

消防官兵心理行为训练器材介绍 200米障碍训练器材 高空速降速滑

产品名称	消防官兵心理行为训练器材介绍 200米障碍训练器材 高空速降速滑
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	2000.00/件
规格参数	品牌:胜川 型号:全 产地:河北沧州
公司地址	盐山开发区
联系电话	0317-8255176 13315723198

产品详情

心理行为训练器材主要分为体能训练和心理训练，将系统科学的理论体系与切实可寻的训练方法相结合，是提高消防官兵的前提和基础。河南兴邦通过对消防部队官兵的心理素质模型进行分析，通过研制的心理素质训练项目实现现场场景的重现，使官兵的心理行动曲线不断地进行转变，以达到综合训练的目的。

*训练方式普及化

心理行为训练器材两大主题训练:心理能力训练和心理行为训练.不同的人可采用不同的时间段进行不同的训练方式，可让每位训练人员都参与进来，稳步推进，覆盖面广。

加强心理行为训练要做到以下几点：

(1) 在实际操作中，要注意学习，注重总结，有了总结才会有积累，有积累才会有进步。在学习中我们不仅从书本上、工作中、生活中得到知识，也要善于学会吸取他人的经验教训，取其精华。

(2) 自我肯定。人要不断地否定和肯定自己才能进步，而否定的最终目的是为了向肯定方向发展，自我肯定，保持坚定的信念，往往是事业成功的关键。

(3) 抛弃自卑。自卑需要三个条件：一是缺乏成功的体验；二是缺乏客观公正的评估；三是自我评估偏颇。要抛弃自卑，首先要战胜自我，为自己树立一个目标，要有坚强的信念，相信自己的能力，同时要对自己有一个科学的评估。

(4) 增强自信。以一个良好的心态迎接实际操作中的任何挑战。

(5) 心理调节和情绪调节。不同的人在不同的环境中有不同的心理和不同的情绪，同样它产生的效果也是不同的。首先要充分地认识自我，根据自己的情况注意自我培养和锻炼，在不同的环境中学会自我调节，自我控制心理和情绪的变化，这样才会有一个好的思维转换去适应各种条件下的变化。