

## <<开启心灵的钥匙>>

### 图书基本信息

书名：<<开启心灵的钥匙>>

13位ISBN编号：9787810876513

10位ISBN编号：7810876511

出版时间：2004年2月1日

出版时间：第1版 (2004年2月1日)

作者：陈沂雄

页数：112

字数：60000

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>

## <<开启心灵的钥匙>>

### 内容概要

广东省公安厅着手尝试在公安队伍建设中将现代心理学科学理论运用于思想政治工作，并且于2002年依托高校的专业力量，成立了以“关爱民警健康、呵护民警心灵”为宗旨的广东省公安民警心理健康服务中心，通过开设心理咨询热线电话、心理辅导网站和电子邮箱、面谈咨询等形式，开展了一系列民警心理健康服务工作，为数以百计的民警缓解了心理压力，消除了情绪困扰。

本书就是该中心的同志们，针对民警咨询中常见的话题归纳提炼而成。

书中的实例，都是经过模糊处理后的生活原型。

这本警察写给警察看的小册子，紧贴民警的工作、生活实际，力图通过生动活泼的风格、清新脱俗的语言、有代表性的实例、深入浅出的分析，从而较系统地让广大民警了解一些心理健康知识，掌握在遇到压力和困扰时进行自我调适的方法。

## <<开启心灵的钥匙>>

### 书籍目录

序言引言第一章 警察的健康心灵是怎样的？

一、你的心理健康吗？

二、做自己的心理咨询师 三、做身心健康的警察第二章 我是谁——警察的自我意识 一、我自己吗？

二、我是警察，也是“演员” 三、警察职业适合我吗？

第三章 做情绪的主人 一、心灵“晴雨表” 二、清除“情绪垃圾” 第四章 做警察职业舞台上最优秀的演员 一、这是我表演的舞台 二、在警察的职业舞台上，你是最优秀的演员吗？

第五章 优秀的警察要有一颗坚强勇敢的心 一、开枪射击 二、亲历惊险或冲击性事件 三、面对恐怖惊心的场面 四、处置特殊危急事件后第六章 心灵交汇的空间 一、精诚所致 二、人无完人 三、掌握主动权第七章 心有千千结 一、谁适合我？

二、追求者的“ No ” 三、解开恋恋心结第八章 家家有本难念的经 一、共同的心灵港湾 二、不要催生第三者 三、当孩子说“我偏不！”

结束语后记

<<开启心灵的钥匙>>

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>