

The Role of Psychological Training in Police Pistol Shooting

Xiao FU

Abstract

According to practical experience, pistol shooting ability is a main part of police comprehensive skill and play an important role in police services. For this reason, it is of great practical value to emphasis on and carry out investigations on police pistol shooting. Meanwhile, there are literature pointing out that the results of pistol shooting are closely related to their personal psychology. Therefor, in order to strengthen police officers' pistol shooting ability, it is essential to carry out psychological training activities. By changing their series of bad mental states, psychological training helps police officers to maintain a good psychological state, which plays an important role in promoting police personnel's pistol shooting level.

Keywords

Psychological Training; Mental State; Police Pistol Shooting; Role Research

心理训练在警务手枪射击中的作用

付 晓

青海警官职业学院, 青海 西宁 810000

[摘 要] 结合实际生产生活经验可知, 警务手枪射击能力是警务人员综合技能的重要组成, 对警务人员警务作业水平高低有着极其重要的影响, 基于此, 重视并开展警务手枪射击的相关调查研究, 极具现实意义。与此同时, 参考相关文献资料可知, 警务人员手枪射击成果与其个人的心理状态有着较为密切的关联, 因此, 为强化警务人员现有的手枪射击能力, 重视并积极开展相应的心理训练活动, 通过改变警务人员现有的系列不良心理状态, 帮助警务人员保持良好的心理状态, 对警务人员手枪射击水平的保障及提升有着极其重要的促进作用。

[关键词] 心理训练; 心理状态; 警务手枪射击; 作用研究

[DOI] 10.18686/gdjy.v2i1.243

前言

现实情形下, 警务人员的存在及发展, 有助于维持我社会治安, 促进和谐社会环境氛围的形成, 对于保障国民正常的生产生活, 有着极其重要的影响。与此同时, 在警务人员日常作业的过程中, 为应对系列威胁事件, 学习并掌握相应的器械设备的科学合理使用, 具有极其重要的必要性。手枪作为警务人员日常作业不可或缺的器械设备, 重视并提高警务人员手枪射击能力, 不仅有助于强化成本控制, 避免子弹浪费现象, 而且还能在很大程度上提高射击作业的精准度, 避免误伤他人, 强化警务人员的执勤能力。

1 浅析警务手枪射击活动开展过程中心理训练的积极作用

通过上述分析论述分析, 现实情形下, 重视并积极开展相应的警务手枪射击训练活动, 具有极其重要的现实价值, 一方面, 手枪射击作业是警务人员必须开展的一项工作内容, 这一作业活动具有一定的危险性; 另一方面, 手枪射击训练活动的开展, 有助于提高警务人员手枪射击精准度, 降低相

应的作业风险。与此同时, 在警务手枪射击活动开展的过程中, 心理训练活动的开展实施, 同时也具备较为积极的影响作用, 其具体内容为:

1.1 有助于提高警务人员手枪射击训练的效率和效果

实际生产生活中, 为提高警务人员综合职业水平, 促进其各项作业活动的开展实施, 重视并积极开展相应的技能训练活动, 能够在很大程度上保障与提升警务人员的技能水平。手枪射击能力作为警务人员职业能力的重要组成, 通过手枪射击训练活动的开展, 帮助警务人员提升相应的手枪射击水平, 具有极其重要的现实意义, 在这一训练活动开展的过程中, 适当合理的心理训练活动的开展实施, 能够在很大程度上提高警务人员手枪射击训练的效率和效果。其具体内容为: 警务手枪射击训练活动开展的过程中, 警务人员除丰富自身的手枪器械设备信息外, 同时还应尽可能保证自己具备良好的心理状态, 在手枪射击作业活动开展的过程中, 良好的心理状态通常会促使作业人员尽快找到适合自己的

手枪射击作业方式和作业技巧,进而让警务人员在手枪射击训练活动中,尽快的提升自身的手枪射击能力,相反,不良的心理状态会在很大程度上放大警务人员的负面情绪,在影响警务人员手枪射击积极性的同时,不利于其产生良好的手枪射击训练成果。

1.2 有助于缓解警务人员的系列不良心理,强化其自我调控能力

现实情形下,结合实际生产生活经验可知,通常当一个人具备良好的心理状态时,其个人的自我调控能力也随之越强,从而能够更好的完成相应的作业活动。心理训练在警务手枪射击中的实践应用,能够在很大程度上缓解警务人员的系列不良心理状态,在帮助警务人员逐渐具备良好心理状态的同时,强化其自我调控能力,以至于在面对突发事件时,警务人员能够更为从容、更为科学的开展相应的应对策略。现实情形下,警务手枪射击作业活动开展的过程中,警务人员通常会具备例如紧张、害怕、好胜心国强等系列不良心理状态,这些不良心理状态的存在及发展,都会在很大程度上影响警务手枪射击能力,对警务人员的成长及发展有着较为不利的影响。这一情形下,心理训练活动在警务手枪射击活动中的切实应用,能够帮助警务人员了解到手枪射击作业活动开展过程中产生的系列心理状态及相应的生理反应,进而逐渐引导警务人员学习并掌握相应的不良心理状态应对策略,在强化其自我调控能力的同时,提高警务人员手枪射击综合能力水平,极具现实价值。

2 探究常见的警务手枪射击心理训练方式方法

基于警务人员作业环境的危险性和事件的突发性与多样性,警务人员在开展手枪射击作业时,极易产生系列不良心理状态,进而影响其正常的手枪射击水平,基于此,重视并积极开展相应的手枪射击心理训练方式方法,引导警务人员学习掌握科学有效的心理状态调节能力,对警务人员手枪射击作业活动的正常有效开展,保护警务人员人身财产安全等,都有着极其重要的促进作用。现实情形下,为科学有效的开展心理训练活动,主要可以从以下几个方面开展相应的心理训练活动,其具体内容为:

2.1 重视并积极强化警务人员的意志力

畏惧和恐慌心理是警务手枪射击作业时常见的不良心理状态,这类心理状态的出现,不仅会阻碍警务人员手枪射击水平的正常发挥,而且还会在很大程度上增加警务人员手枪射击作业的危险性。针对这一现状,心理训练活动开展实施的整个过程中,训练人员应从警务人员意志力出发,通过系列锻炼活动的开展实施,帮助警务人员强化自身的意志力,从而能够在突发事件面前冷静沉着、不惧艰难的开展相应的作业活动,完成相应的作业任务。结合实际生产生活经验可

知,为完成上述心理训练目标,警务人员意志力训练活动的开展应与其日常生活建立密切联系,通过长期坚持不懈的锻炼,逐渐强化警务人员的意志力。常见的意志力锻炼方式,主要有两种:一是,通过坚持不懈的手枪射击训练活动的开展实施,让警务人员在不断的磨炼之中,强化自身的手枪射击水平;二是,通过适当增加手枪射击训练难度,对警务人员的意志力进行相应的锻炼。

2.2 重视并积极锻炼警务人员的注意力

现实情形下,警务人员手枪射击水平高低,不仅与警务人员手枪射击理论知识内容掌握情况有关,而且还与警务人员的注意力有关,当警务人员身处喧嚣吵闹、混乱不堪的复杂环境之中,较高的注意力有助于警务人员专注于手枪射击作业,从而确保其正常的手枪射击水平的发挥。心理训练活动开展的过程中,常见的注意力训练策略,主要有以下几点内容:一是,通过引导警务人员在手枪射击作业活动开展时默念系列注意事项,强化其注意力;二是,通过增加实地训练的次数和比重,让警务人员在手枪射击场地逐渐形成良好的射击习惯;三是,定期组织开展相应的因素干扰训练,例如,训练人员可借助音响设备播放嘈杂音乐、人工降雨等,人为制造相应的干扰因素,并让警务人员在这一干扰环境中开展并完成相应的手枪射击训练活动,从而有助于提高警务人员的注意力。

结束语

综上所述,通过本文的分析论述可知,心理训练在警务手枪射击活动中具有系列积极作用,其不仅有助于提高警务人员手枪射击训练的效率及效果,而且还能在很大程度上强化警务人员的自我调节能力,进而促使警务人员更好的应对系列突发事件,基于此,在警务手枪射击训练活动开展实施的整个过程中,应从警务人员意志力、注意力等方面,积极开展相应的心理训练活动。

参考文献

- [1]李莉,于福洋,李佃峰.表象训练在警察临战心理训练中的应用[J].市场周刊(理论研究),2017(12):13-14.
- [2]翟郝磊.心理训练在警务手枪射击中的作用研究[J].赤峰学院学报(自然科学版),2017,33(23):182-184.
- [3]张又元.试论心理训练在青少年手枪射击基础训练中的重要性[J].文体用品与科技,2014(20).
- [4]曾欣欣.“打白靶”在手枪应用射击训练中的实效研究[J].法制与社会,2018(30):211-212.
- [5]郑立勇.警察警务实战心理分析和心理训练[J].市场周刊(理论研究),2016(7):118-119.

稿件信息:

收稿日期: 2019 年 3 月 15 日; 录用日期: 2019 年 3 月 23 日; 发布日期: 2019 年 3 月 29 日

文章引文: 付晓. 心理训练在警务手枪射击中的作用[J]. 高等教育前沿. 2019, 2(1).

<http://dx.doi.org/10.18686/gdjy.v2i1.243>

知网检索的两种方式

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD> 下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 例如:
ISSN: 2661-328X, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/> 左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询 投稿请点击:
<http://cn.usp-pl.com/index.php/gdjy/login> 期刊邮箱: xueshu@usp-pl.com