

部队心理训练场地安装哪些器材西安军用双杠价格

产品名称	部队心理训练场地安装哪些器材西安军用双杠价格
公司名称	盐山多利达文体器材有限公司
价格	500.00/副
规格参数	品牌:多利达体育 型号:D-022 规格:标准
公司地址	盐山县盛世佳苑1号楼2单802室
联系电话	0317-5129521 15231799390

产品详情

部队心理训练场地安装哪些器材西安军用双杠价格

心理行为训练源于二战期间的英国，当时大西洋商务船队屡遭德国潜艇的袭击，许多缺乏经验的年轻海员葬身海底，人们从生还者身上发现，他们并不一直都是体能的人，但却都是求生意志顽强的人。针对这种情况，汉思等人创办了"阿伯德威海上学校"，训练海员在海上的生存能力和遇难后的生存技巧，使他们的身体和意志都得到锻炼。

因此，心理行为训练器材与[拓展训练器材](#)

有相似之处，但由于训练目的不同，在项目设置的侧重点上、培训时的方式、方法也有所不同。

心理行为训练作为一种专门化的技术手段，是近一二十年的事。但如果溯本求源，则可追溯到公元前。那时，我国和印度就已经有了类似于心理行为训练的修身养性功法，即我国的“气功”和印度的“瑜伽术”。

气功里许多功法都把修身养性、减轻和解除人们的心理压力作为基本的健身目的。如“放松功”要求通过具体的动作，使整个机体和心理训练都处于放松状态。“意守功”也是运用一系列的手段，对意识进行自我控制，使人养精蓄锐，恢复身心能量，为身心健康打下良好的心理和物质基础。目前，心理行为训练中的肌肉放松训练和意象放松训练等方法，在许多方面都是沿用或借鉴“意守功”和“放松功”的做法。

