

王有权
编著

航海心理学



(第二版)

大连海事大学出版社

航海心理学

(第二版)

王有权 编著



大连海事大学出版社

©王有权 2007

学野心航旅
(第二策)

图书在版编目(CIP)数据

航海心理学 / 王有权编著. —2版. —大连: 大连海事大学出版社,
2007.6

ISBN 978-7-5632-2062-5

I. 航… II. 王… III. 航海学: 心理学—高等学校—教材
IV. U675

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第080219号

大连海事大学出版社出版

地址: 大连市凌海路1号 邮编: 116026

电话: 0411-84728394 传真: 0411-84727996

<http://www.dmupress.com>; E-mail: cbs@dmupress.com

大连雪莲彩印有限公司印装

大连海事大学出版社发行

2000年9月第1版 2007年6月第2版 2007年6月第1次印刷

幅面尺寸: 140 mm×203 mm 印张: 10.25

字数: 301千 印数: 1~3 000册

责任编辑: 杨子江 版式设计: 天水

封面设计: 王艳 责任校对: 沈荣欣

ISBN 978-7-5632-2062-5 定价: 16.00元

内容提要

本书是国内较早出版的《航海心理学》版本之一，在更早一些时候出现的几本航海心理学方面的书籍基础之上，本书进行了综合，同时也进行了进一步的探讨和讲述。经过七年的教学应用，此次修订再版，在原基础上又进行了内容的充实和体例的调整。全书共十二章。合而言之，统一围绕航海心理的主题进行了全方位的讲述；分而言之，十二章各自独立成篇，可以当成是专题讲座。

本书前两章概括性地介绍了心理学学科体系的框架和心理学的基础知识；第三章以后以九章的内容讲述了与航海活动和海员行为有关的各层次心理问题：海员的工作环境与航海适应、海员的人际关系心理问题、航海事故中的心理因素、海员的选拔与测量、海员的培养与心理训练、海员的心理健康的维护与调节、海员的管理心理问题等。

本书既可以供各海员培养教育部门作为教材，又可以供广大海员及相关工作人员作为读物，也可以供非航海类大学生和教师作为参考资料。



再版前言

七年前，本书第一版问世之时，《航海心理学》只限于在国内几个高等航海院校中作为选修课教材。七年来，情况发生了巨大变化，“旧时王谢堂前燕，飞入寻常百姓家”，不仅国内各大远洋公司、轮船公司、集装箱运输公司以及诸如此类的大的航运企事业单位在培训中增设了《航海心理学》的教学内容，甚至就连船员个人也开始关心与自己切身相关的心理学知识。仅从本书第一版的数次重印达近两万册的事实，就说明了对《航海心理学》的需要正与日俱增。也借此机会，谢谢国内本书的读者对本书的厚爱！承蒙大连海事大学张松教授、中华人民共和国驻英使馆一等秘书张仁平先生的推荐，国际海事组织（IMO）收藏了本书。

原来供大学生在“象牙塔”中读的“经”，拿到广大船员面前总有佶屈聱牙，故弄玄虚之感，人们需要理论，但更需要解决实际问题。鉴于对《航海心理学》的需求呼声日高的客观现实，本书的修订已势在必行。切合实用，就是本书修订的唯一宗旨，也是作者在本书几年来的教学应用中通过反馈而日益坚定的主张。

《航海心理学》作为我国心理学复苏之后最早萌出的应用心理学的嫩芽，当初只有几片绿叶，今日已经纯洁叶成荫。借本次修订之机，尽量对国内外近年来的资料进行了采摘，因此，虽然本书的编著看来是作者一人之劳，实则是千百人之劳，故在此对他们表示衷心的感谢。

修订本的特点，除了删减了繁杂的理论外，还对海员心理咨询、航海事故心理因素分析等章节进行改写，增加了本书的实用价值。

对于航海心理学的研究，国内有周燮生、顾永健、孙哲、望作信、戴运昌、张锦明诸君先行一步，各有专著问世，这都对本书的编写提供了有用的资料和有益的思路，故在此深致谢意。近年来借到国内几个大

远洋公司讲课的机会，结识了一批船长、轮机长，也包括三副、厨师长、水手等。通过交流和调查，积累了许多实际案例，同时也学到了许多航海心理学的实用知识，这对本书的修订都有很大帮助。另外，利用大连海事大学与国外高等航海院校、校际交流的渠道，也获得了许多国外相关资料，这都为本书的修订增色不少。但是与我国航海事业的发展要求相比，这次修订也只能算向前迈了一个小小的台阶，盼望几年后再有机会修订。本想一下子推倒重建，无奈按现在的条件只能堵漏补缺，尽管如此，可能漏洞和缺陷还有许多，诚望专家和读者多多指正。

王有权

2007年3月



前 言

大千世界，一分为二，主观世界与客观世界。佛教称之为自我与非我的世界，哲学将其分为物质世界与精神世界。

心理学探索人主观世界的奥秘，从深层对人这个司芬克斯之谜给予了详尽的回答。只有了解人的主观世界才能更好地把握客观世界，因为毕竟“人是万物的尺度”。

人类在历史发展中的每一步进程，都是认识主观与认识客观相互交织的过程。也就是说，对客观世界的每一步认识加深和范围扩大，却最后反作用于人类自身去提升自己的认识方法，凝练自己的思维策略。心理学就是这样一门以心理活动的发展及其规律为研究对象的学问。她像一棵果树，当作为基础的枝干长成之后，她的枝头便绽开了许多应用学科的花朵，《航海心理学》便是这诸多的应用心理学的花朵中的一朵。

航海，是充满艰辛与风险的事业，而人生本身也可以比喻为航海，因为同样要在波峰浪谷间颠簸，同样要在此岸与彼岸间挣扎。那么，对人类心理研究的所有结果都有助于分析和解决航海问题，而对航海心理问题的探索也反过来会增加对人类一般心理规律的认识。

研究如何维护船员的身心健康，如何培养船员的特殊心理品质，如何避免和预防海难、海损事故，如何实行船员的科学管理，如何进行航海心理学的科研等方面形成了航海心理学的基本框架。我们还增添了心理学的历史和流派、人的心理发展与人格建构、感知规律及其生理基础、社会心理与人际关系、心理学进展与前沿课题等心理学通论的内容，所以本书不仅可供从事航海专业者研读，也同样可供航海专业以外的人士研讨。对于管理专业、社科专业大学生也可以作为心理学的入门之阶。对于海员本身和对于海员管理者都会提供有益的参考。

王有权

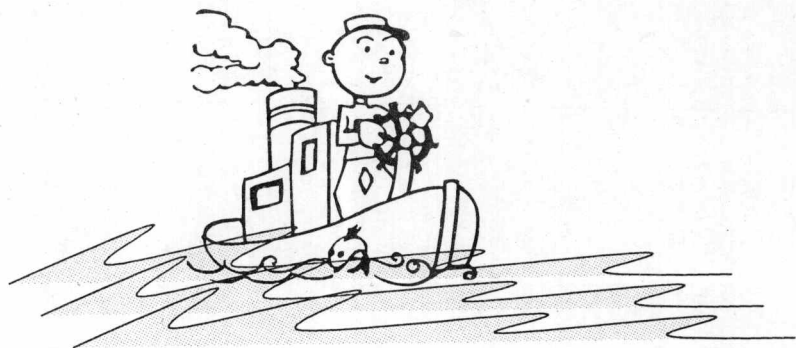
2000年7月

目 录

绪 言	1
第一章 心理学的历史、学术流派及学科分支	3
第一节 心理学的历史轮廓	4
第二节 现代心理学的十大流派	7
第三节 心理学各学科分支	20
第二章 感知规律与人格构建	27
第一节 感知规律及其生理基础	27
第二节 人的心理发展与人格建构	37
第三章 海员的工作特点与航海环境的适应	49
第一节 不同类型海员的心理特点	49
第二节 航海环境对海员的影响	54
第三节 远航的适应	56
第四章 晕船与噪声对海员心理的影响	59
第一节 晕动病的规律与病因	60
第二节 晕动病的机理	63
第三节 晕动病的预防与应对	69
第四节 噪声对船员的影响	72
第五章 社会心理与海员的人际关系	77
第一节 人的社会化	79
第二节 社会认知与社会态度	80
第三节 海员的人际关系	83

第四节	船员人际关系的特点	84
第五节	船员良好人际关系的重要性	87
第六节	影响船员人际关系的心理原因	88
第七节	船员人际关系的调节	92
第六章	航海事故中人的心理因素	96
第一节	航海事故中人的因素分析	98
第二节	不注意现象与事故的发生	103
第三节	生物节律与事故预防	105
第四节	习惯心理与事故发生	106
第五节	事故发生的社会背景因素与文化因素	108
第六节	航海事故的劳动心理学研究	111
第七节	航海安全教育与态度	117
第七章	海员的选拔与心理测量	127
第一节	选员决策	128
第二节	面谈及其他选员手段	133
第三节	心理测量	135
第八章	海员的心理培养与训练	145
第一节	心理训练的目的与训练原则	146
第二节	心理训练的内容与形式	147
第三节	心理训练的组织和教学	150
第九章	海员的心身健康和心理障碍	152
第一节	心理健康和心理障碍的概念	153
第二节	海员的心理障碍与行为偏差的分类	163
第三节	海员常见心理障碍简介	165

第十章 海员的心理应激与心身疾病	190
第一节 应激概念的形成和发展	190
第二节 海员的应激反应	198
第三节 海员心理应激的消除及应对	217
第四节 海员的心身疾病	220
第十一章 海员的心理咨询与治疗	224
第一节 心理咨询与治疗的地位和作用	224
第二节 海员心理咨询治疗的任务、内容和方法	230
第三节 海员常见心理冲突的深层根源	273
第十二章 海员管理与领导有效性的心理学认识	288
第一节 管理者对基本人性的理解	290
第二节 领导行为类型	293
第三节 领导者有效性的情境理论	296
第四节 领导风格的抉择模式	298
第五节 激励论与船员激励	299
第六节 船长的威信与船员的组织心理	306
参考文献	315



绪 言

地球上如果没有人类，那么世界将仍然是一片洪荒。

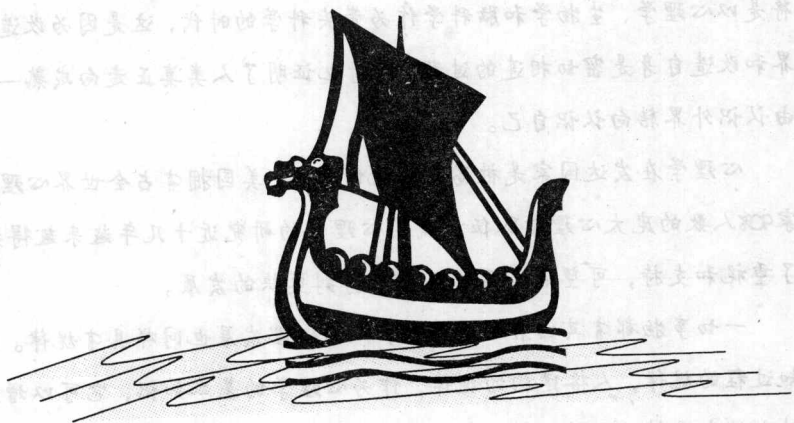
人类得天独厚的优势在于有无穷的智慧和深刻的自省。我们将此称为人的心理活动。心理学是一门被玄奥色彩笼罩着的关于人的心理现象发生发展规律的学问。可以说，自从有人类以来，人们就开始了对心理奥秘的探索，意识起源之谜与天体起源之谜、生命起源之谜一起被称之为三大起源之谜，迄今为止仍然困惑人们的求知思索。意识的发生与发展仍然是心理学的前沿课题。但是，心理学的研究更把重心向应用研究方面倾斜。在工业、商业、教育、医疗、管理、司法等等诸多方面已经取得了不可小视的心理学研究成果。日本的未来学家汤浅预计，21世纪，将是以心理学、生物学和脑科学作为带头科学的时代，这是因为改造世界和改造自身是密切相连的过程。同时也证明了人类真正走向成熟——由认识外界转向认识自己。

心理学在发达国家是被高度重视的学科。美国拥有占全世界心理学家90%人数的庞大心理学队伍。我国心理学的研究近十几年越来越得到了重视和支持，可望在今后的几年中得到更快的发展。

一切事物都有其内在的规律性，人的心理发展也同样具有规律。感知过程的规律，人格建构的规律，作为心理学的基本知识，它可以增加对人的本质性的理解。因此，大学生掌握这些知识，就有益于他们去深入认识社会、深入认识自己，从而提高他们生活和工作的质量水平。



我国目前拥有船员150万人(包括内河船员、渔工),而仅有74家船员培训机构,可见,受过航海心理学或船员心理学专业训练者若不是凤毛麟角,也是寥若晨星。我国正处在经济快速发展期,海上运输及内河船舶运输,在经济发展中占有举足轻重的地位。船靠人操纵,人靠心理调控,这是常识也是硬道理。因此,对《航海心理学》的重视,已不是个人主观意愿问题,而是一个强烈的客观需求问题。维护船员身心健康和维护航海安全就是这一客观需求的两大核心主题。本书正是围绕这两大主题进行论述的。七年前《航海心理学》的“降生”还躲在校园中,今天要送她走向社会,尽管对她进行一番修订,还免不了显得有些“瘦弱”和“贫寒”,但相信,健壮必须经历磨练,千里之行,始于足下,向前走才是硬道理。



第一章

心理学的历史、学术流派及学科分支

鉴于国内各高等航海院校及诸多海员培训机构的《航海心理学》课程的开设，基本上都没有设置基础心理学中的诸多先行学科的现实，因此，有必要先纵向回顾一下心理学的历史及横向浏览一下心理学的各学科分支，通过这样纵横交错的扫描，先对心理学学科体系有个全局了解，这样才有利于进一步弄通航海心理学问题所涉及的边缘框架。

“心理学有一个漫长的过去，却只有一段短暂的历史。”德国心理学家艾宾浩斯（Hermann Ebbinghaus, 1850~1909）精辟地概括了心理学的发展历史。

可以设想，远古的人类，就困惑于自身的心理现象，比如梦境、同情心、记忆等。只不过囿于浅见和谬见，神化了对这些现象的解释，只是到人类文明进一步发展，才把神的解释还原成灵魂的解释。

心理学的英文词psychology即由希腊文psych与logos两字合成，意即“灵魂学”，但其意义几经变迁，现在已经完全脱离了“灵魂学”的原意，进入到科学的范畴了。

因为心理学在我国刚刚起步，人们对心理学缺乏常识性了解，所以往往误将“心里”和“心理”相互混淆，于是错误地把心理学理解成一见其人便知其心的学问，甚至认为心理学和算命打卦是一回事，这严重地曲解了心理学。心理学是研究人的心理现象发生发展规律的学问，而不是心理活动的具体内容。不否认，心理学的今后发展有可能会部分地实现了解心理活动具体内容的设想，比如“测谎仪”、“脑电波破译”，甚至在社会心理学中，也把“观人术”当成一门学问来研究，但是这并不能根本改变心理学的研究目标。在这一目标之下，才展开了现代心理学研究的十大流派。

当然，从历史发展的眼光来看，对“一般规律”认识的范围在不断



扩大。今天认为是属于“心理活动具体内容”水平上的许多问题，将来会被逐渐纳入到“一般规律”的研究范围中来。其实，这是科学史进展的最“一般”规律。所以，我们要用动态发展的眼光看待心理学的历史，也要用这样的眼光来看待心理学流派的分离与整合。

当今心理学界两股互不相让的势力间的争辩，其实是缺乏历史动态发展的眼光。基本理论学派重思辨和经验的描述，实验学派注重客观的定量的研究，两股力量间的互相贬低，各强调自己一方的重要性。综合起来看，任何一门科学的进步都是客观测量和主观思辨的结合，分析与综合是一个过程的两个方面。

另外，任何一个学派都既有其理论建树，也有其本身的局限，我们在历史地理解每一学派的功过之外，也会体味出，学派的建立与衰落既有其本身的逻辑规律，也有对学派兴衰起重要作用的时代精神和经济基础、文化背景的密切影响。

第一节 心理学的历史轮廓

心理学的最遥远的起源甚至可以追溯到远古时代的巫术。为了对人的心理活动给予解释，为了对人的心理与行为发挥影响和调动作用，在没有办法进行科学研究的时候，只好用占卜的方法向神灵询问事情的起因和预测事情的结果。除了占卜以外还要借助一些仪式化行为，对这些巫术行为进行“理论”性的解释，这就可以被看成是人类研究自身心理活动的发端，同时也是宗教和艺术的发端。

人类迈过了漫长的以神为本的迷茫阶段之后，直到古希腊文明兴起，才把对人自身奥秘的探讨建立在人自己的基础之上，所以在古希腊的阿波罗神庙中，才把“人是万物的尺度”和“认识自己”当作两条神谕刻在石墙之上。

文艺复兴虽然冲破了中世纪黑暗的宗教统治，获得了对人性的解放，但与其后来的法国大革命相比，乃至与更晚些的伴随工业革命而来的民主与自由的浪潮相比，只不过是女巫见大巫罢了。心理学的发展



被绑在车轮滚滚、烟尘四起的时代发展的战车之上，和其他自然科学的飞速发展一样，其成果之辉煌，若先人有知，也会瞠目结舌，但是，在心理学的研究，一方面带给人类精神文明和物质文明的发展以促进性作用之外，另一方面也为物欲横流、纸醉金迷的精神滑坡起到了助纣为虐的作用。科学的进步本身没有罪过，就像诺贝尔研究炸药爆炸成功本身没有罪过一样。今天提出了“和平利用原子能”的口号，能否也提出“正确运用心理学知识”呢？如果运用心理学成果，只为了达到如何设计广告，诱使消费者上钩；只为了如何在超市播放舒缓音乐使购货人增加购货数量……那么，这样的心理学便成了某种意义上的“帮凶”。

从古代希腊的米利都学派的泰勒士（Thales）到集古代之大成者亚里士多德（Aristotle，公元前384~332），对心理现象描述和对心理本质的探讨均以个人臆测为准则。从近代法国的笛卡儿（Ren'e Descartes，1596~1650）到近代哲学思想集大成者德国人康德（Immanuel Kant，1724~1804），更进一步从先行的理念出发，去规范心理学的本质，以便作为他们理念的注解。自达尔文在生物学领域和缪勒（1801~1858）及其弟子赫尔姆霍兹（1821~1894）在心理学领域把理论建立在观察实验基础上，人类的思想才从幼稚的主观性向成熟的客观性转移。科学心理学的胚胎便在这层温厚的基础上成长起来，人们开始用客观的方法检验和论证古希腊以来先哲们的所有天才猜测，并拓展出全新的科学心理学各流派。

从总体上看，现代心理学的十大流派，从冯特（Wilhelm Wundt，1832~1920）起到20世纪70年代的认知心理学派，在这100多年的时间内，完成了对心理学核心内容——意识研究的否定之否定的螺旋式上升。同时，心理学完成了四个方面的发展：从研究内容上，由冯特的以意识内容为研究重点经由行为主义学派完全排除心理学对意识的研究，到现代认知学派更深入地研究人的意识的信息加工机制，完成了研究内容方面的一个巨大的发展；在研究方法上，从简单的实验加内省，发展到借助当代最先进的自然科学研究方法的逐渐深化的过程；从研究趋势上，从独立分散的研究向综合研究过渡；从研究层次上，完成了从描述研究向理论性研究的飞跃。这标志着心理学从幼稚走向成熟。



从冯特开始的100余年之间，建立起学派众多，但主要的学派有10个，即内容心理学派、意动心理学派、构造主义心理学派、机能主义心理学派、行为主义心理学派、格式塔心理学派、精神分析心理学派、日内瓦学派、人本主义心理学派和认知心理学派。

以上10个主要心理学流派之间或是具有学术观点上的承袭，或是具有意见上的纷争，都是内在或外在相互联系的。

我国古代也有很多闪光的心理学思想，因为散见诸家，不成体系，有待于整理和发掘。

心理学研究要走本土化的道路，绝不仅仅出自于民族自尊心的支配。从心理学学科性质上来认识，心理学也必须走本土化的道路。世界上的学问按其客观性程度可以分为三类：

第一类是不随客观环境变化而变化的学问，比如数学“ $1+1=2$ ”在中国如此，在外国也如此，在古代如此，现代还如此。

第二类学问如物理学、化学，水的沸点在海拔很高的山上就不是 100°C ，盐在水中的溶解度随水温升高而升高。

第三类学问客观性较差，甚至随文化的差异、随主观价值的差异而不同，一个民族当成好的事情，另一个民族把它看成是坏事。比如，有的民族文化习俗是把到朋友家做客、吃饭时以吃光为表示对主人尊敬；而另一民族则认为，客人吃光了，表示对客人没招待好。

现代心理学多源自欧、美国家，那是他们的“本土”心理学。中国有如此源远流长的文化流派，有如此之多的文化积淀，为什么不发展自己文化基础上的本土心理学呢？台湾一些学者的（如杨国枢先生）呼声值得重视。

经由纷争，心理学开始走向整合，至于对心理学研究的种种观点，整合也并非易事，至于最终是否能够整合为统一的理论派别，还不能给出肯定性的回答，因为人是多系统、多水平、多侧面、多维度、多形态的复杂组成物，或许，我们根本不可能真正合成大一统的心理学派。



第二节 现代心理学的十大流派

一、内容心理学派

内容心理学派即由德国人冯特所创立的心理学流派，因为他把研究的重点放在心理现象的组成内容方面，故称之为内容心理学派，又称为元素主义心理学派。

冯特于1879年在德国莱比锡大学创建了世界上第一个心理学实验室，开实验心理学之先河，发科学心理学之嚆矢，作为现代心理学的开创者，得到了全世界心理学家的公认。顾名思义，内容心理学即把作为整体活动的心理现象用分析的方法逐一分解开来，一直分解成为组成心理现象的基本成分为止。这既是受当时自然科学研究的分析倾向的外在影响，又是受心理学发轫之初先必须探明研究对象的基本构成这一内在逻辑的制约。面对尚处在一片混沌之中的心理现象构成奥秘的索解，并不比翘首望星空时想要探明宇宙的奥秘的想法更容易实现。但是，冯特基本完成了这一神圣的任务。所以，不管当今心理学的研究如何超过了前人，我们都无权傲视由冯特树立的心理学的历史丰碑。

内容心理学派把整体心理现象分成了认知、情感和意志三部分，即知、情、意的三分法，并探讨了其三者间的构成关系。进一步他还把情感分解成情绪和情感两方面，而情绪又可以再细分为沉静——不愉快的三个维度。不仅如此，冯特对包括民族心理学在内的心理学各个方面都进行了独有见地的探讨。在面对心理现象的奥秘，众人感到“雾失楼台、月迷津渡”之时，冯特的学说立津梁、张纲目，挥鞭一指，不知使人们少走了多少迷途。

虽然，冯特的身心平行论把生理现象与心理现象看成两种独立并存的本质，这是一种谬见；他把内省当成是研究心理现象的最有用的方法是一种浅见；再有，认为高级心理过程不能用实验方法来研究是一种愚见，但是这一切都不能掩盖他的创见与卓见。他在60多年的学术生涯中，写下了共计5万多页的文章，仅此勤奋也是令人景仰的。更何况，他首创的系统实验方法，为科学心理学的发展奠定了牢固的基石，这也就同