

Police Team
Psychological Training

陈 利 著

警察团队心理训练



中国人民公安大学出版社

警察团队心理训练

陈 利 著

(公安机关内部发行)

中国人民公安大学出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

警察团队心理训练/陈利著. —北京: 中国人民公安大学出版社, 2016. 5
ISBN 978-7-5653-2568-7

I. ①警… II. ①陈… III. ①警察—心理训练 IV. ①D035.3
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 076168 号

警察团队心理训练

陈 利 著

出版发行: 中国人民公安大学出版社
地 址: 北京市西城区木樨地南里
邮政编码: 100038
印 刷: 北京通天印刷有限责任公司

版 次: 2016 年 5 月第 1 版
印 次: 2016 年 5 月第 1 次
印 张: 19.25
开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16
字 数: 367 千字

书 号: ISBN 978-7-5653-2568-7
定 价: 59.80 元 (公安机关内部发行)

网 址: www.cppsups.com.cn www.poreclub.com.cn
电子邮箱: zbs@cppsup.com zbs@cppsu.edu.cn

营销中心电话: 010-83903254
读者服务部电话 (门市): 010-83903257
警官读者俱乐部电话 (网购、邮购): 010-83903253
电子音像与数字出版分社电话: 010-83901601

本社图书出现印装质量问题, 由本社负责退换
版权所有 侵权必究



序一

欣闻陈利老师的新作《警察团队心理训练》即将问世，甚是欢喜。遥想初识陈利老师是在2004年，当时他兼任江西大学学院文法系主任，暑期由他主持的“大字文法论坛”邀我讲一讲马加爵案，出机场时我见到一个年轻且朝气蓬勃的小伙子，干练又机敏。时光飞逝，2010年冬的一天，我正在中国人民公安大学出版社门前提取自己刚出版的专著《犯罪心理研究》，忽然“天降”一人，一声不吭地提起一大捆书帮我搬上车，又一次的相遇我们谈了许久。那次，他告诉我说，他喜爱上了心理学，关注心理学的研究并认为心理学的知识能够更好地用于警察教育和培训。我非常赞同他的想法，希望他能在此领域大有作为。短短5年，他带着《警察团队心理训练》的全稿来到中国人民公安大学出版社。

警察心理学既是应用心理学的一个分支，又是警务理论的重要组成部分。将心理训练作为一门警务培训的素质课来开，已逐步成为警务教育工作者的共识。《警察团队心理训练》能帮助我们认识自我、悦纳自我、完善自我，适应发展，发现许多有价值的生活理念，丰富我们的人生体验，提高我们的生活质量。本书为基层领导者和民警、公安高等院校各专业的学生、心理训练爱好者提供了一个较为合适的读本，我觉得颇有意义。陈利老师托我为他作序，我欣然接受，其因有三：

一是对其人品的欣赏。陈利老师与我同行，同样耕耘在公安教育领域。他勤奋好学、肯于钻研，先后在犯罪学研究、公安理论探讨、企业风险控制、警务战术技能教学等方面取得了卓越的成绩。勤奋和创新为他带来了无数荣誉，他现为全国公安系统优秀教师，此外还获得过许多荣誉。他真正热爱公安教育事业，全力以赴，只要是公安教育需要，他就努力学习、探索最新的知识。将心理学用



于培训和教育，这也是我的初衷和追求。

二是授人以渔。近年来，基层民警心理训练的热情高涨，可是训练教材却是空白。本书在使学员了解心理学基本概念和基础理论的同时，特别强调学员的投入与亲身体验，激发训练兴趣，提高训练效率。为了提供一定的背景知识帮助学员训练，本书每章节都设置了一定数量的“小栏目”，用以补充专业知识、案例分析和原理运用等材料，帮助学习者拓展知识。对于教官而言，本书能使他们把心理训练理论和警务工作中所遇到的现实问题紧密结合起来，理论结合实际，掌握心理训练的方法技巧，以满足教学目标的要求和实际操作工作的需要。此外，本书有助于广大民警对心理训练知识的了解与掌握。

三是简洁准确的叙述风格。本书体系紧凑，在重视理论性和逻辑性的同时，特别注意了内容的针对性和实用性。作者在总结和分析多年心理训练教学经验和教训的基础上，通过借鉴同类训练的大量优点，围绕心理学的核心理论，以科学严谨的态度、朴实无华的文字介绍了警察团队心理训练的性质、教官的素质要求、课程设计方法、操作流程、训练技术及评估。本书没有华丽的辞藻，也没有高深的典故，所举的例子都是警务工作中鲜活的事例。本书在资料选取上力求反映新近的研究成果，从中可以了解到某些心理学研究的新进展，更加贴近读者的阅读习惯，是一本好的心理训练入门书，是所有心理训练教材中最富个人魅力的作品。

本书即将由中国人民公安大学出版社付梓出版，欣然命笔庆贺，因为迄今为止作为一本警察团队心理训练方面的理论与实务学术著作，在国内还属罕见。我深信，本书的出版会成为警务科学园的瑰宝，为提高警务心理训练、发展公安教育事业作出应有的贡献。

是为序。

李玫瑾

2016年春暖花开时节



序二

陈利教官邀我为他的新作《警察团体心理训练》作序。对他的邀请我并不意外，二十五年的时光，使我们成为莫逆之交，因为在这段岁月中我们两人在多个项目中有过亲密合作。早在1991年，时任福建公安专科学校学报主编的肖剑鸣先生率先倡导、本人参与筹划组织了我国首届犯罪学和犯罪行为系列讲座（又称“CC系列讲座”），这是中国犯罪学骨干人才队伍的大交流、大检阅和大集结，意义非同一般。当时陈利作为学员报名参加。在厦门大学我二人不期而遇，在讲座举办的清苦而又亢奋的十天时间里，陈利执着的求学精神和真诚心态给我留下了深刻印象。从此之后，陈利义无反顾地投入犯罪学研究事业。多年以来，由我主持的中国犯罪学高层论坛，陈利基本是每场必到，成为中国犯罪学园地的忠诚坚守者。与刑法学相比，犯罪学是一门远离功利的隐学，在挖掘犯罪原因中批判性四射，不招政府喜欢，在当今功利盛行的时代里能够毅然决然地投入这个边缘化的领域，不仅需要个人的学术兴趣，更需要一个学者的恒久良知。

之后，陈利与我在专业上的合作已经逐渐从犯罪学基础研究扩大到犯罪防控领域。我介绍陈利与北京关注企业安全防控的公司老总陈硕相识，没想到二陈一拍即合，陈利恰恰是陈总当时急切寻找的人才，既是承担企业安保理论的研究者，又是胜任企业安全主管的训练教官。不久一本由陈利主笔的50万字的《安全管理总监》面世，这是我国这一领域里第一部教科书式的作品，成为企业安全防范理论和实践的重要成果。

我在从事儿童公益活动中结识了来自香港的Lary先生，他成功地移植了美国的生命核能团体心理训练，并把这个项目加以改造，命名为“少年梦”。我引见陈利多次观摩Lary的课程，自此以后陈



利的职业生涯发生了革命性的转变。2000年，我在中国政法大学主持的青少年犯罪与少年司法研究中心成立，并开设了“少年越轨法律诊所”课程。在这门实践课中，除了理论课程之外，我提议邀请陈利对参加诊所的大学生进行团体心理训练。从2004年至今，每学期一次的团体心理训练都会如期举办，陈利不仅在这种持续的训练中确立了自己的风格和品牌，而且与每一期的学生都结下了令人钦羡的深厚情谊。

许多人认为团体心理训练与学校教学没有关系，这是非常普遍的认识误区，即认为只有“知识灌输”才是教育。在中国，一个孩子从小到大在学校上学，学到了一肚子的知识，但是他却不认识这个社会，甚至也不认识自己，不懂得人生思考，只想弄到高学历，找个好工作，当个明哲保身的私我主义者（与损人的利己主义、合理的利己主义和精致的利己主义都有区别，指的是只对自己和自己的亲友好，罔顾他人利益的行为准则。这是本人在研究私德中对中国人传统行为准则作出的界定——笔者注）。明眼人都可以清楚地发现，今天的大学生要比上个世纪毕业的师兄师姐更加实惠、更加功利、更加“私我”。不论主政者承不承认，这种教育肯定是失败的。

陈利所主持的团体心理训练不是简单的拓展训练。在两天多的封闭训练中，每一项活动、每一个科目都蕴含着一种让参与者亲身去体验的理念。这是人类社会所共有的价值观，如同情，友爱，互助，利他，与陌生人共生、共赢，学会爱和爱的表达，诚信，遵守约定，服从群体规则，丢掉面子、拾起尊严……在这两天时间里，同学们体验到他们从小到大从来没有人教给他们的一些东西。其实，这不是他人教给的，而是同学们在震撼心灵的互动中用心体验到的，当那个封闭空间里的每个人都在用心体验的时候，就会形成无比巨大的道德压力，让人的精神升华、心灵纯净。在每次结业的最后时刻，同学们的尽情倾诉、忘情拥抱、依依难舍，令人难忘。虽然他们不知道迈出这间训练教室回到那旧有的环境中，这种纯净的道德情愫能够持续多久，但每个同学都会坚信，这两天活动刻下的心理印迹将会伴随他的一生。

很久以来，学生们耳边听到过一遍又一遍的道德说教。但直到今天的这一刻，他们才体会到道德不是他人教给的，而是在实践活



动中用心体验到的。由于应试教育的挤迫，中国学生从小到大几乎没有被安排亲身践行道德的时间和空间，成人认为让孩子背诵道德戒令和法律条款就可以使他们明德知法、克己奉公。但实践证明，这种依靠记诵教条的方式与人的价值实现并无关联，人类的价值是在运动的脉搏中、在流淌的血液里、在生命与生命的碰撞中得以升华的。陈利的贡献就是让我们能够在繁忙的公务、学业中抽出短暂的几天时间，逃离喧嚣的尘世，在封闭的环境中体验一下灵魂的净化。

摆在我们面前的这本书是陈利二十年实践成果的理论结晶，是团体心理训练基本规律和准则的抽象概括。通过这部著作，我们仿佛可以看到陈利在现场运用紧张释放、团体压力、挫折解脱、群体责任、共情互动、自律省思等心理训练的基本方法，张弛有度、收放自如地把控着训练局面，体现出他日臻成熟的扎实功底。广大读者在阅读这本书之后，如果有机会能够亲身感受或是观摩陈利执教的训练现场，肯定会被训练激动人心的场面所感染，肯定会更为深刻地体验这种心理训练的无限奥妙所在。

是为序。

皮艺军

2016年3月12日

于北京奥运村寓所



前 言

在和平年代，警察是心理承压最大的职业之一。公安部领导十分重视警察心理训练的研究，以增强心理素质为目的的心理训练愈来愈成为业务培训的重要内容。特别是公安部《公安民警心理健康服务中心建设指导意见》出台后，各地陆续建立起既有警务工作及教学经验又有心理学知识背景的跨学科复合型教学队伍，我国独特的警察团队心理训练方法进入了快速发展阶段。

作为一项整合多门技术的新型心理训练技术，团队心理行为训练努力为参训者创造了信任的、温暖的、支持的团队气氛，使学员以他人为镜反省自己、深化认识，同时也成为他人的社会支持力量。这样的团队心理训练有助于培养学员与他人相处及合作的能力；加深自我了解，增强自信心，开发潜能；加强团体的归属感和凝聚力。心理行为训练除了激发警察潜能等作用，更注重调整个体心理状态，启发学员对行为过程和产生的结果进行分析从而形成新的认知，帮助参训人员达到调整、建立、重塑意识的目的。

本书作为警察团队心理训练教官的指导用书，不再对心理学基础知识进行普及性介绍，而是本着学用结合、突出实用的原则，把艰深的心理学理论化作民警可以理解的浅显内容。本书借鉴、原创了几十个常用训练活动，涉及领导、倾听、理解、管理、影响、行动、过程、认知、行为、游戏、绘画、音乐、沙盘、色彩、示范、催眠、语言等多种技术；提出常规团队心理训练方案，是一本贴近警察职业特点、体例简明、信息量大、可操作性强的专业教材，可供教官在训练中根据训练目标进行参考修订、组合选用。

警察团队心理训练在警界有广阔的发展空间。未来团队心理训



练的健康发展与普及，取决于社会发展的需要以及团队心理训练效能研究和教官的训练。训练的趋势是朝着更具体和更有结构的目标迈进，以达到更正确的训练。未来最大的挑战是比现在更完全地使用团队的力量，为此教官必须受过更加专业的教育且与成员之间在促进改变和促成支持方面有更深入的了解。警察院校是开发和培养人力资源的重要场所，未来警察院校的心理训练将逐渐由以“知识”为中心转为以“个体”为中心，由造就“知识警察”转变为造就“能力警察”。

长期以来，自己除了为企业做心理训练外，近十年来每学期为中国政法大学进行大学生心理训练，从而奠定了警察团队心理训练的坚实基础，感谢皮艺军教授在序言中饱含深情的回顾与总结；中国人民公安大学李玫瑾教授在序言中多有溢美之词，其实她是我的藤野先生；本书在写作过程中借鉴和参考了清华大学樊富珉等众多学者的研究成果，考虑到便于阅读及编辑体例，未能一一列举出来，在此表示衷心感谢！由于警察团队心理训练在我国刚刚起步，相关知识和技能体系尚待完善，编写中可供参阅的资料有限，许多内容是从多年相关培训的经验中得来的，加之自己也在学习中，书中疏漏、不妥之处在所难免，恳请专家学者和广大读者批评指正！

作者

2016年3月29日



目 录

第一章 警察团队心理训练基本理论	(1)
第一节 警察团队心理训练概述	(1)
第二节 警察团队心理训练主要理论	(11)
第三节 警察团队心理训练历史和发展	(14)
第四节 警察团队心理训练教官	(22)
第二章 警察团队心理训练方案设计	(33)
第一节 警察团队心理训练设计要素	(33)
第二节 警察团队心理训练设计内容	(38)
第三节 结构式训练设计特点	(45)
第四节 非结构式训练设计特点	(48)
第五节 警察团队心理训练方案集锦	(56)
第三章 警察团队心理训练流程技术	(83)
第一节 人员招募技术	(83)
第二节 训练准备技术	(88)
第三节 团队组成技术	(101)
第四节 训练过渡技术	(114)
第五节 目标训练技术	(122)
第六节 分享讨论技术	(132)
第七节 训练结束技术	(140)
第八节 训练追踪技术	(146)
第四章 警察团队心理训练技术	(148)
第一节 警察团队心理训练之基本技术	(148)
第二节 警察团队心理训练之共情技术	(152)
第三节 警察团队心理训练之倾听技术	(155)
第四节 警察团队心理训练之观察技术	(160)
第五节 警察团队心理训练之发问技术	(162)



第六节 警察团队心理训练之解释技术	(165)
第七节 警察团队心理训练之面质技术	(167)
第五章 警察团队心理训练操作方法	(172)
第一节 警察团队操作训练方法	(172)
第二节 警察团队授课训练方法	(180)
第三节 警察团队心理测评方法	(183)
第四节 警察团队沙盘训练方法	(187)
第五节 警察团队催眠训练方法	(194)
第六节 警察团队放松训练方法	(200)
第六章 警察团队心理训练情境技术	(205)
第一节 警察团队心理训练之角色扮演	(205)
第二节 警察团队心理训练之心理剧	(210)
第三节 警察团队心理训练之空椅子	(216)
第四节 警察人际交往能力训练	(222)
第五节 非言语交流训练方法	(227)
第七章 警察团队心理危机干预训练	(234)
第一节 警察心理危机干预基础理论	(234)
第二节 警察心理危机干预技术	(240)
第三节 警察心理危机干预技术之集体晤谈	(244)
第四节 警察开枪后的心理危机干预	(250)
第八章 警察团队心理训练效果评估	(261)
第一节 警察团队心理训练评估概述	(261)
第二节 警察团队心理训练评估方法	(271)
第三节 警察团队心理训练评估范例	(283)
参考文献	(291)
后 记	(293)



第一章 警察团队心理训练基本理论

心理学大师罗杰斯说过：“人类社会最伟大的发明之一是‘小团体运动’，它帮助了无数人更好地生活。”以增强心理素质为目的的心理训练，日益成为各行业应用心理学的重要研究领域。警界专业意义上的心理训练真正在我国发展只是近几年的事，团队心理训练是警察心理训练的主要形式之一。

第一节 警察团队心理训练概述

团队心理训练为参加者提供了一种良好的社会活动场所，创造了一种信任的、温暖的、支持的团队气氛，使学员可以以他人为镜反省自己、深化认识，同时也成为他人的社会支持力量。团队心理训练有助于培养学员与他人相处及合作的能力；加深自我了解，增强自信心，开发潜能；加强团体的归属感、凝聚力及团结。

一、警察团队心理训练释义

界定概念是研究探讨的逻辑起点。虽然学界现在还没有标准的警察团队心理训练定义，但我们可以通过已知概念进行推导演绎。

（一）警察团队心理训练基本概念

1. 警察。警察（police）作为国家公务员体系中的一员，是我国人民民主专政政权中具有武装性质的治安行政和刑事执法力量，包括公安机关、国家安全机关、监狱管理机关的人民警察，人民法院、人民检察院的司法警察。本书讨论的警察团队心理训练的主要对象是公安机关的人民警察及警察院校的学员。

2. 团队。团队（team）是由两个以上人员组成的，为了达到共同的目标，在同一规范的约束下相互依存、彼此影响、协同互动的人群结合体。团队的特征是，有一定规模，成员具有共识、彼此互动、有行为规范。

与“团队”既相似又区别的是“团体”。学者们对团体（group）有不同的见解。伯吉斯（E. Burgess）最早在《人格和社会群体》一书中，将“团体”定义为“若干互动的具有特定人格的个人的集合”。1950年，哈默斯



(Hamas) 进一步指出, 所谓团体应指一群人彼此互动沟通一段时间后, 每个人不需要通过他人就能与其他人面对面沟通的集合体。心理学研究证明, 人类的生活方式离不开团体, 团体更注重群体性集合。

3. 心理。心理 (psychology) 是人脑对客观物质世界的主观反应。心理现象包括心理过程和人格。心理是高度有组织的物质脑的特性, 主体对客体的反应。它是通过感觉、知觉、表象、记忆、想象、思维、感情和意志等多种多样的形式表现出来的。

4. 训练。训练 (training), 是指有计划、有步骤地通过反复学习使学员发生心理性和生理性强化反应, 从而改变学员素质、能力的活动。训练也是培养人的一种手段。

(二) 警察团队心理训练定义

1. 心理训练。心理训练最初只是运动心理学的一个专业名词, 其目标是通过运动员的心理进行有意识的专门训练, 使其发生变化以适应运动比赛的要求, 从而提高运动成绩。心理训练可以从广义和狭义两个角度来理解。广义的心理训练, 是指以特定心理特征为目标, 通过创设一定的情境, 借助多种刺激手段, 对人的生理、心理有意识地施加影响, 使人的生理、心理状态发生变化以达到最适宜的程度, 并借以提高心理效率和社会功能、增强身心健康。狭义的心理训练, 是指以特定心理特征为目标, 使用仪器、动作等具体手段, 改变、调节某一心理因素, 以使其达到最佳状态。

2. 团队心理训练。美国团体工作专业协会 (the Association of Specialists in Group Work, 缩写为 ASGW) 1991 年发表的《团体工作者专业训练标准》将团体工作定义为: “泛指通过团体的方式助人或完成任务的一种广泛的专业实务工作。通常由具备专业能力的实务工作者, 运用团体的理论和历程, 以协助一群互相依赖的人达成他们个人的、人际的或与任务有关的共同目标。”

团队心理训练是在团队情境中提供心理帮助与指导的一种心理训练形式, 它是通过团队内的人际交互作用, 促使个体在交往中通过观察、学习、体验来认识自我、探讨自我、接纳自我, 调整和改善与他人的关系, 学习新的态度与行为方式, 以发展良好的生活适应的助人过程。团队训练是通过团队来指导个人, 即通过团队活动协助参加者发展个人潜能, 学习解决问题及克服情绪、行为上的困难。

3. 警察团队心理训练。警察心理训练是运用心理学原理, 有意识、有目的地对警察心理过程、个性心理特征施加影响, 使其形成警察职业所需要的心理素质, 以提升工作绩效和身心健康水平的行为方法。

警察团队心理训练, 也称警察团队心理行为训练, 是一种应用心理学基本原理, 以团队情境体验式培训作为媒介手段, 用于提高受训警察心理素质和心



理健康水平的综合性团队心理素质训练方法。训练通过设置一些符合组织团队建设、个体情境应对的相关内容,让参加训练的受训人员在特定情境中得到情绪的宣泄和体验,在团队合作中增强团队的了解、沟通与融合,有效缓解个体压力与组织压力。

(三) 警察团队心理训练诠释

团队训练的特色在于培养信任感和归属感,由对团队的信任到信任周围的其他人,由对团队的归属感扩大到对单位、社会及国家的认同感和归属感。

1. 警察团队心理训练是具有心理学背景的教官对训练对象进行帮助的过程,这一过程是建立在双方良好的人际关系基础之上的。教官运用专业技能及所创造的良好训练气氛,帮助学员以更为有效的方式对待自己和周围环境,促进其个人的成长与发展。

2. 警察团队心理训练是一系列的心理活动的过程。从教官的角度看,帮助学员更好地理解自己、更有效地工作,其中包含有一系列的心理活动。从学员的角度看,在训练过程中需要接受新的信息、学习新的行为、学会调整情绪以及解决问题的技能、作出某种决定,这也涉及一系列的心理活动。

3. 警察团队心理训练是由专业教官从事的一项特殊服务。教官必须是受过严格专业训练,拥有这项服务所必需的知识和技能,尤其是具有接受他人的基本态度和理解他人的能力、得到权威机构认可的专业人员。

作为高风险的特殊职业,警察所承受的心理压力远远高于常人,尤其是刑警、特警、防暴警时常面临复杂的犯罪情境和意外因素,如面对舞刀弄枪的犯罪分子,出入惨烈的凶杀现场,冒着生命危险排难除险,经常与狡诈的犯罪嫌疑人展开心理较量,同时还不得不承受来自方方面面的压力。从这一职业的性质、特点可以看出,警察不仅需要具有良好的政治素质、业务素质、体能素质,更需要具有良好的心理素质,这就提出了对警察的心理进行训练的任务。

二、警察团队心理训练分类

团队心理训练的类型非常多,没有统一的分类标准,可以按照不同的标准分成不同的类型。

(一) 美国团体工作专业协会分类标准借鉴

美国团体工作专业协会(ASGW)为四种类型的团队设定了培训标准。

1. 任务或工作团队。该团队以完成特定任务或工作为目的,目标非常明确,而非以改变个人为宗旨,通常只会面四次或少数几次,如工作团队、讨论团队、学习团队、委员会等。团队运作历程可分为开始、转换、工作及结束阶段。成员最好少于12位。任务完成时,团队也就解散了。领导者的角色在于使团队成员将注意力集中在任务上,并促进讨论和相互作用。



2. 辅导或心理教育团队。该团队通常运用教育功能,预防个人或人际的困扰问题。该团队通常以一种不具有威胁性的方式进行团队活动或讨论;内容常包括个人的、社交的、职业的、教育的信息,由10~40位一般功能健全的人组成。团队领导者为成员提供不同主题的信息,然后从团队成员那里得到反应和评论。领导者担当教育和引导讨论的角色。该团队一般只有一次聚会,如“怎样更有效率地应对生活中的压力”,帮助参加者学会应对压力的技巧,人数为5~15人。

3. 训练或人际问题解决团队。该团队通过成员的互动以促进成员的成长和改变,强调团队动力和成员间的人际关系,目的在于解决成员发展上或情境性的困扰问题。团队通常由有一般性生活中的困扰问题的人所组成。每个团队人数为5~8人,不超过12人,平均进行6~16次团队活动。在团队中,成员有机会探索和发展个人目标,并更好地认识自己和他人,改善人际沟通,以及评估自身的价值观念。领导者需要广博的知识,因为随着不同问题的浮出,会出现大量的训练工作。

4. 心理治疗或人格重建团队。该团队训练通常在医疗机构进行,对象是有异常行为或严重心理困扰的人,目的是促进其心理健康。团队通常由受过临床和团队领导专业训练的专业人员带领,成员人数从2~3人到12人不等。因为要对成员的人格和行为做深度的探索和分析,团队训练常需要数月甚至更长时间。

(二) 根据不同标准的训练分类

1. 结构式团队心理训练与非结构式团队心理训练。结构式团队心理训练,是指事先做了充分的计划和准备,安排有固定程序的活动让学员来实施的心理训练。此类训练有预定的目标,比较注重针对训练所要达到的目标,设计活动主要是为了引导学员参与训练学习。在这类团队中,教官的身份易辨认、角色明确,经常需要采用较多的引导技巧,促进学员在训练中的互动,而学员自主性与自发性的行为相对减少。这类训练的优点是,训练早期就能增加学员的合作,降低参加者的焦虑,容易聚焦。

非结构式团队心理训练,是指不安排有程序的固定训练,教官根据学员的需要、团队动力的发展状况及学员彼此的互动关系来决定训练的目标、过程及运作程序的心理训练。教官常潜入团队中,身份不易被觉察,主要任务是催化、支持,多以非指导方式来进行。非结构团队心理训练也会适当运用团队活动和练习。像“大家谈”团队就是典型的非结构式团队心理训练,一般适合年龄较长、心智成熟、表达能力较强的人。

2. 开放式团队心理训练与封闭式团队心理训练。开放式团队心理训练,是指学员会有所变化,当团队中有人离开时,团队会同意新的学员加入的心理



训练。学员的随时更替可以为团队带来新的刺激、注入新的活力，但是由于彼此熟悉度不够，会影响相互的认同与接纳，团队的发展也会受到影响。开放式团队心理训练一般适用于主题性的研讨和工作团队，此时学员的新老对团队影响不大。

封闭式团队心理训练，是指学员自始至终固定不变、彼此熟悉、信任感高、安全感强，团队有凝聚力、发展顺畅，训练目标容易达成的心理训练。由于缺乏外来刺激，这类团队的创新程度会降低，而凝聚力过强也会导致团队思考的僵化。封闭式团队训练一般适合于需要情感度高、凝聚力强的训练团队。

3. 同质团队心理训练与异质团队心理训练。同质团队心理训练，是指对本身的条件或问题具有相似性的学员（包括性别、年龄、学历、职业、婚姻等）进行的心理训练。例如，在同一个派出所、同一个警队、同一个警种中开展训练，参加者的背景、年龄、知识、经验相似，又抱有同样的发展课题或成长需求，此时就可以采取同质团队心理训练。同质团队心理训练一般适合学习团队、成长团队和专业人员训练团队。其优点是，学员因背景、条件相似而有更多的共同语言、共同体验，相互之间容易沟通，能互相关心，不会感到孤立，而且学员可以从其他人的经验中得到解决问题的启发。

异质团队心理训练，是指对本身的条件或问题具有差异性的学员进行的心理训练。背景的多样化是团队动力形成的有利条件，学员的年龄、性别、知识结构、成长经历、经验背景、特质条件的不同，可以使其互相刺激、彼此观摩学习；在人生感悟诸方面的差异能够给小组带来丰富多彩的故事，有利于学员之间形成好奇，相互产生兴趣，彼此借鉴；相互学习能让团队的发展更具多样性。异质团队心理训练一般适用于治疗团队、任务团队和创意性思考团队。

（三）警察团队心理训练中常见的分类

1. 成长性团队心理训练。成长性团队的功能属于预防性和教育性的，它比较重视知识的传授，适合一般教育性、辅导性的团队。成长性团队心理训练是应用最为广泛的警察团队心理训练形式，主要目的是通过学员的主动参与、表达自己进而找到大家共同的兴趣与目标，重点放在自我成长与自我完善上。成长性团队心理训练的基础是，在工作过程中，每个警察都会遇到困难，如果能够克服一些不可避免的困难，他便会获得心智成长。警察成长性团队心理训练应用范围十分广泛，尤其适用于培养领导人才、协助个人成长等方面，同时也适用于帮助那些缺乏自信或社会适应有问题的警察。成长性团队心理训练广泛应用于自我成长工作坊、成功心理训练、领导才能拓展营等。

2. 问题性团队心理训练。问题性团队心理训练注重的是警察在日常工作中碰到的实际困难或困惑。团队环境中的行为实验可以帮助警察解决问题、作决定、沟通并表达自己的意见、培养人际关系、做好群众工作等。与发展性团