

ПРОБЛЕМА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ

Чебыкин А.Я.

В научной литературе за последние годы появилось значительное количество работ, посвященных проблеме эмоциональной устойчивости /5, 8, 9, 10, 17, 26, 30, 32/. Эти исследования продиктованы прежде всего практическими вопросами различных видов деятельности человека, протекающей в эмоциогенных условиях. Анализ литературы показал, что не все исследователи придерживаются единого мнения в определении понятия эмоциональной устойчивости. Этот вопрос является наиболее спорным и проблематичным.

Так, в работах /8, 26, 27, 28, 29/ эмоциональная устойчивость рассматривается как собственно психологическая характеристика, относящаяся к эмоциональной сфере личности. Наиболее обобщающими из указанной группы авторов, на наш взгляд, является определение О.А.Черниковой, которая под эмоциональной устойчивостью понимает положительное психологическое качество, выражающееся в том, что она (эмоция) в определенные ответственные моменты достигает оптимальной степени интенсивности, характеризуясь при этом стабильностью качественных особенностей и имея устойчивую направленность на решение поставленных задач.

Другие авторы /10, 17, 18, 20, 21, 29, 30, 31, 36/ предлагают рассматривать эмоциональную устойчивость, как некое интегративное свойство, отражающее динамические межпроцессуальные взаимоотношения в психике человека, связанные с эмоциогенным характером деятельности. Ее основу составляют соотношения эмоциональных, интеллектуальных, мотивационных и других процессов. Это может быть наглядно проиллюстрировано определением, которое дано П.Б.Зильберманом.

Автор рассматривает эмоциональную устойчивость как "... интегративное свойство личности, характеризующееся таким взаимодействием эмоциональных, волевых, интеллектуальных и мотивационных компонентов психической деятельности индивидуума, которое обеспечивает оптимальное успешное достижение цели деятельности в сложной эмотивной обстановке" /10, с. 154/.

Если О.А.Черникова эмоциональную устойчивость рассматривает прежде всего как феномен собственно эмоционального порядка, то П.Б.Зильберман видит в эмоциональной устойчивости синтетическое свойство психики, включающее не только эмоциональные, но и другие психические процессы.

Общим для указанных направлений является то, что эмоциональная устойчивость, рассматривается как положительное свойство индивида, оказавшегося в сложной эмотивной ситуации.

Имеющиеся различия в исходных трактовках эмоциональной устойчивости усложняют выделение детерминирующих ее факторов. Следует отметить, что данный вопрос составляет одну из центральных задач в психологии для большинства исследователей проблемы эмоциональной устойчивости /1, 5, 6, 7, 8, 17, 20, 22, 27, 29, 36, 39/.

Это вызвано необходимостью разработки конкретных рекомендаций по профессиональному отбору людей, деятельность которых протекает в сложных эмотиогенных условиях. Наиболее активно в последние годы эта проблема решается в исследованиях закономерностей психического стресса; в определении факторов профессиональной пригодности, а также в психологии спорта, где изучение факторов, детерминирующих эмоциональную устойчивость, ведется при создании строго детерминированной "идеальной модели", в которой

выделенные психологические параметры тесно связаны со спортивным результатом. Спортивная деятельность является наиболее удобным экспериментальным полигоном, позволяющим изучать предельные психические возможности человека в эмоциогенных условиях. При этом одни исследователи в качестве отдельных предполагаемых детерминант эмоциональной устойчивости избирают особенности нервной системы и психической регуляции деятельности. Другие же отдают предпочтение собственно эмоциональным особенностям. Третьи, наряду с личностными факторами, определяющими специфику эмоциональной устойчивости индивида, анализируют и особенности конкретной ситуации, то есть степень ее экстремальности или эмоциогенности. К последним они относят эмоциогенные воздействия, связанные с опасностью, новизной обстановки, дефицитом информации и времени, угрозой поражения, чрезмерным шумом, сенсорной депривацией, монотонными условиями и т.д.

Анализируя роль факторов, детерминирующих эмоциональную устойчивость, А.Е.Ольшанникова пишет, что "... информация об отношении к конкретной ситуации позволяет увидеть различные психологические детерминанты или факторы. В одном случае высокая результативность деятельности может определяться тем, что ситуация воспринимается человеком как нейтральная, не эмоциогенная, в другом - та же ситуация оценивается как угрожающая, вызывает страх, высокая результативность при этом обеспечивается способностью преодолевать отрицательные эмоции. Таким образом, за идентичной феноменологией эмоциональной устойчивости могут стоять совершенно различные детерминанты эмоционального порядка" /26, с. 41/.

Отсутствие четкой классификации и характеристики существующих эмоциогенных факторов в определенной степени затрудняет возможность их рассмотрения в связи с ре-

шением проблемы эмоциональной устойчивости. Если по интенсивности воздействия на человека некоторых эмоциогенных факторов накоплен определенный опыт, то по их качественным характеристикам, несущим смысловое значение, данные не многочисленны.

Что касается значимости свойств нервной системы в эмоциогенных условиях деятельности человека, то первоначально она изучалась в инженерной психологии и психологии труда. Так В.Д. Небылицын, исследуя надежность работы оператора, установил, что "... лица эмоционально реактивные показывают статистически значимое ухудшение тестовых показателей при слежении на радарных установках, в том случае, когда условия приближались по силе своего воздействия к экстремальным" /25, с. 360/. К.М. Гуревич, изучая профессиональную пригодность операторского персонала энергосистем определил, что в сложных эмоциогенных условиях у лиц с относительной слабостью нервной системы наблюдается растерянность, в ряде случаев доходящая до шока. Следует отметить, что сходные результаты были получены и в психологии спорта. К.М. Смирнов, исследуя легкоатлетов, выявил, что высококвалифицированные спортсмены с сильным типом нервной системы имеют тенденцию улучшать результаты соревновательной деятельности по сравнению с тренировочной. Аналогичные результаты излагаются и другими специалистами. Анализ этих и других работ свидетельствует о том, что люди со слабым типом нервной системы, в виду их высокой чувствительности, оказываются более эмоционально устойчивыми в обычных условиях. В эмоциогенных же условиях, наоборот, люди слабого типа становятся "помехонезащищенными" и эмоционально неустойчивыми.

А.В. Родионов, характеризуя некоторые свойства нервной системы приходит к выводу, что в экстремальных

условиях особую роль играет высокий уровень баланса и подвижность нервных процессов. По мнению автора, первый обеспечивает адекватность психических состояний, вторая — своевременность перестройки вегетативных и психических функций /33, с. 35/. Ряд авторов /1,2,36/ установил, что высокий уровень эмоциональной устойчивости отличается большей силой нервных процессов, степенью второсигнального возбуждения и лабильностью нервной системы.

Результаты указанных исследований показывают, что эмоциональная устойчивость может быть детерминирована высоким уровнем силы, лабильности, подвижности и уравновешенности нервных процессов, а также степенью второсигнального возбуждения. Наряду с этими исследованиями, имеются экспериментальные данные, свидетельствующие о том, что названные полюса каждого из параметров не всегда могут детерминировать эмоциональную устойчивость. Например, исследования проведенными под руководством В.И.Рожественской /34,35/ выявлено, что в монотонных условиях деятельности лучшую результативность способны показать люди со слабой нервной системой. Факты неоднозначности выраженности параметров, характеризующих особенности нервной системы, установлены исследованиями, проводимыми под руководством Е.П.Ильина /12,37/. Имеются данные, указывающие, что значимость нервной системы в детерминации эмоциональной устойчивости не постоянна. В частности, Л.М.Аболин /1/, изучая психофизиологические корреляты эмоциональной устойчивости, установил, что с повышением профессионального мастерства влияние свойств нервной системы нивелируется. Нивелировка происходит за счет развития таких процессов психической регуляции деятельности как вариативность прогнозирования, экстраполяция условий, гибкость и др.

Последние исследования К.М.Гуревича, М.С.Годжиева и других, которые пытались установить связь между эмоциональной устойчивостью и особенностями нервной системы операторов, оказались мало эффективными, так как прямой зависимости между силой, подвижностью, уравновешенностью нервных процессов в различных анализаторах обнаружить не удалось.

Опираясь на результаты собственных исследований и результаты своих сотрудников /3, 14, 19/ В.С.Мерлин и Е.А.Климов показывают, что высокий уровень достижений возможен в эмоциогенных условиях у людей с противоположными свойствами силы и подвижности нервной системы. При этом авторы особое внимание уделяют индивидуальному стилю деятельности, как средству, дающему всем людям равные шансы на высокие достижения в эмоциогенных условиях. Учитывая это положение, трудно согласиться с тенденцией некоторых авторов, преувеличивающих значение природных черт высшей нервной деятельности в осуществлении специализированных и устойчивых навыков поведения в эмоциогенных условиях деятельности.

Эмоциональная устойчивость может быть детерминирована степенью владения человеком специальными знаниями и умениями. К таким особенностям В.И.Писаренко /29/ относит умение правильно анализировать обстановку, быстро ориентироваться, управлять вниманием (распределять, концентрировать, переключать), высокую степень автоматизации умственных и двигательных навыков. ОА.Черникова /39/ считает, что существенная роль в эмоциональной устойчивости принадлежит умению человека регулировать свое эмоциональное возбуждение.

Как показывает анализ /4, 5, 11, 16, 23, 24/, соотношение эмоционального возбуждения с эмоциональной устой-

чивостью достаточно противоречиво. В некоторых работах /2, 11, 16/ говорится, что у индивидов, у которых в экстремальных условиях эмоциональное возбуждение достигает значительных величин, наблюдается эмоциональная устойчивость. В других исследованиях /5, 6/ показано, что невысокий (оптимальный) уровень эмоционального возбуждения является основным фактором успешности в деятельности.

Известный специалист в области эмоций Я. Рейковский /32/ рассматривает два значения понятия эмоциональной устойчивости: как разную степень чувствительности к эмоциогенным раздражителям и как разную степень нарушения психических механизмов регуляции под влиянием эмоционального возбуждения. Объединяя эти понятия, автор указывает, что в первом значении, мы говорим о высокой степени эмоциональной устойчивости субъекта, для которого, чтобы вызвать проявление эмоционального возбуждения, необходимо применять более сильные раздражители, чем для других лиц. Во втором значении речь идет о том, что, несмотря на возникшее эмоциональное возбуждение, человек в состоянии сохранить определенную направленность своих действий, адекватное функционирование и контроль над выражением эмоций.

Указанные точки зрения сводят эмоциональную устойчивость человека к определенному специфическому уровню эмоционального возбуждения определяемого эмоциональной чувствительностью.

Существует мнение о том, что момент перехода эмоционального напряжения в эмоциональную напряженность определяет эмоциональную устойчивость /4/. При этом эмоциональное напряжение авторы характеризуют как степень мобилизации функций организма для успешного выполнения деятельности с учетом волевого акта. А состояние

эмоциональной напряженности рассматривается при проявлении отрицательных изменений в двигательных и психических функциях. Ведущую роль в детерминации эмоциональной устойчивости авторы отдают эмоциональной возбудимости, определяющей быстроту развития указанных выше эмоциональных состояний, связывают ее с тревожностью человека. Что касается тревожности, как показано в одних исследованиях /6, 8, 10/ она может явиться причиной возникновения чрезмерного возбуждения, растерянности, неуверенности, т.е. факторами, которые способствуют возникновению эмоциональной неустойчивости. В других работах /13, 23/ установлено, что фактор тревожности может выступать стимулом повышения эффективности деятельности в эмоциогенных условиях. Анализируя значение различных психологических факторов в эмоциогенных условиях деятельности, Л.Д.Гиссен /6/ определил, что эмоционально устойчивые люди отличаются низким невротизмом, обеспечивающим, по мнению автора, стабильность психического состояния в сложных ситуациях. В тоже время боязливость, беспокойство и неуверенность снижают результативность деятельности человека.

Таким образом, фактор тревожности может в одних случаях повысить активность и работоспособность, в других - дезорганизовать психическую деятельность человека в эмоциогенных условиях деятельности. Столь различные действия данного фактора тревожности свидетельствуют о его неопределенности в детерминации эмоциональной устойчивости.

Исследование, проведенное О.А.Сиротиным /36/ свидетельствует, что повышение эмоционального возбуждения в эмоциогенные моменты, улучшает готовность человека к действию. Б.И.Игуменов выявил прямую зависимость между результативностью действий человека и уровнем эмоцио-

нального возбуждения в условиях соревнования. Средний показатель тремора перед соревнованиями у успешно выступивших спортсменов составил 7,7 единиц, а у неудачно выступивших - 3,7 единиц. Эти результаты расходятся с данными, полученными А.Д.Ганюшкиным и Ю.Н.Лысенко. Авторы, применив методику "проба с падением" для исследования эмоционально-волевой устойчивости, установили, что при высоком уровне эмоциональной устойчивости, частота пульса не отличается от нормы исходного положения и возрастала при падении от 4 до 8 ударов. У менее устойчивых частота пульса увеличивалась до 16-20 ударов в минуту. При этом отмечались беспокойство и боязнь /5/.

На различные изменения эмоционального возбуждения указывают исследования Е.В.Хрунова с соавторами /38/, проведенные на космонавтах при стыковке космических кораблей. У одного из них наблюдалось увеличение частоты пульса почти на 50% от нормы полета. У второго отмечалось снижение частоты пульса по сравнению с нормой. Подобные изменения проявлялись и в частоте дыхательных циклов.

Приведенные данные позволяют предполагать, что уровень эмоционального возбуждения не всегда может являться надежным фактором, детерминирующим эмоциональную устойчивость.

Исследования, проведенные П.Кунатом /15/ показывают, что биологические функции организма человека в эмоциогенных условиях протекают под сильным воздействием именно психологических факторов. Об этом говорится и в ряде других работ /1, 14, 32/. Ведущее влияние на активацию деятельности человека оказывают психологические факторы, и не учитывая закономерности их воздействия, нельзя проникнуть в специфические способы психической регу-

ляции поведения. "... Влияние социального на биологические процессы в состояниях напряженности, - указывает Н.И.Наенко, - осуществляется прежде всего через психические, в частности, мотивационные и эмоциональные компоненты деятельности и их специфическое содержание" /23, с. 24/. В течение жизни человека формируются важнейшие черты его характера, такие как целеустремленность, патриотизм, чувство долга и др. Устойчиво закрепившиеся чувства становятся доминирующими в эмоциональной сфере и поведении личности. В связи с этим в ряде работ указывается на прямую взаимосвязь эмоциональной устойчивости с социально-психологическими особенностями. К таким факторам, способным детерминировать эмоциональную устойчивость. В.Э.Мильман /22/ относит внутреннее чувство долга, ответственность, самоконтроль, характер оценки реальности, содержательность, бдительность, честность, работоспособность и др. Социально-психологические компоненты эмоциональной устойчивости человека изучены явно недостаточно. Есть основание предполагать, что именно социально-психологические факторы играют одну из существенных функций в детерминации эмоциональной устойчивости. Об этом убедительно свидетельствуют жизненные примеры, когда во имя других людей преодолевались невероятно сложные эмоциогенные условия. В ряде исследований /1, 22, 32/ показано, что эмоциональная устойчивость может быть обусловлена мотивацией и уровнем притязаний человека при достижении высоких результатов.

И.Хашен, исследуя под руководством Я.Рейковского /32/ эмоциональную устойчивость студентов пришла к мнению, что сила мотивации является важным фактором в ее детерминации. При слабой силе потребности, неуспех и связанная с ним отрицательная эмоция оказывают решаю-

щее влияние на человека, побуждая его на быстрый выход из данного положения, тогда как при среднем уровне потребности, возникающие отрицательные эмоции действуют активирующе, что мобилизует индивида и способствует эффективности деятельности. Большая сила потребности, и возникший неуспех в деятельности, а также связанные с ним эмоции способствуют появлению такого уровня эмоционального возбуждения, который дезорганизует дальнейшую деятельность. Группа польских специалистов попыталась выяснить в какой мере отношения между уровнем притязаний и уровнем достижений детерминируют поведение человека в эмоциогенных условиях. Полученные результаты показали, что люди, проявляющие тенденцию к заниженному уровню притязаний, в эмоциогенных условиях обладали меньшей эмоциональной устойчивостью, по сравнению с теми, у которых уровень притязаний был существенным. Вместе с тем было установлено, что так называемые "рисковые" могут быть очень устойчивыми к стресс-факторам.

Проведенные в последние годы исследования по изучению эмоциональной устойчивости /1,26,27/ свидетельствует, что качественные параметры эмоций, несущих информацию об отношении субъекта к отражаемой действительности, играют важную роль в ее детерминации. Так, исследованиями О.А.Черниковой /39/ показано, что эмоциональная устойчивость может зависеть от качественных особенностей специфических эмоций, динамической устойчивости оптимального уровня, интенсивности и направленности (по содержанию) эмоций на положительное решение задач. К таким специфическим спортивным эмоциям она относит спортивную злость, чувства спортивной гордости, чести, соперничества и др.

А.Е.Ольшанникова /26/ в своих исследованиях отмечает, что эмоциональная устойчивость в большей степени

обусловлена такими особенностями эмоций, как знак эмоционального переживания, его длительность, глубина, устойчивость и т.п. При этом указывается, что исследования по проблеме эмоциональной устойчивости необходимо расширять в плане изучения различных эмоциональных характеристик с учетом значения каждой из них в системе и тем самым раскрыть представление эмоциональной устойчивости как психического феномена.

Анализ исследований показывает, что проблема детерминации эмоциональной устойчивости сложна и многообразна. О ее сложности говорят результаты проанализированных исследований. Значение того или иного физиологического, психологического параметра для эмоциональной устойчивости не абсолютна. Их неоднозначная зависимость, как было показано выше, обусловлена множеством внутренних (присущих субъекту) и внешних условий деятельности. При рассмотрении работ, посвященных обсуждаемой теме, нельзя не обратить внимание и на парадоксальную особенность, которая, как справедливо отмечает А.Е.Ольшанникова /26/, заключается в том, что многие экспериментальные исследования факторов эмоциональной устойчивости предприняты вне связи с проблемой эмоций. Подобного рода исследования связаны с проблемой эмоциональной устойчивости лишь тем, что деятельность изучается в различных экстремальных, т.е. потенциально эмоциогенных условиях.

Следует отметить, что некоторые авторы, признавая значение отдельных содержательных особенностей эмоциональной сферы, для экспериментального изучения привлекают, как правило, физиологические критерии, которые не характеризуют всего многообразия эмоциональных особенностей, а главное, качества эмоциональных пережи-

ваний. К тому же проанализированные исследования свидетельствуют, что один и тот же характер сдвига в психофизиологических реакциях у разных людей сопровождается различным эмоциональным содержанием.

Неоднозначность, непостоянство выделяемых психологических и психофизиологических детерминант эмоциональной устойчивости усложняет ее определение, а их негативность позволяет некоторым исследователям отождествлять эмоциональную устойчивость с такими понятиями и проблемами как психическая устойчивость и психическая надежность человека. Возможно это происходит из-за того, что и указанные понятия еще недостаточно четко определены и составляют предмет дискуссий во многих работах. Эмоциональная устойчивость не может быть сведена к психической устойчивости. Психическая устойчивость - это более широкое свойство.

Исследования проблемы психической надежности, особенно в инженерной психологии, концентрируются как правило на деятельности, насыщенной экстремальностью, дискомфортом, депривацией, т.е. эмоциональностью. Такая однозначная позиция в некоторых случаях дает основание сводить психическую надежность к эмоциональной устойчивости. Указанный подход обедняет проблему психической надежности и не позволяет выделить все ее уровни, т.е. определить возможный диапазон стабильности психических функций в той или иной деятельности. Психическая устойчивость и психическая надежность связаны с проблемой эмоциональной устойчивости. Эмоциональная устойчивость выступает одним из факторов в их детерминации, когда человек успешно осуществляет необходимую деятельность в эмоциогенных условиях.

Проанализированные исследования показывают, что

научно-технический прогресс актуализировал проблему эмоциональной устойчивости, которая в своем становлении еще не преодолела трудностей, связанных с конкретизацией самого понятия и систематизацией ведущих, детерминирующих ее факторов.

Возможно такое положение возникло из-за того, что большинство специалистов сконцентрировали свои исследования на выделении отдельных факторов, детерминирующих эмоциональную устойчивость человека без учета их в целостной системе.

Обобщая результаты проведенных данных, можно полагать, что именно адекватность взаимодействия эмоций с другими особенностями психики, ответственными за успешность деятельности в эмоциогенных условиях, составляет сущность феномена эмоциональной устойчивости человека.

Некоторые барьеры в определении надежности и систематизации факторов, детерминирующих эмоциональную устойчивость, могут также быть преодолены, если подойти к их анализу с учетом специфики эмоциональной устойчивости человека в конкретных видах деятельности.

Являясь интегративным свойством психики, эмоциональная устойчивость проявляется в виде различных форм (эмоционально-сенсорной устойчивости, эмоционально-интеллектуальной устойчивости и др.).

Вместе с тем, рассматривая, например, взаимодействия психомоторики и эмоций, трудно дать целостное представление или оценку эмоциональной устойчивости личности. Можно лишь предположить, что перечисленные формы эмоциональной устойчивости являются ее микроструктурными элементами. Характер их внутренних механизмов применительно к конкретным видам задач деятельности относителен, однако, по взаимодействию подвижен. Это можно подтвердить тем, что человек практически имеет несколько способов

или вариантов решения возникающих перед ним задач, но в каждом из этих способов присутствуют, как правило, одни и те же наборы детерминант, используемые в зависимости от целей.

Многолетние комплексные экспериментальные исследования /40, 41/ показывают, что эмоциональная устойчивость несводима к каким-либо отдельным особенностям. Она детерминируется определенным их сочетанием, в каждом из которых имеются свои доминирующие особенности. Так в одном из сочетаний главное качество - высокая способность к контролю за эмоциональными переживаниями, в другом - высокая реактивность и доминирование положительных эмоций, в третьем - низкая сензитивность к эмоциональным воздействиям и т.д.

Важными являются развернувшиеся в последние годы исследования под руководством Дикой Л.Г. 1983, 1986, 1987/ по изучению механизмов психической саморегуляции в детерминации эмоциональной устойчивости человека. В частности, в этих исследованиях констатируется зависимость успешности деятельности человека в эмоциогенных условиях от преобладающего у него типа психической саморегуляции, соотношения ее произвольных и непроизвольных форм, уровня сформированности системы саморегуляции состояний.

Особого внимания заслуживает проблема формирования эмоциональной устойчивости. К настоящему времени в психологии складывается несколько подходов к ее решению. Среди них можно выделить исследования, связанные с разработкой специальной системы физической подготовки для повышения эмоциональной устойчивости в военной психологии /17/, а также исследования, направленные на создание различных комплексов психической регуляции и саморегуляции состояний в психологии спорта /1, 8, 28, 29,

40/, инженерной психологии /4,30,31/, педагогической психологии /41/. Именно в учебной деятельности закладываются и формируются свойства личности, в том числе и различные формы эмоциональной устойчивости. Проводимые исследования /41/ показывают перспективность использования психолого-педагогических методов формирования эмоциональной регуляции в решении данной проблемы.

Заключая анализ состояния проблемы эмоциональной устойчивости в психологии, можно сделать следующие выводы:

1. Эмоциональная устойчивость характеризует интегративное свойство психики, благодаря которому человек успешно осуществляет необходимую деятельность в эмоциональных условиях ее протекания.

2. В познании природы эмоциональной устойчивости существенное место занимают психологические и психофизиологические факторы - детерминанты и их соотношения (как отдельных, так и групп) в различных условиях деятельности.

3. Проблема формирования эмоциональной устойчивости требует дальнейшего теоретического обоснования. Перспективным в ее решении может быть целенаправленное моделирование всевозможных эмоциогенных ситуаций с поступательным увеличением силы их воздействия на субъекта, а также обучение приемам психической саморегуляции эмоциональных состояний.

Литература

1. Аболин Л.М. Соотношение психологических и физиологических коррелятов эмоциональной устойчивости спортсменов. *Вопр. психологии*, 1974, № I, с. 104-106.

2. Алексеев А.Ф., Машталир В.И. Особенности основных свойств нервной системы высококвалифицированных

борцов дзюдо.- В кн.: Спорт, психофизическое развитие и генетика. (Материалы симпозиума Винница - Одесса, октябрь 1976), М., 1976, с. 61-62.

3. Белоус В.В. Психофизиологическая характеристика некоторых типов темперамента. Автореферат дисс. на соиск. ученой степени кандидата педагогических наук (по психологии).- Пермь, 1967, с. 24. В подзаг.: НИИ общей и педагогической психологии при АПН СССР.

4. Введение в эргономику. Под ред В.П.Зинченко. М., Сов. радио, 1974, 350 с.

5. Ганюшкин А.Д., Лысенко Ю.Н. Опыт исследования эмоционально-моторной устойчивости гимнастов.- В кн.: Вопросы спортивной психогигиены. Т. 2, М., 1973, с. 109-110.

6. Гиссен Л.Д. К проблеме изучения личности спортсменов.- Научные труды ВНИИЖК за 1971 г., т.2, М., 1973, с. 143.

7. Гуревич К.М. Профессиональная пригодность и свойства нервной системы. М., Наука, 1970, 271 с.

8. Дашкевич О.В. Исследование эмоциональной устойчивости у стрелков и ватерполистов в условиях соревнований и тренировок.- В кн.: Материалы международной научной методической конференции соц. стран по проблеме спортивной тренировки. М., 1967, т.2, с. 66-68.

9. Дьяченко М.И. Природа эмоциональной устойчивости.- В кн.: Категории, принципы и методы психологии. Психологические процессы. Часть 3. Тезисы к VI Всесоюз. съезду Общества психологов СССР. М., 1983.

10. Зильберман П.Б. Эмоциональная устойчивость оператора.- В кн.: Очерки психологии труда. М., Наука, 1974, с. 138-173.

11. Игуменов В.М. Исследование влияния предстар-

тового возбуждения борцов высокой квалификации на результаты их выступлений в ответственных соревнованиях. Автореферат дисс. на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. М., 1971, 24 с. В подзаг.: ВНИИФК.

12. Ильин Е.П., Баскаков С.Н., Дружков Н.Н., Ковынов В.В., Кузнецов А.А. Типологические особенности в проявлении основных свойств нервной системы у легкоатлетов-бегунов. - В кн.: Тезисы докладов УП Всесоюзной конференции по психологии физического воспитания и спорта. М., 1973, с. 94.

13. Карольчик Б. Чувство тревоги у высококвалифицированных спортсменов. - Теор. и практик. физич. культ., 1972, № 1, с. 28-29.

14. Климов Е.А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимости от типологических свойств нервной системы. - Казань. Издательство Казанского университета, 1969, 277 с.

15. Кунат Н. Проблема нагрузки с точки зрения психологии спорта. - Теор. и практик. физич. культ., 1972, № 1, с. 72.

16. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека. М. Просвещение, 1964, с. 27, 150-151.

17. Маришук В.Л. К вопросу об эмоциональной устойчивости курсантов-летчиков и возможности ее совершенствования с применением средств физической подготовки. Автореферат дисс на соиск. ученой степени кандидата педагогических наук. Л., 1964, 24 с. В надзаг.: ЛГУ

18. Маришук В.Л., Макаров Р.Н., Плахтиенко В.А., Хилова Г.Н. К вопросу об устойчивости некоторых психологических и психомоторных функций в экстремальных условиях. - В кн.: Надежность комплексных систем "Человек-техника", ч. I Л., 1969, с. 30-32.

19. Мерлин В.С. Равноценность свойств общего типа нервной системы и принцип компенсации. В кн.: Психология и психофизиология индивидуальных различий. М., Педагогика, 1977, с. 124-131.

20. Милерян Е.А. Психологический отбор летчиков. Киев. Научн.-исслед. институт психологии УССР, 1966, 234 с.

21. Милерян Е.А. О надежности оператора в различных режимах работы. - Вопросы психологии, 1971, № 4, с. 60-68.

22. Мильман В.Э. Структура и методика составления модельных педагогических характеристик, относящихся к психологической надежности спортсменов. ВНИИФК, М., 18 с.

23. Наенко Н.И. Психическая направленность. М., МГУ, 1976, III с.

24. Нгуен Зуй Фат, Дашкевич О.В. Результативность стрельбы как критерий эмоционального напряжения спортсмена. В кн.: Психологический стресс в спорте. Пермь, 1973, с. 49-50.

25. Небылицин В.Д. Надежность работы оператора в сложной системе управления. В кн.: Инженерная психология. МГУ, 1964, с. 358-367.

26. Ольшанникова А.Е., Семенов В.В., Смирнов Л.М. О методиках диагностирующих некоторые параметры эмоциональности, связанные с детерминацией эмоциональной устойчивости. В кн.: Спорт, психофизическое развитие и генетика. (Материалы симпозиума Винница - Одесса, октябрь, 1976). М., 1976, с. 40-51.

27. Ольшанникова А.Е. К психологической диагностике эмоциональности. В кн.: Проблемы общей, возрастной и педагогической психологии. М., Педагогика, 1978, с. 93-105.

28. Оя С.М. Особенности предстартовых сдвигов и эмоциональной стабильности у представителей разных видов спорта. В кн.: Психологические вопросы тренировки и готовности спортсменов к соревнованию. М. ФИС, 1969, с. 63-68.
29. Писаренко В.М. К вопросу о методах и обеспечении эмоциональной устойчивости спортсмена в условиях соревнований. В кн.: Материалы научной сессии /ВНИИФК за 1965, М., 1966, с. 186-188.
30. Платонов К.К., Шварц Л. Очерки психологии для летчиков. - М., Воениздат, 1948, с. 191 с.
31. Платонов К.К. Психология летного труда. - М., Воениздат, 1960, 350 с.
32. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. - М., Прогресс. 392 с.
33. Родионов А.В. Психодиагностика спортивных способностей. - М., ФИС 1973. 214 с.
34. Рождественская В.И., Голубева З.А., Ермолаева-Томина Л.Б. Роль силы нервной системы в динамике работоспособности при разных видах деятельности. В кн.: Проблемы дифференциальной психофизиологии. - т.6, М., 1969, с. 138.
35. Рождественская В.И., К вопросу о проявлении силы нервной системы при разных видах монотонной работы. В кн.: Проблемы дифференцированной психофизиологии, т.9, М., 1977, с. 96.
36. Сиротин О.А. К вопросу о психофизиологической природе эмоциональной устойчивости спортсменов. - Вопросы психологии. 1973, № I, с. 129-133.
37. Фетискин Н.П. Влияние типологических особенностей в проявлении основных свойств нервной системы на возникновение состояния монотонности. В кн.: Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972, с. 150.