

公安民警对心理疏导的认知现状与路径研究

王 方

(中国人民公安大学 马克思主义学院,北京 100038)

摘要:当前,伴随着社会治安形势的不断发展变化和人民群众日益增长的对美好生活的需要,公安工作中需要应对的风险和挑战不断增加,公安民警承受的心理压力也在不断增加。公安民警心理健康一旦出现问题,不仅会损害民警身心健康,也会影响公安工作顺利有效的开展。本文选取山东省烟台市某公安分局的民警随机发放纸质问卷,以获得民警对心理疏导的认知现状,了解民警对心理疏导的看法和开展情况,从而采用针对性的策略和办法。问卷结果发现,公安机关存在对心理疏导认识不足、重视程度不够以及机构组织、人员配置不健全等问题。心理疏导以人为主体的开展,合理地将心理疏导加以运用,不仅能够帮助民警解决心理问题,对公安队伍建设也会产生积极作用。

关键词:公安民警;心理问题;心理疏导;认知现状;路径

中图分类号:B844.3 **文献标志码:**A **文章编号:**1673-8039(2020)01-0091-06

党的十七大报告第一次提出:“加强和改进思想政治工作,注重人文关怀和心理疏导,用正确方式处理人际关系。”^{[1]32} 人文关怀和心理疏导这两个新名词展现了思想政治工作的新变化^[2]。习近平总书记指出,“做好高校思想政治工作,要因事而化、因时而进、因势而新。”^[3] 这是党面临国际国内新形势,对于做好思想政治工作的新思考和新认识。心理疏导的提出丰富了思想政治工作的内涵,拓宽了思想政治工作者的视野,是党在新形势下对如何做好思想政治工作的新思考和新认识^[4]。

公安民警作为一个特殊的群体,面临的心理考验也不容小觑。根据相关调查可以发现,越来越多的心理问题困扰着我们的人民警察。他们有的焦虑、紧张、自卑、惶恐,甚至出现失眠、抑郁,这对于公安队伍又好又快向前发展无疑起着阻碍作用。心理疏导缘起于心理学,并综合囊括了哲学、教育学、医学、思想政治教育等相关学科的内容和方法,这为解决民警的心理问题提供了新的思路和参考。

一、公安民警心理疏导概述

心理咨询 20 世纪初产生于美国,20 世纪 80 年代被引入中国,并被国内学者结合中国国情和实际进行了修改和完善,进而引出了“心理疏导”这一说法,使之逐渐发展为一种用于心理干预的

辅导方法和技术。

对于心理疏导的内涵,国内学者提出过许多不同的看法。尚春和杨胜认为心理疏导侧重于通过研究人们心理活动的一般规律和生理机能,从而达到对人进行研究的目的。把握民警的心理特征是心理疏导的关键,这种心理特征影响其职业价值的发挥^[5]。屈健将心理疏导定义为“疏通”和“引导”。疏通是指通过医生和患者之间的反馈,使患者将内心的隐情和症结表达出来。引导是建立在沟通所获取的信息的基础上,将患者的认知进行优化和改变,从而达到将患者引向健康方向的目的^[6]。对此,通过对比学者们对心理疏导概念的界定,可以将心理疏导的概念简单归纳为“疏”和“导”。“疏”即疏通,是去掉阻塞使畅通,“导”即引导、传导、疏浚、疏导。因此,心理疏导就是心理工作者在与患者进行交流沟通时,引导患者吐露内心郁结,针对阻塞处为其排忧解难。

公安民警在工作中会遇到许许多多的困扰,例如人际关系、婚姻家庭关系、工作晋升、执法中的暴力冲突等问题,对民警进行心理疏导即为其内心驻防。心理学上有研究指出,当个体在面临困境时,如果能够得到来自家人、朋友或者外界的精神、物质帮助,就会提高心理应激能力。相反,

收稿日期:2019-07-16

作者简介:王方(1997—),女,山东烟台人,中国人民公安大学马克思主义学院硕士研究生。

如果此时个体无法得到来自任何人的任何帮助,会极度增加受挫情绪,进而激化个体内在的悲观和失望,甚至引发与社会、单位及家庭的冲突和对抗事件的发生,对社会的稳定造成不良影响。公安民警的情绪需要宣泄、需要“出口”,心理疏导恰恰为民警情绪的释放提供了渠道。公安民警通过宣泄内心的敌对、不满等一系列消极情绪,有利于个人的排解,从而恢复心理平衡,避免情绪不断累积影响心理健康。而心理疏导过程中的平等倾听会增加民警的被尊重心理,使民警在讲述内心不快时得到关怀。把心理疏导作为加强思想政治工作的途径、方法和过程,不仅可以切实地贯彻人文关怀,体现以人为本,还可以使思想政治工作更有效地开展。心理疏导在于疏,思想政治工作在于导,要注意先疏后导或边疏边导,即先帮助工作对象进行一定的心理调适,使其不良情绪得到宣泄,心理压力得到缓解,再进行思想上的引导,或者在进行心理调适的过程中解决思想问题^[7]。心理疏导中宣泄疏导方法的鼻祖可以追溯到亚里士多德。他曾在《诗学》中提到,希腊悲剧能够帮助人们有效地释放内心的恐惧、忧虑和悲伤等负面情绪,释放此类负面情绪会推动个体的心理走向积极,对社会秩序也会产生积极影响。因此,作为社会矛盾减压阀的心理疏导对于公安民警来说,是心理疏导者与其在相互信任和尊重的基础上,逐渐了解内心真正诉求和真实想法,运用心理学上的方法辅助解决内心困扰的有效方式。重视民警的心理动态,透过表面的问题发现民警心理的症结所在,抓住本质,对症下药,在与民警产生心理共鸣的过程中,帮助其解决心理上出现的问题。对公安民警强化心理疏导和人文关怀,能够缓解公安民警心理问题,促进民警个人的发展,实现公安工作目标。

二、公安民警对心理疏导的认知现状

为掌握当前公安思想政治工作中的心理疏导现状,本文选取山东省烟台市某公安分局为样本,针对分局的各个部门、各个警种的民警进行了问卷调查。为充分体现问卷的真实性和有效性,本次调查问卷采用的是纸质问卷的形式,共围绕公安民警对心理疏导的认知情况设置 24 道题目。本次调查共随机向各个警种发放问卷 250 份,回收问卷 215 份,问卷回收率为 86%。其中 8 份为无效问卷,问卷有效率为 96.3%。

本研究采用的调查问卷分为两个部分。第一部分是参与问卷的民警进行社会人口学统计,主要是个人的基本情况,包括所在的部门、性别以及年龄。第二部分调查公安民警对心理疏导的认知现状,是问卷的主体部分,共有 20 道题目,外加一道开放题目。问卷中,第 6、7、11、12、21 题反映了公安民警对公安思想政治工作中的心理疏导的看法。第 14、15、16 题设置的目的在于反映公安机关对心理疏导的关注程度。第 13、17 题旨在反映公安机关的机构设置、配置人员的素质、能力程度。第 8、9、10 题旨在反映公安民警对心理疏导和心理咨询的区分程度。

(一)存在的问题

通过此次调查,公安民警对心理疏导的认识主要存在着民警自身对心理疏导缺乏必要的认识、公安机关对心理疏导的关注度低以及公安机关心理疏导机构和体制机制不健全等问题。

1. 公安民警自身对心理疏导缺乏必要的认识

表 1 公安民警对是否愿意接受心理疏导的看法

	选项	占比(%)
您在遇到心理问题时,愿意接受心理疏导吗?	不愿意	38
	愿意	55
	不一定,看情况	7

从关于“您在遇到心理问题时,愿意接受心理疏导吗”的调查数据(表 1)中可以发现,55%的民警表示自己在遇到心理问题时愿意接受心理疏导,38%的民警表示自己在遇到问题时不一定愿意接受心理疏导,需要看到时具体出现的问题和具体的情况,仅有 7%的民警表示自己不愿意接受心理疏导。由此表明,公安民警总体上并不排斥心理疏导,在公安机关内部开展心理疏导具有一定的可行性。

表 2 公安民警对接受心理疏导有什么看法

	选项	占比(%)
您对接受心理疏导有什么看法?	认为很不好意思	16
	认为没什么效果	25
	担心秘密被泄露	16
	不想讲自己的心事	17
	其他	26

在谈到“对接受心理疏导有什么看法”(表 2)时,16%的民警认为接受心理疏导使人很不好意思,25%的民警认为心理疏导没有效果,16%的民警认为心理疏导者会泄露自己内心的秘密,17%的民警不想对别人讲自己的心事。从以上回答可以发现,公安民警对心理疏导的认识不足,有

很多顾虑,没有从根本上认识到心理疏导对个体
的重要性。

2. 公安机关对心理疏导关注度低

表3 公安民警参与单位心理疏导情况统计

	选项	占比(%)
您是否参加过本单 位的心理疏导?	有	31
	没有	69

在“您是否参加过本单位的心理疏导”(表3)的问卷数据中,31%的民警表示参加过,69%的民警表示没有参加过本单位开展的心理疏导。可见,绝大部分民警没有参与过本单位的心理疏导,心理疏导的开展并未落实到每位民警。

表4 公安民警对本单位开展心理疏导的情况反应

	选项	占比(%)
目前您所在单 位开展心 理疏 导的情 况	有专业的心理咨询队伍及设施	13
	有定期的心理专题讲座	17
	定期对在职民警进行心理健康普查	11
	定期开展心理健康宣传活动	13
	关于心理健康方面的活动极少	18
	不了解	28

在对“目前您所在单位开展心理疏导的情况”(表4)的问卷数据进行统计中可以发现,13%的民警表示本单位有专业的心理咨询队伍及设施,17%的民警表示本单位定期开展心理专题讲座,11%的民警表示单位定期面向在职民警开展心理健康普查,13%的民警提到单位定期开展心理健康宣传活动,18%的民警表示关于心理健康方面的服务极少,28%的民警表示自己不了解所在单位开展心理疏导的情况。由此可见,公安机关对心理疏导的关注度不足,开展心理疏导相关活动较少,绝大部分民警不清楚本单位开展心理疏导的情况。

3. 公安机关心理疏导机构设置、体制机制不健全

表5 公安民警对心理工作人员心理疏导能力的评价

	选项	占比(%)
您认为所在单位 心理工作人员心 理疏导能力如何	有专业的理论背景和实践经验	23
	能力有待提高	19
	不了解	58

针对“您对心理工作者能力的看法”(表5)这一问题,23%的民警认为具有专业的理论背景和实践经验,19%的民警认为有待提高心理工作人员的能力,58%的民警表示自己不了解单位心理工作者的能力情况。本数据显示,大部分民警不了解本单位心理工作人员的具体情况,公安机

关的心理疏导机构设置、人员配置不科学、不合理,工作人员的能力也需要进一步的提高。

(二)问题的成因

1. 公安民警对心理疏导重视程度不够

表6 公安民警对心理疏导的认识情况

	选项	占比(%)
您认为的心理 疏导是什么?	治疗心理疾病	19
	进行心理咨询	35
	思想政治工作	11
	从心理层面解决思想问题	30
	不清楚	5
您认为心理疏 导的对象是谁?	心理健康的人	14
	心理健康思想有障碍的人	54
	心里不健康的人	18
	不清楚	14
您认为心理疏 导等同于心理 咨询吗?	两者相同	20
	两者不同	48
	不清楚	32

综合分析表6所给出的三道题目的调查数据,结果显示,绝大多数民警能够区分心理疏导和心理咨询,但仍有部分民警搞不清楚二者之间的关系,并且仍有很大一部分民警认为心里不健康的人才需要接受心理疏导。可见,公安民警对心理疏导的具体内涵缺乏必要的认识。

2. 公安机关对心理疏导的重视程度不够

表7 公安机关对心理疏导的重视情况

	选项	占比(%)
您认为目前单 位是否重视心 理疏导工作?	领导高度重视	26
	有充足的设备投入	8
	设立心理咨询室	13
	不了解	53

分析表7所给出的题目,参照问卷结果,绝大多数民警表示自己不了解单位是否重视心理疏导工作,可供心理疏导的设备以及场地供给不足。可见,公安机关对心理疏导的重视程度不够,这也在一定程度上影响了公安民警对心理疏导的认识。

3. 公安机关心理疏导机构、组织设置、人员配置不合理

表8 公安机关心理疏导人员素质缺乏情况

	选项	占比(%)
您认为本单 位心理疏 导者主 要缺乏哪 方面的 素质?	倾听能力	21
	沟通能力	27
	心理学专业知识	22
	心理疏导的技巧	25
	其他	5

根据表 8 的题目并参照表 7 的数据可以发现,仅有少部分民警表示单位有足够的设备投入或者设立心理咨询室,并且提到公安机关心理疏导者的倾听和与人沟通能力,心理学专业知识储备以及心理疏导的技能技巧方面都需要加强。由此可见,公安机关的机构设置、设备的使用不科学、不合理,为民警提供心理疏导服务的人员综合素质也需亟待提高。

三、公安机关加强心理疏导的路径

(一) 增强公安民警对心理疏导的认识

首先,加强宣传教育,改变传统观念,促使民警转变思维方式。调查发现,一部分民警认为,自己接受心理疏导就是间接承认自己心里存在问题、不健康,难以启齿,对内心的郁结多加隐藏;还有一部分人认为对心理疏导者吐露的心事容易被泄露,不能信任他们,从而不能畅所欲言。因此,定期在公安队伍中开展心理健康方面的宣传教育,多为民警普及心理健康和心理疏导方面的知识,在潜移默化中使公安民警认识到心理疏导的意义,从内心深处认识到心理疏导并不是心理治疗或者心理咨询,接受心理疏导属于调节自身的情绪,而不是出现了心理疾病。这一点对于后续心理疏导工作的开展至关重要。

其次,公安机关可以充分利用网络平台,发挥微信小程序的群体效应,定期发起心理测试,民警们在闲暇之余都可以点击。如果心理测验题足够有趣或者足够准确,符合民警们的心理,大家随手转发到不同的群里,通过这种方式达到宣传提醒的目的。心理测试题目的设计不需要直接使民警意识到自己在接受心理方面的测验,只需要通过有趣味的几道问题使其做出选择,在答案中涵盖希望民警们了解的内容。这与传统的发宣传册、开宣讲会、开讲座等方式相比,不会占用大家太多的时间,同时可以充分发挥年轻民警熟悉网络的优势,为老民警教授网络知识,同时也将为公安民警带来新的体验,宣传的效果将会更好。

(二) 建设心理疏导机构,合理配置人员

香港警界对警察的心理健康问题关注较早,早在 20 世纪就设立了心理服务组,由专门的心理专家以电话或者面对面咨询的形式,对警察及其家属进行心理咨询和心理疏导。香港《警察通例》对类似心理疏导的内容规定较为详尽。如果警察在执行公务期间,发生了开枪或者出现击毙

犯罪分子等行为,不论自身受伤与否,都需要接受统一的心理咨询服务,采用科学的方法解决内心遇到的困惑和障碍。当前,中国大陆的心理疏导机构还不健全,部分单位没有设立民警心理疏导机构,部分单位即使设立了,但隶属于政工部门,受到多重原因的影响,对于警察心理压力的缓解并没有起到正向积极的作用。

面对人民警察心理健康问题愈加严重的现实状况,除了成立专门的心理疏导机构外,配备一定数量的专、兼职心理咨询师和政工师成为必要。在选拔心理疏导人才的同时,还要注重公安政工人员的心理疏导方面知识的培养,扎实的理论功底是从事心理疏导的基础,心理疏导实践基于理论才能顺利开展。选拔一定数量的思想政治工作者前往专门的心理咨询室学习,在掌握理论的基础上与实践相结合,通过接触鲜活的实例,增进对心理疏导的了解。同时可以与当地心理疏导方面的专家学者建立联系,持续沟通,作为心理疏导机构的后备力量。

公安机关在拥有心理疏导机构和专、兼职心理疏导人才的基础上,在政工部门的引导下,还需要加强民警的心理档案建设,在日常工作中密切关注民警思想动态,特别是曾经接受过心理疏导的民警的后续动态,逐步形成巩固机制和反馈机制,不仅要对民警进行疏导,还要与其进行后续的交流,形成动态了解模式,以此来实现心理疏导者和心理疏导对象的良性互动。

(三) 健全公安机关心理疏导机制,体现人文关怀

公安工作中运用心理疏导法是疏导者与被疏导者之间的“钥匙”,正确合理的心理疏导能够帮助民警打开心扉,解决内心郁结和困惑。在本次问卷调查以及座谈中可以发现,造成民警压力和困扰的原因主要集中在工作的压力、家庭其他成员的不理解、人际关系和社会舆论的困扰等方面。这些问题主要来自于社会、单位和家庭。对此,我们可以建立一个以单位为主导的社会-单位-家庭三位一体的心理疏导模式,从单位入手,以家庭为背景,然后辅之以社会疏导。

李秀和桑青松认为,团体心理疏导德育实践模式必须以马克思主义科学发展观为理论指导,运用各种团体辅导的理论和技巧将认知德育、情感德育、生活德育有机地结合起来,对青少年的道德问题进行认知、情感、思想、社会适应等方面的

疏导,有效地提高道德教育的实效性和针对性,促进青少年道德全面发展^[8]。这种积极引导与自我调节的结合也可以对公安民警加以运用,全方位、动态地考虑民警的各方面需求,消除其后顾之忧,为他们解疑释难,以此缓解民警的心理健康问题,提升队伍的整体凝聚力和向心力,对公安机关树立良好形象、赢得民心等方面都会产生积极作用。

加强“爱警护警”工程建设,充分展现人文关怀。杭州四季青派出所的做法值得参考和借鉴。该派出所专设一个房间用来作为儿童休息区,方便民警对孩子进行照顾,为民警解决孩子的看管问题。结合民警的访谈记录,基层民警关心最多的则是孩子、家庭。对此,基层所队可以定期安排广大警嫂进警营的活动,让民警在忙碌之余能够吃上亲人为自己准备的饭菜。这能使警嫂近距离接触公安机关工作,体会这其中的辛苦,增加对民警的体谅。同时,可以为民警的父母设立专门的休息区,在不影响其工作的条件下增加见面机会,民警父母们互相之间进行交流也可以增加人民群众对警察职业的了解,促进警察职业自豪感和荣誉感的形成。正如马克思所言,“我们知道个人是微弱的,但是我们也知道整体就是力量。”通过类似小活动,可以将民警们连成一体,将一个一个家庭连成一体,形成强大凝聚力和向心力,助推整个公安队伍的发展。

正确引导舆论,为公安民警减负。随着全媒体时代的来临,民警们的一举一动都在闪光灯下无限放大,舆论成为公安民警的又一巨大压力。公安机关应当充分发挥微博、公众号推送的强大影响力,第一时间引导群众的关注点,对权益受到

侵犯的民警及时给予慰问,表达关怀,提供恰当的心理疏导,为其减负。

心理疏导的研究和应用为公安机关缓解民警的心理问题提供了崭新的视角和全新的思路,为解决民警的心理问题搭建了桥梁。心理疏导法的应用不仅可以引发公安机关对民警心理问题的关注,对公安工作的运行发展也起到了推动作用。可以相信,政工干部将思想政治工作方法和心理疏导技巧相结合能够推动公安工作卓有成效地开展。

参考文献:

[1] 本书编写组. 十七大报告学习辅导百问[M]. 北京:学习出版社;党建读物出版社,2007.

[2] 任杨. 将人文关怀贯穿于大学生思想政治教育全过程的价值研究[C]// 中共沈阳市委,沈阳市人民政府,国际生产工程院,中国机械工程学会. 第十六届沈阳科学学术年会论文集(经管社科). 沈阳:沈阳市科学技术协会,2019.

[3] 习近平. 习近平在全国高校思想政治工作会议上强调 把思想政治工作贯穿教育教学全过程 开创我国高等教育事业发展新局面[N]. 人民日报,2016-12-09.

[4] 马靖华. 高校辅导员心理疏导工作研究——以中国矿业大学(北京)为例[J]. 北京教育(德育),2019(5).

[5] 尚春,杨胜. 浅谈心理疏导在新时期公安思想政治工作中的应用[J]. 警察实战训练研究,2012(4).

[6] 屈健. 公安边防情报人员心理疏导研究[J]. 科技信息,2010(12).

[7] 谭华玉. 思想政治工作中人文关怀和心理疏导的认知与实践[J]. 太原城市职业技术学院学报,2013(5).

[8] 李秀,桑青松. 团体心理疏导德育模式的逻辑理据与实践遵循[J]. 安徽师范大学学报(人文社会科学版),2017(6).

Study on the Cognition Situation and Ways of Police's Psychological Counseling

WANG Fang

(School of Marxism, People's Public Security University of China, Beijing 100038, China)

Abstract: At present, along with the continuous development and change of social security situation and the increasing needs of the people for a better life, both the risks and challenges in the public security work and the psychological pressure of police are increasing. Once the psychological problems of police emerge, they not only harm the physical and psychological health of police, but also affect the smooth and effective de-

