

广东逾万名警察压力大打电话求助心理热线 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/19/2021\\_2022\\_\\_E5\\_B9\\_BF\\_E4\\_B8\\_9C\\_E9\\_80\\_BE\\_E4\\_c24\\_19519.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/19/2021_2022__E5_B9_BF_E4_B8_9C_E9_80_BE_E4_c24_19519.htm) 广东省公安民警“心理热线”平均每小时接5个民警咨询电话；民警心理问题应引起重视 这是一组令人关注的数字：广东省公安民警心理健康服务中心成立四年来，开通的热 该中心负责人告诉记者，他们研究发现，公安民警的心理素质普遍强于普通人群，但他们由于工作压力大、与社会阴暗面接触多，承受的心理压力也远比普通人群大。民警的心理问题应引起重视。全省70%民警心理健康 广东省公安民警心理健康服务中心成立之前，省公安厅曾组织30多名专家，分赴全省21个市，对全省3万多民警进行调查。调查显示，全省70%以上的民警在心理上是健康的，处理突发事件的能力基本高于一般人，民警的心理素质比一般人要强，一些指标明显比普通百姓高，但心理压力要比一般人大，更容易产生疲劳、烦躁、紧张等不良情绪。40岁以下民警心理压力大 4年来，省民警心理健康服务中心接到的1万多个电话中，有一半以上是反映工作压力大、人际关系难以处理，比如没有时间陪女朋友等问题。有的民警妻子打来电话，说自己丈夫长期在外面，怀疑丈夫有外遇，其实丈夫是在工作。另有近一半是反映感情、婚姻问题。打来电话的多数是40岁以下的民警及其家属。据介绍，存在心理压力的多数是40岁以下的青年民警。实际上，民警的心理压力比很多职业的压力都大，已是社会共识。自1995年以来，天津市公安局安康医院先后对6482名民警进行心理检测，发现845人存在心理问题，比例高达13%；从1999年开始，四川

省公安厅对全省1万名民警进行过心理测试发现，5.07%的民警存在各种心理疾病。接触阴暗面多易发心理疾病 警察一向被视为钢铁硬汉，他们心理压力为什么会这么大？在接受记者采访时，省公安厅政治部主任白先河分析说，现在处于社会转型期，案件高发，一些民警工作压力大，全省每年有400 - 500名民警受伤。珠三角地区暂住人口多，发案多，民警心理压力比其他地区要大。很多民警经常处于超负荷运转，东莞一些民警连续20 - 30个小时工作，珠三角地区民警加班普遍在800小时以上，长期加班带来失眠、心理疲劳等多种疾病。工作强度大带来身体压力同样大，广州、东莞等地的青年民警半数以上有职业病，相当多的交警患有呼吸道疾病、腰酸腿疼等。长期在外工作，回家少，对孩子缺少关爱，很多民警留下心理负担。而由于地区经济差异，现在民警收入差别大，广东有的山区县的公安局长每月工资才1500多元。工资低，普通民警养家糊口压力大。广东公安民警心理健康服务中心顾问组专家、中国心理学会副理事长莫雷认为，从工作性质来讲，民警的工作往往需要大量接触社会上的阴暗面，长此以往可能会影响他们的心理，造成思维、性格和情绪等出现不正常的波动。如果警察带着心理障碍工作，执法时可能会引起一些意想不到的后果。记者从公安民警心理健康服务中心了解到，上世纪90年代，广东有位民警与同事一起办案，同事遭遇疑犯的枪击后牺牲，他认为自己没有保护好同事，心理压力很大不能自拔，最后只好提前办理退休手续。咨询热线创多项“第一”针对民警心理问题存在的特点，广东省公安民警心理健康服务中心通过多种形式面向全省14万民警开展心理咨询和服务，目前已经建立了危机干预机制

：民警在开枪射击后，必须在48小时内接受心理辅导；经历惊险、恐怖、紧急或冲击性事件后，立即为民警进行辅导；如果发现咨询人家庭发生重大变故、有自杀意图，立即运用专业方法评估咨询人的心理健康状况，帮助咨询人找准症结，走出阴影，恢复心理健康。4年来中心在全国省级公安机关中创下多项“第一”：首次以网络形式开展民警心理健康服务；首次组织心理学专家教授在全省范围内巡回开展民警心理健康知识讲座；首个面向全省公安民警及家属的免费直拨心理咨询电话；首个被定为正科级建制的专职心理健康服务机构。目前，中心已有6位教授（4位为博士生导师）、两位副教授组成专家顾问组，指导和帮助中心开展工作，同时与其他一些高校的专家建立了长期合作关系。中心还招收了3名心理学专业毕业生，直接参加心理咨询工作。多倾诉缓解精神压力 民警心理出了问题，除了拨打咨询热线，还有什么好方法？白先河提出：多条腿走路，多找人倾诉。“我们到基层调查，有些民警说心理有压力时，最希望得到领导的帮助。这时，就应该主动找领导聊聊，多反映，多倾诉；同时也可以找家人、朋友聊聊，很多问题都可以解决的。”白先河希望基层领导多给大家一个宽松的环境。服务中心顾问、华南师范大学心理系博士生导师金志成教授说，民警出现心理问题，首先就要找地方宣泄，倾诉完心里的郁闷，心理压力就会小很多。假如有人能再帮他分析，帮助他找出存在心理问题的原因，心理上的问题一般就容易解决了。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

[www.100test.com](http://www.100test.com)