

和谐理论与实践

基层群众性思想和心理工作 活动指南

田宏远 刘晓俊 葛敏娟 编著

西安地图出版社



和谐理论与实践

基层群众性思想与心理工作 活动指南

主 编	田宏远	刘晓俊	葛敏娟
副主编	郝晓萍	王 艳	杨省超
	张 涛	杨 俊	翟亚萍
编 委 :	司 将	赵 静	吴程曦
	张文吉	张聪亚	

西安地图出版社

图书在版书目 (CIP) 数据

和谐理论与实践：基层群众性思想和心理工作活动指南 / 田宏远，刘晓俊，葛敏娟编著. - 西安：西安地图出版社，2008. I

ISBN 978-7-80748-233-8

I. 和… II. ①田…②刘…③葛… III. 部队 - 基层组织 - 军队政治工作 - 中国 - 指南 IV. E221-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 012507 号

和谐理论与实践
——基层群众性思想与心理工作活动指南

田宏远 刘晓俊 葛敏娟 编著

西安地图出版社出版发行

(西安市友谊东路 331 号 邮政编码: 710051)

新华书店经销

西安五星印刷有限公司印刷

787 毫米 × 1092 毫米, 1/32 开本, 8 印张, 197 千字

2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

印数: 001~500

ISBN 978-7-80748-233-8

定价: 35.00 元

前言

经常性思想工作是基层加强思想政治建设的基本途径和重要手段,但是随着社会环境的转变,人们思想观念的更新和兵员成分的变化,致使新问题不断增多,工作难度日益加大。如何解决好这一问题,成为政治工作者必须面对的新课题。

为适应这种形势,我们在深入基层广泛调研的基础上,结合基层常见问题和官兵普遍关心的重点、难点问题,吸收借鉴了近年来部队基层建设的最新研究成果,编辑了《和谐理论与实践——基层群众性思想和心理工作活动指南》这本书,以期为基础层广大官兵在建设和谐军营的实践中提供一本有价值的工具书。

本书以科学发展观为指导,以《军队政治工作条例》和《军队基层建设纲要》为依据,参照和借鉴了有关教材、学术研究成果,围绕基层思想政治工作这个重点,融基础性、实用性、知识性、操作性为一体。主要内容有思想工作理论、思想工作基本方法、谈心之道,基层常见心理问题调适等,旨在解决经常性思想工作操作不得法、落实不到位和干不明白等问题,为广大基层干部助一臂之力。

诚望渗透着我们心血和汗水的《和谐理论与实践——基层群众性思想和心理工作活动指南》一书,能成为广大基层官兵释疑解难的助手,能成为基层带兵人管理部队建设部队的良师。

作者

2008年元月

建立一支以党员、士官、班长为主体的思想工作骨干队伍,开展群众性谈心和互学、互帮、互教活动,重视做好个别人员的思想转化工作。

——摘自中央军委 2003 年 8 月 8 日颁发的《军队基层建设纲要》

目 录

上篇 理论篇	1
一、思想工作理论	2
1. 经常性思想工作的任务	2
2. 经常性思想工作的方针	2
3. 经常性思想工作坚持疏导方针的意义	3
4. 经常性思想工作的原则	3
5. 经常性思想工作的特点	5
6. 经常性思想工作的主要内容	6
7. 经常性思想工作应把握的时机	7
8. 经常性思想工作的基本要求	8
9. 经常性思想工作应坚持基本制度	10
10. 经常性思想工作的基本环节	11
11. 随机教育的十五种方法	12
12. 经常性思想工作的原则	12
13. 经常性思想工作的作用	13
14. 经常性思想工作要解决的内容	13
15. 经常性思想政治工作应形成的格局	13
16. 思想骨干“四会”的内容	13
17. 经常性思想工作的主要方法	13
18. 思想疏导的方法	15
19. 开展谈心活动的方法	15
20. 中队如何发挥经常性思想工作的骨干队伍作用	17

21. 中队经常性思想工作应遵守的政策	17
22. 中队经常性思想工作的主要对象和重点	18
23. 思想工作骨干队伍的条件	19
24. “一感三性”的内容	20
25. 加强思想建设两个关键	20
26. 基层思想政治教育的基本方法	20
27. 经常性思想工作六项制度	20
28. 密切内部关系中“三个作用”的内容	20
29. 密切内部关系中“三对矛盾”的内容	21
30. 做好受批评处分官兵思想工作的方法	21
31. 做好亲人病重或家庭发生不幸官兵思想工作的方法	22
32. 做好婚恋受挫官兵思想工作的方法	24
33. 做好勤杂人员思想工作的方法	25
34. 做后进战士思想转化工作的方法	26
35. 做好先进战士思想工作的方法	27
36. 做好要求入党的战士没达到目的闹情绪的思想政治 工作的方法	28
37. 做好报考院校落榜战士思想政治工作的方法	29
38. 做好战士对行政处分不在乎的思想政治工作的方法	30
39. 处理假病号的方法	33
40. 做好老兵退伍思想工作的方法	40
 二、心理工作理论	 42
1. 军事心理学的任务	42
2. 军事心理学研究的实践意义	43

3. 军事心理学研究的原则	44
4. 心理过程的主要内容	44
5. 军人创造性思维的培养方法	45
6. 军人情绪的种类	46
7. 军人情感的种类	47
8. 军人情绪和情感的功能	47
9. 军人意志品质	49
10. 军人的动机冲突或心理冲突	50
11. 军人理想的种类	50
12. 军人的价值观	51
13. 军人的性格特征	51
14. 军人的气质类型	52
15. 军人集体心理对个体的作用	53
16. 军人集体的心理效应	53
17. 军人的心理动荡	53
18. 军人的集体意识	53
19. 军人集体人际关系	54
20. 军人的集体凝聚力	54
21. 优化军人集体心理的途径	54
22. 军事动作技能的形成过程	55
23. 军事训练中的心理现象	55
24. 心理训练	56
25. 军人的自我保全感的扩张	56
26. 心理战	56
27. 心理威慑战术	57
28. 心理困扰战术	58
29. 领导的影响力	58

30. 力矩	58
31. 军人的心理健康	59
32. 心理健康的评估方法	59
33. 军事官兵常见的心理问题	59
34. 军事官兵心理问题的自我调适方法	60
35. 心理咨询	60
36. 心理咨询的类型	61
37. 心理咨询的过程	61
38. 神经症	62
39. 人格障碍及其特征	63
40. 精神病及其特征	64

下篇 实践篇 66

一、方法指导 67

1. 如何运用观察法发现问题	67
2. 怎样用因果分析法分析问题	68
3. 怎样在思想互助工作中做到动之以情	69
4. 怎样在思想互助工作中做到晓之以理	70
5. 怎样帮助战友正确认识利益关系	71
6. 在互教中怎样使战友养成艰苦朴素的生活作风	72
7. 怎样提醒战友在社会交往中保持良好形象	73
8. 怎样引导战友处理好“老乡”问题	74
9. 怎样引导战友抵制庸俗关系的影响	76
10. 怎样引导战友抵制不良倾向的影响	77

11. 怎样引导战友正确对待荣誉	79
12. 怎样帮助战友正确处理家庭问题	80
13. 怎样帮助战友处理好婚恋问题	82
14. 如何帮教第一年度的兵	84
15. 如何帮教第二年度的兵	85
16. 如何帮教“富裕兵”	87
17. 如何帮教“独生子女兵”	88
18. 如何帮教家庭发生变故的兵	88
19. 如何帮教“关系兵”	90
20. 如何帮教纪律性差的兵	91
21. 如何管教爱说假话的兵	92
22. 如何帮教文化程度低的兵	93
23. 如何帮教性格暴躁的战友	94
24. 如何帮教有酗酒习惯的战友	95
25. 怎样和战友聊天	96
26. 怎样了解战友的思想底细	98
27. 怎样帮教怕吃苦的战友	98
28. 怎样帮教“不合群”的战友	100
29. 怎样进行正确的心理诱导	100
30. 怎样培养战友的自控力	101
31. 怎样做好军校考试落榜战友的工作	102
32. 怎样帮助受处分的战友甩掉思想“包袱”	102
33. 怎样说服战友不参与赌博	104
34. 怎样处理好战友之间发生的矛盾	104

二、谈心之道	106
1. 什么是谈心	106
2. 谈心有什么意义	106
3. 为什么说谈心是思想工作的具体化	106
4. 为什么说谈心容易取得明显效果	107
5. 为什么说战士特别渴望干部能经常与其谈心	108
6. 为什么说谈心是了解情况、掌握第一手资料的良好方法	109
7. 为什么说谈心是疏通思想、调动群众积极性的恰当形式	109
8. 为什么说谈心是凝聚人心、加深官兵感情的有效途径	110
9. 为什么说谈心是扬长避短、全面推进工作的重要手段	111
10. 在谈心时有什么具体的要求	111
11. 把握好谈心时机有什么重要性	115
12. 在谈心中怎样做到知己	116
13. 在谈心中怎样做到知彼	117
14. 怎样起好谈心的头	117
15. 怎样进入谈心的正题阶段	119
16. 怎样收好谈心的尾	121
17. 怎样把握好谈心时的表情	121
18. 怎样把握好谈心时的动作	121
19. 怎样把握好谈心时的目光	123
20. 怎样把握好谈心时的语调	124

21. 在形势、政策出现重大变化时,怎样开展谈心活动——	125
22. 怎样进行熟悉了解型的谈心 —————	125
23. 怎样进行启发诱导型的谈心 —————	126
24. 怎样进行解疑调解型的谈心 —————	126
25. 怎样进行安慰关心型的谈心 —————	127
26. 怎样进行表扬鼓励型的谈心 —————	127
27. 怎样进行批评帮助型的谈心 —————	127
28. 怎样进行商量研究型的谈心—————	128
29. 当官兵之间发生大的矛盾和冲突时,怎样和其谈心 —————	128
30. 一些官兵发生心理倾斜时,怎样和其谈心 —————	129
31. 当一些官兵急需别人帮助时,怎样和其谈心—————	129
32. 当一些官兵触动旧景旧情时,怎样和其谈心—————	130
33. 怎样在官兵进入一个新的人际环境时进行谈心—————	130
34. 怎样在官兵的某一种愿望没能得到满足时和其谈心——	131
35. 当官兵遇到困难和挫折时怎样和其谈心—————	131
36. 怎样在谈心中打比方 —————	131
37. 怎样在谈心中运用诱导法 —————	132
38. 在谈心中怎样运用借用法—————	132
39. 在谈心中怎样运用因势法 —————	133
40. 在谈心中怎样运用示范法 —————	133
41. 在谈心中怎样运用知识法 —————	134
42. 怎样和想家的战士谈心 —————	134
43. 怎样和“独生子女”战士谈心 —————	135
44. 怎样和受处分的战士谈心—————	137
45. 怎样和私自离队的战士谈心 —————	138

46. 怎样和有经商经历的战士谈心	140
47. 怎样和考军校落榜的战士谈心	141
48. 怎样和既没入党,又没立功的退伍兵谈心	142
49. 怎样和有自卑心理的战士谈心	143
50. 怎样和“不合群”的战士谈心	145
51. 怎样和“疑心重”的战士谈心	146
52. 怎样给战士谈性知识	147

三、心理疏导 150

1. 心理咨询和思想政治工作有什么区别与联系	150
2. 军人有了恐惧心理怎么办	151
3. 气质特征对军人的职业有什么影响	152
4. 气质类型与军人的学习训练有什么关系	153
5. 战友有了精神疾病怎么办	154
6. 班务会上发言脸红心跳怎么办	154
7. 当个人爱好与部队规定有矛盾感到压抑怎么办	157
8. 新兵入伍如何心理适应	160
9. 对战友总是看不惯怎么办	165
10. 新兵“第二适应期”怎么度过	167
11. 军人经常莫名其妙地想发火怎么办	168
12. 军人人际交往的技巧有哪些	170
13. 看到战友比自己强心里不舒服怎么办	174
14. 老是想家怎么办	177
15. 男女兵交往中的“红绿灯”	179
16. 求爱遭到拒绝怎么办	181

17. 有了性格缺陷如何进行心理训练	183
18. 训练成绩老是上不去很着急怎么办	200
19. 夜间独自站岗感到害怕怎么办	203
20. 有了侥幸心理怎么办	206
21. 注意力老是集中不起来怎么办	207
22. 总感到自己样样不如人怎么办	210
23. 总怀疑自己身体有病怎么办	212
24. 总是和别人玩不到一块儿怎么办	214
25. 做噩梦老失眠怎么办	216
26. 遇到第三者插足很想出口气怎么办	218
27. 对本职工作产生厌烦情绪怎么办	220
28. 对领导和同志有怨气想报复怎么办	222
29. 对退伍后的就业感到忧心忡忡怎么办	224
30. 对险难训练课目有畏惧感怎么办	226
31. 服役几年没入党没学到技术感到白干了怎么办	228
32. 经常被人取笑很苦恼怎么办	230
33. 军营生活与想象的不一樣怎么办	232
34. 如何让分居生活不再孤单	234
35. 军人退役心理不适应怎么办	236

上篇

理论篇

一、思想工作理论

1.经常性思想工作的任务

经常性思想工作是指依据党的路线、方针和政策及思想道德标准,针对干部战士现实思想问题,随时进行的教育疏导,是政治教育的补充和深化。

经常性思想工作的基本任务,就是紧紧围绕培养“有理想、有道德、有文化、有纪律”的革命军人的根本目标,解决好部队的各种现实思想问题,通过一点一滴的灌输教育,一件事一件事的帮助引导,使干部战士懂得怎样生活、怎样工作、怎样做人,逐步树立起革命的人生观,不断朝着“四有”目标迈进。

2.经常性思想工作的方针

经常性思想工作的方针是疏导方针。坚持疏导方针是由人的认识规律、思想形成规律所决定的。思想认识问题都是在实践中产生的,是世界观在人们头脑中的反映。这种思想认识一旦形成,就具有相对的独立性、隐蔽性、稳定性和顽强性,并根据思想领域矛盾发展规律而发展变化。要解决人们的思想认识问题,就必须广开言路,畅所欲言,只有这样,才能对症下药,收到成效。

若是用强制、压服和堵塞的方法,就不可能真正了解情况,弄清问题,更谈不上有针对性地去解决人们的思想认识问题了。

3.经常性思想工作坚持疏导方针的意义

坚持疏导方针是解决人民内部矛盾的必然要求。思想工作的对象是广大官兵,解决的矛盾是人民内部性质。对官兵的思想认识问题只能用民主、讨论、批评、说服的方法去解决,而不能用强制、压服、堵塞的方法。否则,既会极大地挫伤干部战士的积极性,造成群众与领导,群众与思想工作者的情绪对立,又易于导致矛盾激化,甚至产生性质的转化,使一些本来不难解决的思想认识问题变得复杂起来。

坚持疏导方针是建立在相信群众、尊重群众的历史唯物主义基础之上的。相信群众和尊重群众,是历史唯物主义的基本观点。广大官兵既是我军思想政治工作的对象,又是人民军队的主人。在思想工作中相信群众,就是相信广大官兵是愿意而且能够接受道理的,他们当中存在的各种思想问题,通过教育和引导是可以得到克服和纠正的。在思想工作中尊重群众,就是尊重广大官兵的人格和尊严,尊重官兵的民主权利。经常性思想工作中坚持疏导方针,正是体现了相信群众与尊重群众这一历史唯物主义的根本态度和立场。

4.经常性思想工作的原则

(1)结合各项工作一道去做。结合各项工作一道去做是指经