综合心理行为训练架厂家制造价格 三角形训练器材价格

产品名称	综合心理行为训练架厂家制造价格 三角形训练器材价格
公司名称	河北胜泽体育设施有限公司
价格	800.00/件
规格参数	品牌:胜泽 标准:国标 产地:河北
公司地址	河北省盐山县望树镇工业区
联系电话	0317-6352757 13903173433

产品详情

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的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。