

航海心理学

周燮生 沈光宇 编著
沈治存 张妙珍

李心天 审阅

东南大学出版社

航海心理学

周燮生 沈光宇 编著
沈治存 张妙珍

李心天 审阅

东南大学出版社

一九八九年五月

责任编辑: 沈光宇

责任校对: 戴正庆

航 海 心 理 学

周燮生 沈光宇 编著
沈治存 张妙珍

东南大学出版社出版发行

南通医学院印刷厂印刷

开本787×1092毫米1/32 印张6 字数136千

1989年5月第1版 · (1989年5月第1次印刷

印数: 1—5000册

ISBN 7—81023—226—6

Z·8

定价2.15元

序

由周燮生等同志编写的《航海心理学》是我国航海事业中第一部心理学著作。

《航海心理学》重点叙述了在航海（主要是远洋航海）条件下海员的心理特点和心理卫生。远洋航海的劳动和生活环境特殊，对海员的素质，特别是心理素质也有特殊的要求。如何认识航海这一独特环境对海员可能产生的影响，以及如何从医学心理学角度选拔适合航海工作的海员是使海员保持身心健康，避免海事发生，提高工作效率的重要条件。

在航海学校中开设航海心理学这门课程是十分必要的。但它是一门新兴学科，还没有建立起一个从理论到应用的完整体系。作者们为了教学，收集了国内外一些资料，并亲临实际调查，在原来《航海心理学》讲义的基础上，编写了这本专业教材，从体例到内容虽然还有不成熟之处，但为了促进学科的发展，并使海员们具备这方面的知识，我十分愿意把它推荐给航海领域中的专业工作者和广大读者。

李 心 天

1989年5月

前 言

航海心理学是心理科学的一个崭新的分支，由于重视航海心理学和海员心理卫生研究的国家极少，航海界和心理学界专门从事这些研究工作的也罕见，所以现今世界上有关航海心理学和海员心理卫生的资料、文献甚少。根据我国海员终身制的特点，结合开设《航海心理学》课程的教学需要，我们综合了国内外有限的资料，并对部分海员心理问题进行了调查和回顾，在充实航海心理学讲义的基础上，编写了这本《航海心理学》。

本书主要内容是以对远洋货船海员劳动心理卫生的研究为重点，描述了航海条件下海员的各种心理问题和海员的心理素质要求，还包括了许多与航海学、船舶工程设计、航海医学、医学心理学等学科有关及交叉的内容，并介绍了海员中神经症、精神病及心身疾病的特点，以及海上事故与身心健康的关系。最后还回顾和展望了国际上妇女参加海上工作的心身方面的特点与问题。

由于航海心理学迄今还没有形成一个完整的体系，因此，编写此书也只是一种大胆的尝试，缺点与错误在所难免。这种尝试的主要目的在于“抛砖引玉”，期望有更多的航海界和心理学界同仁共同研究航海心理学这门科学，以持

动我国航海心理学的发展，期望有航海心理学学术上的“百家争鸣”，以争取在较短的时间内形成我国独特的比较成熟的航海心理学体系。因此，作者衷心希望得到广大心理学工作者、航海界人士和读者的批评赐教。

我们编写的这本《航海心理学》，既可作为航海医学专业与各类航海专门学校的心理学教材（包括本科、专科、中专均可酌情选用），也可作为其它（内河）航运学校、交通（公路）学校心理学的参考资料，同时也是广大海员和海运部门干部、职工、技术人员学习心理学知识，开展职业心理卫生，增进心理健康的通俗读物。

本书由南通医学院航海心理学教学组周燮生、沈光宇，南京长江油运公司职防站沈治存、张妙珍分工撰稿。由周燮生主编，沈光宇统稿，集体审定。主要章节外文参考资料由中国人民解放军国际关系学院俞述翰教授审校。全书由我国著名心理学家、全国医学心理学专业委员会主任李心天教授审阅并作序。

在本书撰写过程中参考了国内外许多心理学和有关学科的专著及文献，并吸取了某些研究成果，在此表示诚挚的谢意。

本书一九八八年一月初稿，一九八八年十月第一次修改，一九八九年二月定稿。

目 录

第一章	心理学概述	(1
第一节	心理学研究的对象.....	(2
第二节	心理学研究的任务和方法.....	(13
第三节	心理的实质.....	(16
第二章	航海心理学概论	(19
第一节	航海心理学研究的对象和任务.....	(20
第二节	航海心理学的相关学科.....	(22
第三节	远洋船舶（货船）的人员配备.....	(28
第三章	海员的心理素质和心理选拔	(32
第一节	海员知、情、意的素质.....	(33
第二节	海员个性心理素质.....	(38
第三节	高级海员的心理素质.....	(42
第四节	海员的心理选拔.....	(44
第四章	海员的一般心理问题	(55
第一节	职能与角色.....	(55

第二节	特殊的值班制度·····	(57)
第三节	社交气氛·····	(58)
第四节	船上交往·····	(60)
第五节	与社会和家庭分离·····	(62)
第六节	信息闭塞·····	(64)
第七节	形象·····	(64)
第八节	教育与训练·····	(65)
第九节	海员心理问题展望·····	(66)

第五章 海员工作负担的心理问题·····(68)

第六章 海员的嗜酒、吸毒和抽烟·····(79)

第一节	海员嗜酒与心身健康·····	(79)
第二节	海员吸毒问题·····	(87)
第三节	海员吸烟与心身健康·····	(87)

第七章 远洋船舶与海员心理卫生·····(91)

第一节	自然环境和人工环境·····	(91)
第二节	振动·····	(93)
第三节	噪声·····	(100)
第四节	热环境·····	(103)
第五节	照明·····	(106)
第六节	空气污染·····	(108)
第七节	各种船舶的特殊情况·····	(109)
第八节	船舶工作的职业卫生条件·····	(111)
第九节	海员的心理——躯体负荷·····	(114)

第八章	海员事故与心理健康	(117)
第一节	安全与事故倾向.....	(117)
第二节	外部事故.....	(119)
第三节	内部事故.....	(122)
第九章	海员心身疾病	(131)
第十章	海员精神疾患	(136)
第十一章	心理诊断	(148)
第十二章	心理治疗	(157)
附:	妇女参加航海工作的回顾与展望	(165)

第一章 心理学概述

心理学是研究人的心理发生和发展规律的科学。心理现象很早就引起人们的注意，但是，心理学真正走向科学的道路，成为一门独立的科学，至今只有百余年的历史。

我们的古人在生活实践中早就认识到，人们除了肉体之外，还有心理活动现象的存在。公元前我国古代思想家和教育家孔子在《论语》一书中，对人和人之间的心理差异、学习中的心理问题、德育心理和教师心理等，作了很多有价值的论述。后来中外哲学家，思想家等对心理学问题都有过许多重要的论述。但是，那时心理学只不过是哲学的附庸。直至1879年，法国莱比锡大学教授W·Wundt建立起世界上第一个心理学实验室，把自然科学的实验方法引进到心理学研究中去，才使心理学从哲学中独立出来，成为一门实验科学。

一百多年来心理学有了很大的发展，在各个领域得到广泛应用，已成为一门十分重要的科学，甚至有的学者展望二十一世纪，将是心理学成为牵头科学的世纪。尽管心理学独立发展的历史较短，而人的心理活动又是直接看不见摸不着的复杂的精神现象，但是，经百余年的研究，人们积累了大量的资料，越来越深刻地理解各种心理现象，同时使心理学

随着自然科学和社会科学的进步，日趋完善、发展更快。

第一节 心理学研究的对象

任何一门科学都有自己的研究对象，心理学研究的对象是人的心理现象。心理现象是大家熟悉的，它是宇宙间最复杂而又奥妙的现象之一，恩格斯把它誉为“地球上最美的花朵”。迄今为止的科学研究表明，人的各种复杂的心理现象，不管它如何奇异变幻，总不外是两个方面的心理过程，即心理过程和个性心理，这是既有区别而又相互联系、互相依存、相互作用的两个方面。

一、心理过程

心理过程是心理活动变化、运动和发展的动态过程，即人脑对客观现实的反映过程。它包括认识、情感、意志等活动过程。首先是认识过程，了解客观世界到底是什么东西；其次是情感过程，对客观世界存在的事物表示自己的态度；再次是意志过程，人们为了达到一定的目的，遭遇挫折，便克服困难，实现自己的意志。

（一）认识过程

认识是人的最基本的心理活动过程。人具有自觉地认识世界的 ability，而认识过程就是人脑对客观对象的属性及其规律的反映。包括感觉、知觉、记忆、注意、思维、想象等认识活动：

1. 感觉 是人利用眼、耳、鼻、舌、身五种感觉器官反映

物体的个别属性，初步认识客观世界。如我们识别一种水果，先看一看它的颜色、形状、大小，嗅一下它的气味；然后用手触摸它的表皮是光滑的还是粗糙的，是软还是硬；再用嘴尝一尝又能知道是酸还是甜的味道。所有这些形、色、味、香、光滑、粗糙、软、硬、味道等都是物体（水果）的各种不同属性。

2. 知觉 是对事物各种个别属性的综合反映，或者说整体反映，如把对水果的个别属性联合起来，我们就认识这是一个“苹果”还是“桔子”等，这就是知觉。感觉和知觉，常常是紧密联系而又有区别的心理过程。

3. 记忆 是过去的经验（感觉和知觉的东西）通过识记、保持、再认或回忆的方式在人脑中的反映，是比感觉和知觉更复杂的心理现象。人们见过的、听过的、嗅过的、尝过的、触摸过的、思考过的、体验过的对象和动作等，通过大脑保存起来，必要时又能复现出来。一般记忆包括识记、贮存、回忆或再认三个过程。

4. 注意 是人的心理活动指向并集中于某一对象，即人们平时所说的“聚精会神”、“专心致志”等。在认识过程中，人们出于需要对某一客观对象能集中精神并保持和深入下去，使认识的形象更加清晰完整，并记得更牢靠。

5. 思维 是客观事物在人脑中概括和间接的反映。对认识的客观事物，也就是感觉和知觉到的事物，不仅要集中注意，进行记忆，而且要分析、综合、抽象、概括，然后进行比较、判断、推理，这个过程就是思维。“考虑”、“设想”“忖度”、“反省”等都是思维活动的形式。人们的整个认

识过程，就是从感觉到思维的过程。

6.想象 是一种特殊形式的思维。想象带有生动形象和间接概括认识事物的特点，是人脑对客观现实创造性的反映形式。人们不仅可以回忆感知过的事物形象，而且还能创造新的形象。这种在刺激影响下，人脑中旧经验（旧表象）重新组合，产生新事物形象的过程叫想象。如作家和艺术家的构思、工程师的蓝图设计等都含有创造想象的成份。

（二）情感过程

情绪和情感是人对客观事物和对象所持的态度体验。人们在认识世界的时候，不是冷漠无情，无动于衷的，总是抱着一定的态度，表现出自己的感情，如教师对学生的喜爱，学生对教师的崇敬；人民对祖国的热爱，对社会丑恶现象的憎恨；人对事业成功的欢乐，对工作受挫的沮丧等都是情绪和情感的不同表现形式。情绪和情感是两个既联系又有区别的概念，情绪是和机体需要相联系的体验形式，而情感是同人的高级社会需要相联系的；情绪发生较早，为人类和动物共同具有，而情感发生较晚，是人类特有的心理现象；情绪带有情境性、不稳定和易变性特点，而情感是与稳定的社会事件的内容密切相关的，情感是在情绪的基础上形成的，反过来对情绪又产生巨大的影响。二者在人的心理过程中往往交织在一起，难以区别。情感和情感，既具有伦理道德的性质，又具有有组织有系统的习惯，就构成一种高级的情感，我们称之为情操，如自豪感、正义感、美感、理智感等等。情绪、情感和情感统称为情感过程。

（三）意志过程

人们不仅能认识世界，还能动地改造世界。在改造客观世界的过程中，人基于自身的需要而激发动机，自觉地确定目的，并具有实现目标的坚定信心和决心，有战胜困难与挫折的顽强毅力和胆识。这种自觉地确立行动的目的和动机，并根据目的来支配和调节自己的行为，努力克服各种困难从而实现预期目的的心理活动过程就是意志。意志是人的心理、意识的能动性的具体体现，是人所特有的一种心理活动形式。意志活动可以分为准备阶段和实现阶段。准备阶段包括动机的斗争、目的确定、行动方法的选择和行动计划拟定。实现阶段是在坚定理想和信念的指引下，以正确的动机来支配自己的行动，克服种种困难，实现预定的目的。人的意志品质主要表现为自觉性、果断性、坚定性和自制性。

心理过程分为认识过程、情感过程和意志过程，简称知、情、意，它们是相互联系、相互制约的三个方面。认识是基础，情感和意志是行为的动力，心理学研究是从整个心理过程来考察的。

二、个性心理

个性是表现在一个人身上的那些经常的、稳定的、本质的心理特征。

人的个性心理是心理学研究的另一个重要方面。心理过程总是在进行实际活动的具体个人身上表现出来的，“人心不同，各如其面”，每个人都具有自己的特点，形成了人与人之间在心理风格和面貌上的差别，即个性心理差异。个性心理差异包括个性倾向性和个性心理特征两个方面。

（一）个性倾向性

个性倾向性又称心理倾向性或个性积极性，它包括需要、动机、兴趣、信念等，这些虽属心理活动过程，但由于每个人都有其特点，所以更应该属于个性这个范围。

1.需要 个性积极性是由需要而产生的，需要是指人对某种目标的渴求或欲望，是个体和社会生活中必需的事物在人脑的反映。需要是多方面，多层次的，有生物的，社会的和劳动的需要。著名心理学家马斯洛（Maslow）提出的需要层次学说认为：人类的需要按其重要性的顺序排列为五个层次：

（1）生理需要 如食欲、性欲、睡眠等，是人类生存和繁殖不可缺少的最基本的需要。

（2）安全需要 如工作、收入、生活的保障与稳定，身体及财产不受侵害等。

（3）相属与相爱的需要 如爱与被爱，与别人保持交际关系、朋友间友谊、依附人或组织等。

（4）尊重需要 包括自我尊重和社会尊重，如自由、信念、独立、成就等。

（5）自我实现的需要 这是最高层的需要，希望发挥才能，渴望责任、权力，实现抱负等。

五个层次中一般是低层次满足后才可能向高层次发展。各层次的需要相互依赖和重叠，其发展趋势与个体的生长发展相关，与社会经济发展状况和教育程度相关。

2.动机 这是直接推动人们进行活动的动力，使人们的活动（满足某种需要的活动）产生自觉性和积极性，激励人们

去活动。动机是主观产生的，意识到了的需要，是需要的表现形式之一。动机产生的主要来源一是内在条件所致，二是外在条件的刺激。动机的种类很多，心理学上常划分为原发性动机和社会性动机。原发性动机又称生理性动机，是生物的共同需要，起源于躯体内部的生理状态，如食欲、渴欲等。社会性动机又称心理动机，起源于心理和社会因素。它因人而异，如亲善、爱情、成就等。人的动机以需要为基础，在实际生活中常常同时存在着很多动机，这些动机的强度随时变化，人的行动由其中最强的动机而决定，称为优势动机，优势动机得以满足后，优势又向其他动机转移。优势动机可长可短，由人的生活和社会需要的质和量所决定。有时候一些质量相似的或相互矛盾的动机，使人难以取舍，就形成了动机的斗争，称为动机冲突。

3. 兴趣 兴趣是人的认识需要的情绪表现。是对一定对象所抱的稳定而积极的态度和倾向。人对某种事物有了兴趣，就能去积极、愉快、持久地去认识它、接近它、获得它。兴趣使人积极地寻找满足认识需要的途径和方法，是个性积极性的重要因素之一。

兴趣根据内容不同，可分为物质兴趣如对衣、食、住、行等物质生活改善的渴望和精神兴趣（对客观事物的认识积极主动、追求进步等）。兴趣的品质可以概括为三个主要的方面，一是兴趣的广泛性，可使人生活丰富，心身健康。兴趣狭窄会影响个性发展，也使生活内容贫乏而感空虚；二是兴趣的中心性，广泛基础上突出一种中心兴趣，才能有效率和成绩；三是兴趣的持久性和稳定性，能使人深入钻研，取

得成功。而朝三暮四，见异思迁，必然一事无成。

4.信念 是需要的高级表现形式，是行为活动的稳定的核心动机。它表现为人们对自然和社会的伦理原则、观点和知识的真实性确信无疑，不仅对它有所领悟和理解，而且对它产生深刻的情感和热爱，并且在生活实践中把它作为指导原则和奋斗目标。信念的产生是认识过程的高度升华，它决定于个性积极性的程度，在阶级社会中，信念有鲜明的阶级性。

信念组成一定的体系时，就成为世界观。所以个人的世界观是个性倾向性的集中表现，它影响人的整个精神面貌，是个人思想言论和行为举止的最高调节器。

（二）个性心理特征

个性心理特征是专指那些受社会生活所制约的心理面貌上的特征，这些特征的形成和发展虽然与遗传有关，但其本质是社会决定的。个性心理特征主要表现在能力、气质和性格几个方面。

1.能力 是人在完成活动的可能性方面的个性心理特征。它是人顺利完成某种活动的必要的心理条件，但不是全部心理条件，它是顺利完成活动直接有效的可能性心理特征。例如听到患者主诉右下腹疼痛，即联想到是否患阑尾炎；看到患者吐铁锈色痰首先考虑可能是大叶性肺炎，这是观察、分析能力。

能力可分为一般能力和特殊能力。一般能力是在一切活动中都能表现的，如观察能力、记忆能力、思维能力等。特殊能力是指在某些专门活动中所需要的，如音乐家的音色分析