对宗教的神秘感；有些是因为婚姻恋爱、提干考学、家庭负担、家庭不和睦等方面的影响,精神上遭受挫折,为了寻求安慰。宗教迷信对青年军人的心理影响是深刻的、持久的。

四、引导和维护消防官兵心理健康的措施

是把官兵心理健康教育与经常性政治思想工作相结合。以当前正在开展的“大练兵”、思想教育、党章学习、“立警为公、执法为民”教育成果为指导，把官兵心理健康教育纳入政治教育的总体目标，做到年有目标、季有计划、月有安排，保证心理健康教育的落实，使心理教育与思想教育有机结合。通过思想教育，使广大官兵树立正确的人生观、世界观、价值观，坚持用发展的眼光和一分为二的辨证眼光看待问题及事物，进一步提高政治修养，增强政治鉴别力和政治敏锐性。

是把官兵心理健康教育与官兵经常性心理健康训练相结合。把官兵的心理健康训练

纳入消防部队官兵的教育培训体系，作为初任培训、岗位培训、警衔晋升等各类培训的重要内容，积极组织广大官兵认真学习心理健康知识，培养广大官兵心理保健的意识，传授心理学知识，消除官兵知识结构中存在的心理学常识盲点，及时缓解心理压力，努力提高心理素质，正确对待

工作、学习、生活中遇到的困难、问题和挫折，始终保持积极乐观、健康向上的精神状态。认真落实官兵年休假、体检、

轮训、抚恤等制度，科学配置和使用警力，防止随意调动警力从事非警务活动，最大限度地缓解官兵的身心压力。

是把官兵心理健康教育与部队的一日生活秩序相结合。针对官兵心理压力日益增大的实际，心理健康教育和部队的一日生活秩序有机的结合，不断调节和改善官兵警营文化生活，使官兵既有训练场上的严格训练、严格要求，也有教室里朗朗的书声，还有篮球场上龙腾虎跃的身影，更有文艺舞台上健美的舞步、嘹亮的歌声。通过一日生活制度的调节和改善使官兵可调节学习、训练、执勤带来的紧张心态，又可以开阔视野、广交朋友，发现自己各方面的潜能，增加与他人相处的经验，从而经常体验到愉悦。使官兵经常处于这种平稳的积极状态，生活有节奏感，劳逸结合，促使他们充分发挥潜在能量，增强自信，提高学习、训练、执勤和工作的效率。

是把官兵心理健康教育与开展的岗位大练兵活动相结合。练兵过程中，要注重官兵心理健康教育和心理素质的锻炼，消除其紧张、恐惧等心理障碍，提高敢试敢闯敢拼的勇气，通过锻炼官兵的心理素质和意志，使官兵达到“临危不惧，从容不迫”的心理，确保部队战斗力的正常发挥。

是把官兵心理健康教育与官兵的实际情况相结合。积

极了解掌握官兵的家庭情况、个人思想动态等，因材施教、因人而异，突出重点，力求实效，分层次、分阶段进行教育，在沿袭了以往的集体教育的同时，针对重点人，采用“一帮一，多帮一”的方法，坚持做到有的放矢。对心理素质差的官兵进行重点教育，做到了早发现问题、早疏导、早解决。制定有效的帮扶措施，让个别战士丢掉思想包袱，积极投身到日常工作中去。

是把官兵心理健康教育与条令条例和法纪教育相结合。坚持以优秀的作品鼓舞人，正确的舆论引导人，净化官兵心灵，凝聚向心力，提升战斗力，要通过加强“三大条例”和部队各项规章制度、法律法规的学习，积极组织官兵观看警示教育片及健康向上的电视节目，

公安消防部队官兵在执勤训练和抢险救援中的心

理问题及其解决方法

刘伟

摘要 公安消防部队作为一个特殊群体，无时无刻都面临着血与火、 生与死的考验，工作任务的特殊性，决定了消防官兵要承受巨大的生理和心理压力。在公安消防部队开展心理工作刻不容缓。

关键词 值勤训练、抢险救援、心理教育、心理疏导

随着改革开放的不断深入和社会主义市场经济的飞速发展，当今社会的经济成分、组织形式、利益分配、就业

方式日趋多样化、复杂化，人们的行为观念、价值取向等时刻发生着变化，人与人之间的竞争日益剧烈，给社会各个群体造成了巨大的心理压力，“心理健康”已成为一个值得关注的社会问题。公安消防部队作为一个担负着防火、灭火和“抢险救援”任务的特殊群体，无时无刻都面临着血与火、生与死的考验，工作任务的特殊性和危险性决定了消防官兵要承受巨大的心理压力和生理压力。为了培养官兵良好的心理适应能力、接受新知识的能力、引导官兵建立健全人格，积极向上的精神，养成良好的意志品质，提高官兵情绪感知能力和控制能力，引导教育官兵正确处理心理问题使其树立正确的世界观、人生观、价值观，适应公安消防部队的生活，对火场各种危险情况有良好的应变能力，在公安消防部队中开展心理工作已刻不容缓。

1.公安消防部队在执勤训练和抢险救援中的心理问题

公安消防部队是一支同火灾等各种灾害作斗争的战斗队，点多面广，“养兵千日、用兵千日”，生活环境复杂，工作环境危险，消防官兵长期处在一种高度紧张的战斗集体中训练、执勤、生活和工作，会因此逐步形成鲜明的个性心理特征，表现出特有的能力、气质和性格，也就不可避免地出现各种心理问题。

在执勤训练中表现为：害怕训练，一听到训练哨声，心就发虚，心中紧张；不愿训练，懒惰思想严重；不重视训

练，不能静心训练；对器材的了解...

时光流逝，岁月如梭，20\_年即将过去，在这一年中我们认真贯彻落实上级关于加强军事训练、政治教育和后勤建设的指示精神，结合我班实际，狠抓以军事训练为中心的各项工作，圆满地完成了上级交给的各项任务。自我担任\_班班长以来，认真领会上级会议精神，带领我班战士出色完成以下工作：

一、在工作方面

严格要求，一丝不苟。作为党员，我感到非常地荣耀，在此非常感谢党组织对我的信任。我会充分发挥党员的模范先锋作用，时刻牢记党的思想。狠抓“一班人”的自身建设，充分发挥党的战斗堡垒作用。带领我班战士学习党的基础知识，领会党的精神。经过学习《党章》，我班战士工作热情有所增加，工作态度认真积极。表现尤其突出的是\_\_，他平时认真学习党的知识，不断提高自身的政治素养，不仅有强烈的入党意愿，而且还带领其他战士在空闲时间学习党的知识，严格遵守党的各项规章制度。积极组织班里战士开展各项工作，凡事想在我的前面，在各项工作中积极配合，极大地减轻了我的工作压力。通过持续不断地党课的熏陶，我班大部分战士的政治素养得以提升，但还有个别同志工作态度不积极，有怕苦怕累的思想。如我班，现担任饲养员，出现了上述问题。经过我和班副\_\_\_不断开展思想教育工作，该同志的思想

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！