



防人员心理训练

631.5
006

〔苏〕·阿·彼·萨莫诺夫 著

消防人员心理训练

[苏] 阿·彼·萨莫诺夫 著
孟 正 夫 译

群 众 出 版 社

一九八五年·北京

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
ПОДГОТОВКА ПОЖАРНЫХ**

А. П. САМОНОВ

本书根据莫斯科建筑出版社 1982 年版译出

消防人员心理训练

[苏] 阿·彼·萨莫诺夫著 孟正夫译

群众出版社出版 新华书店北京发行所发行
怀柔县东晓印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 3.5 印张 71 千字
1985年3月第1版 1985年3月第1次印刷

统一书号: 3067·220 定价: 0.60 元

印数: 00001—13000册

内 容 提 要

本书对消防人员的灭火战斗活动进行了心理分析，阐述了消防人员心理训练的重要意义和任务、要求，并结合实践经验介绍了消防人员心理训练的组织和方法。可供消防队伍指战员、消防专业教学人员和消防部门管理干部阅读、参考。

说 明

心理训练对于消防人员的灭火战斗、专业训练和管理教育具有重要的意义。七十年代以来，苏联、保加利亚等国重视和加强了消防人员的心理训练，并摸索、总结了一些实际经验。这些国家的消防队伍并不是把心理训练列为一个独立的训练科目，而是在政治思想教育的基础上，将心理训练贯穿在灭火战术和技术训练、体育训练以及执勤管理的整个过程中。

本书作者阿列克谢·彼得罗维奇·萨莫诺夫，曾于1975—1980年对消防人员心理训练的有关问题发表过若干文章和著作。本书系莫斯科建筑出版社根据该社消防技术书籍编辑委员会的决定，于1982年出版。作者依据普通心理学的基本理论，吸收了苏联军事心理学以及劳动心理学、运动心理学等有关研究成果，总结了十多年来苏联消防队伍开展心理训练的经验。本书对消防人员的灭火战斗活动进行了心理分析，阐述了消防人员心理训练的重要性和任务、要求，介绍了消防人员心理训练的组织 and 常用方法。这对于消防队伍指战员、消防专业教学人员以及消防部门管理干部研究消防心理学和开展消防人员心理训练，都有一定的借鉴与参考价值。

由于消防人员心理训练的许多问题仍在探讨之中，书中提出的某些论点还有待于进一步推敲，某些内容也需要进一

一步补充和完善。例如，本书作者没有专门阐述的消防车驾驶员心理训练，也是消防人员心理训练中的一个重要问题。从国内外已有的训练经验来看，选择情况复杂的驾驶路线，在行车途中安放各种障碍物或施放烟幕，设置灭火战术背景等，都可以加强消防车驾驶员的心理锻炼。此外，由于国情不同，书中介绍的某些方式方法和数据，也只供读者参考。

在本书翻译过程中，得到中国科学院心理研究所所长徐联仓、助理研究员杨德庄同志予以校阅和指正，谨此表示衷心的感谢。

译 者

一九八四年五月于北京

目 录

前 言

第一章	消防人员战斗活动的心理分析	(3)
1.	消防人员战斗活动的一般心理特点	(3)
2.	战斗环境的应激因素对消防人员心理的影响	(6)
第二章	消防人员心理训练的基本概念和方法	(10)
1.	消防人员心理训练的概念	(10)
2.	一般性心理训练	(11)
3.	针对性心理训练	(46)
4.	消防人员心理训练中的区别对待	(49)
5.	消防人员心理训练计划	(64)
第三章	担负不同任务的消防人员心理训练特点 ..	(65)
1.	灭火指挥员心理训练	(65)
2.	防毒排烟专勤人员心理训练	(74)
3.	消防调度员心理训练	(80)
第四章	消防队集体心理稳定性的培养	(91)

前 言

消防人员的心理训练问题，已越来越引起消防工作人员的重视。这并不是偶然的。随着苏联工业潜力的增长，特别是石油、天然气、石油加工、化学工业和其他易燃易爆行业的发展，新型易燃材料在建筑业中的应用，以及城市建筑向高层发展，都对消防人员的专业训练提出了更高的要求。

对消防人员进行心理训练，使之适应在扑救火灾和消除火灾后果的复杂条件下工作的需要，这不仅是消防队有效地抢救人命与保护物资财产免受火灾危害战斗行动的基础，也是保障消防人员自身安全的基础。训练消防队全体人员能够在紧急情况下采取行动，是同培养他们的道德品质和心理素质紧密联系在一起的。不能消极地等待一名消防队员逐渐形成他必须具有的个性，也不能指望一切都单凭经验的积累。从消防人员参加工作的第一天开始，就要逐步培养他们具有必要的道德品质和心理素质，以保证自己对于在复杂而有生命危险的情况下进行工作能够经常做好心理准备，并且能够有效地进行战斗。

在现代条件下，消防管理部门和消防队伍面临许多新的任务。这些任务首先涉及到寻求新的、更加完善的消防队伍训练方法。这就是说，对于训练过程中某些一成不变的管理形式要从根本上加以重新研究。

在苏共二十六大的文件中曾经指出，完善管理组织结构的工作不能停滞不前。不能使生气勃勃的、正在发展的经济管理机体去适应那些僵化的、习惯的形式。恰恰相反，形式应当适应不断变化的经济任务。这些指示也完全适用于消防队伍管理工作。

本书是根据作者进行一系列具体研究所取得的资料而编写的，试图阐明在消防人员心理训练中作者认为较为适宜的一些方式方法，使之适应在紧急情况下积极行动的需要。

作者谨此向下列人士表示深切的谢意：苏联教育科学院院士、心理学博士 А·В·彼得罗夫斯基教授，苏联教育科学院通讯院士、心理学博士 Е·А·克利莫夫教授，心理学博士 К·М·古列维奇教授、А·И·基托夫教授、А·М·斯托利亚连科教授，心理学副博士 В·А·巴克耶夫教授，以及 В·А·维亚特金、О·И·佐托娃、А·И·帕普金、В·А·彼得罗夫斯基、В·А·切尔涅尼洛夫等副教授。

第一章 消防人员战斗活动的心理分析

1. 消防人员战斗活动的一般心理特点

消防人员的工作极易引起他们的情感发生很大的变化。这是由消防人员的下列活动特点所决定的：

(1) 神经心理不断处于紧张状态。其原因是：经常在非常的环境（高温、浓烟、能见度有限等）中坚持工作；生命和健康经常受到威胁（着火建筑结构可能倒塌，有些气体与蒸气可能爆炸，由于燃烧而分解出的有毒物质可以引起中毒）；消极情绪的影响（如搬运被烧伤的受难者和其他伤员等）。

(2) 身体承受很大的负荷。这是同破拆建筑结构和设备、铺设水带线路、操纵各种消防器材装备、疏散贵重物资以及高速度的工作联系在一起的。

(3) 必须保持注意力高度集中，以便在起火单位执行战斗任务的过程中注视火场情况的变化，并将许多建筑结构和工艺生产设备的情况纳入视线之内。

(4) 必须在有限的空间（隧道、坑道、装有气体管道或电缆的地下道等）内工作时行动困难，无法采用习惯的行动方法和工作姿势（只得爬行、卧着工作等）。

(5) 由于每个消防队员在抢救人命和贵重设备时采取行动和处理问题具有相对的独立性，因而应有高度的责任感。

(6) 发生意外的情况和障碍，增加了执行战斗任务的困难。

为了分析消防人员在战斗活动中的心理状态，可以将这种活动分为三个阶段，即准备阶段、基本阶段和结束阶段。

准备阶段：即消防队从接受火警报告至到达火场这一阶段，其中包括发出火警出动信号，集合火警出动人员，向火场行驶，使人力物力准备好执行战斗任务。

在消防人员操课、就餐、休息等时间，都有可能发出火警信号。这种信号通常来得很突然，从而宣告战斗行动的开始。消防人员听到火警信号后，必须迅速、正确地穿上战斗服，在消防车上各就各位，并在最短的时间内赶到指定地点。在消防车向火场行驶途中。消防人员的神经心理已经开始紧张起来。这种心理状态同他们对于即将遇到的火场情况胸中无数有关系。各号战斗员和班长都在乘车途中思索着，预计自己将要如何行动。正因为如此，在消防车内一般都听不到笑声，也没有人开玩笑，而是充满了战斗前的紧张肃静气氛。消防人员都在努力使自己的全都感情和思想服从于执行即将面临的战斗任务。

消防人员这一阶段战斗活动的突出特点，在于时间不足和情况不明(缺乏有关这起火灾的充分情报)。

基本阶段：即从开始进行火情侦察和根据灭火指挥员的命令采取具体行动直到将火彻底扑灭这一阶段。根据《消防战斗条令》的要求，消防队到场后应进行火情侦察和战斗展开。在这种情况下，要求班长和消防队员注意力集中，专业

训练有素。有经验的班长和消防队员能够根据烟味来判定燃烧物质，用手触摸地板和墙壁的表面来判断火势蔓延的速度，根据物品燃烧发出的声响来了解起火部位。火情侦察人员应当操作思维敏捷，有确定方向的能力，并且在遇到各种不利的情绪影响时能够保持稳定。这种不利的情绪影响往往同下列情况联系在一起：遇到危险，时间紧迫，发生意外情况，必须迅速作出应变反应，即修正以前的决定，改变行动方法，必要时增加灭火的人力和物力。

消防人员这一阶段战斗活动的突出特点，是他们在工作中往往要冒着生命的危险（爆炸、倒塌、高温、有毒气体），就是说，存在大量的引起人的心理状态（应激^①）明显反映的应激因素。

结束阶段：即从这起火灾被扑灭到消防队准备再次接警出动的阶段，包括整理消防车辆器材和其他装备。在这一阶段消防人员的心理状态，大多取决于他们的工作结果、战斗行动的持续时间及其紧张程度。在火场上执行战斗任务的成败，使参加灭火战斗的所有人员都有强烈的感受。消防人员对自己和战友们的行动很想做出评价。队长们则采取各项措施使消防队恢复备战状态。

在灭火战斗结束后，最好经过若干时间再进行总结，以便战士们能够在平静的情况下评价自己在火场上的行动。在

① 应激（stress），系指人在一些最复杂、最困难条件下的活动过程中产生的心理紧张状态。这样的条件既包括日常生活中的，也包括特殊情况下的（例如，在宇宙飞行时）。应激既可以表示对活动的积极作用，也可以表示对它的消极影响，直至活动完全紊乱。——校者注

进行战斗总结时必须注意，在取得成功的情况下，有些人感到很高兴，并且希望巩固已经取得的成绩；有些人却自满自足起来，开始以为自己在平日训练中即使不再努力，今后也能在火场上搞得很好。这种“胜利冲昏头脑”的情绪，会严重地妨碍他们进一步做好灭火战斗准备。在火场上遭到失败的情况，也会对消防人员的战斗准备产生不同的影响：有些人要加紧努力工作，而另外一些人则心情非常难过，以至对于执行新的战斗任务缺乏准备。往往有些人企图用一些客观原因来为自己的失败而辩解，或者将自己的过失推到其他同志身上。消防队长在进行灭火战斗总结时，应当了解自己部属的这些特点，及时采取相应的措施，以提高全队人员的战斗士气。

2. 战斗环境的应激因素对消防 人员心理的影响

在灭火战斗环境中引起消防人员神经心理紧张（兴奋）的主要应激因素，是威胁生命安全的危险、完成战斗任务的责任感、作出决定和完成任务的时间不足以及不寻常的工作条件（高温、浓烟、噪音等）。

引起消防人员心理紧张的另一种原因，是有些消防人员的个性不适应火场上的战斗活动对专业素质发展水平所提出来的要求。例如，对于灭火阶段执行各种战斗任务缺乏心理准备，就极易出现兴奋状态，往往感情冲动，情绪稳定性差，等等。

消防人员的兴奋状态，也可能在担负战斗值班任务即等待火警出动时出现。有些消防队员由于等候奔赴火场而情绪激动，其兴奋反应甚至比执行实际战斗任务时还要强烈。每个消防队员在等待战斗出动时的兴奋反应如何，不仅取决于他自己的个人心理特点，也取决于班内、队内战友们的情绪状态。

影响消防队人员心理的应激因素，可以来源于客观和主观两个方面。例如，火场上发生爆炸的危险可能是实际存在的（客观的因素），也可能是臆想的（主观的因素）。

现将消防人员在战斗活动中经常遇到的比较典型的应激因素分述如下：

周围环境温度很高：高温环境可以使消防人员在短时间的强烈刺激之后，出现被压抑的状态，破坏其脑神经的兴奋与抑制之间的平衡，削弱抑制过程，从而造成动作失调。在周围环境温度高而且空气湿度大的情况下，从事紧张的、使人机体内大量发热的体力劳动，例如在隧道、地下道、地下市政工程管道和住宅的地下室内扑救火灾，往往使消防人员引起不良的自我感觉：口渴、头疼、眩晕、青筋跳动，浑身无力，不愿活动，等等。大家知道，在人的体温超过 40°C 时，可能发生日射病（极度高烧），以致出现痉挛、幻觉，失去知觉。

烟雾高度集中：浓烟首先对人的感觉器官产生不良影响，它强烈刺激眼睛和鼻、咽、喉的粘膜，引起咳嗽，呼吸困难，常常使人失去工作能力，有时使人中毒。

噪音：火场上的噪音会使人产生惊慌、恐惧或心情不安，妨碍人们相互之间讲话，使上级的命令、指示和情况通

报得不到准确的传达。在噪音很强的情况下，消防人员的注意力难以集中，思维能力下降，对各种信号的反应时间延长。

活动空间有限：例如在隧道、地下道和地下电缆道等处，消防人员的活动空间有限，不仅使人的身体难以正常地活动，对人的心理也造成不良的影响，因而明显地降低了工作能力。

存在有毒气体：有些化学物品和材料在燃烧时分解出来的有毒气体能使人中毒。火场上最常遇到的有毒气体，是在物质燃烧不充分时产生的一氧化碳（CO）。例如，在住宅的地下室起火后生成的燃烧产物中，这种气体的含量有时可达1—2%。而吸入人体的空气中含有0.4—0.5%的一氧化碳，经过几分钟就能造成致命的后果。一氧化碳中毒的征状是：浑身软弱无力，心跳过速，呼吸短促，失去知觉。

由此可见，火场上的应激因素给消防人员的工作造成许多困难，不利于他们的生理与心理状态，以至影响到有效地扑救火灾。如果对消防人员及时进行心理训练，使他们的心理和身体适应于火场上的复杂情况，就可以显著地减少火场上的刺激因素对消防人员的不良影响。不仅如此，经常在有刺激因素的情况下进行工作，还能使某些消防人员培养出一一种独特的个性特征，即对冒险的倾向性。火场上的应激因素能够使敢于冒险的人积极地动员起来。这些消防人员在各种情况下的行动具有一些不同于其他人的明显特点，即不但节省体力消耗，而且节省神经心理力量的消耗。敢于冒险者的心理紧张程度最低。这显然是由于他们对自己的工作感到满意，对自己的力量充满信心，因而能够自觉地调节自己的意

志过程和情绪变化。敢于冒险的一个表现，就是能够正视危险。因此，具有这种品质的消防人员在火场上的紧急情况下进行工作时就会有很高的效率。灭火指挥人员在火场上的危险地段部署战斗力量时必须考虑到这一点，这是一个很重要的问题。

第二章 消防人员心理训练的 基本概念和方法

1. 消防人员心理训练的概念

消防人员心理训练，应当理解成为了增强消防人员在灭火战斗环境中的行动能力，并保证他们对战斗行动作好心理准备而采取的一系列措施。所谓心理准备，就是预先从心理上动员起来，能够使自己对于在具体活动中采取适当行动有精神准备。

一个消防队员适应于战斗行动的心理准备状态，同任何一种心理状态一样，是一个人的个性的一种复杂而完整的表现。这种心理准备状态的特征如下：

- (1) 渴望履行自己应尽的义务；
- (2) 确信完成战斗任务的必要性；
- (3) 相信自己的力量和技术装备的可靠性，相信本组、本班战友们对自己的支援；
- (4) 为了正确、迅速地执行战斗任务，决心积极工作，全力以赴，始终不渝；
- (5) 在工作条件不良和威胁个人健康与生命安全的情况下，具有高度的抗干扰能力；
- (6) 使自己的情绪达到最佳的兴奋水平，就能控制自己