

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ

Научная статья

УДК 159.9

DOI: 10.20323/1813-145X-2025-3-144-144

EDN: AAMADY

Советская психология 1960-х – начала 1990-х гг. о психических состояниях в различных видах деятельности

Анатолий Лактионович Журавлев¹, Артем Андреевич Костригин²

¹Академик РАН, Институт психологии РАН. 129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13/1

²Кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории истории психологии и исторической психологии, Институт психологии РАН. 129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13/1

¹alzburavlev2018@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7483-7530>

²artdzen@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-5454-7357>

Аннотация. В статье проводится историко-психологический анализ исследований советских авторов по проблеме психических состояний в различных видах деятельности, опубликованных в 1960-е – начале 1990-х гг. Обосновывается, что рассмотрение этих феноменов в разных условиях труда позволяет выявлять специфику психологической организации конкретной работы и переживания специалистами данного процесса. Публикации советских ученых анализируются по следующей схеме: центральная проблема состояний в конкретной сфере деятельности, концептуальные основы их изучения, классификации, факторы возникновения и функционирования, личностная детерминация, методы исследования. Раскрываются особенности разработки вопроса состояний в советской психологии труда, представители которой внесли существенный вклад в данное направление исследований. Описываются характеристики изучения психических состояний в спортивной, учебной, педагогической, военной, операторской и космической деятельности. Показывается, что ведущими теоретико-методологическими основами разработки советской психологии состояний являлись психофизиологические и системные подходы, общие концепции стресса; среди видов состояний описывались универсальные и специфические феномены; к факторам авторы относили физические, физиологические, внешние и деятельностные детерминанты; личностная обусловленность психических состояний выражалась в их встроенности в систему психических феноменов субъекта труда; среди методов изучения активно применялись психофизиологические и психологические инструменты. Делаются выводы о специфике анализа состояний в различных видах деятельности: в спортивной психологии изучались преимущественно эмоциональные феномены, в учебной и педагогической – познавательные, индивидуально-личностные и межличностные, в военной – личностные и морально-политические, в операторской и космической – функциональные и экстремальные. Обозначаются категориально-понятийные трудности в разработке данного научного направления в 1960-е – начале 1990-х гг.

Ключевые слова: история психологии; советская психология; научное направление; психология состояний; психология труда; спортивная деятельность; учебная деятельность; педагогическая деятельность; военная деятельность; операторская деятельность; космическая деятельность

Работа выполнена в соответствии с Государственным заданием № 0138-2025-0010

Для цитирования: Журавлев А. Л., Костригин А. А. Советская психология 1960-х – начала 1990-х гг. о психических состояниях в различных видах деятельности // Ярославский педагогический вестник. 2025. № 3 (144). С. 144–159. <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2025-3-144-144>. <https://elibrary.ru/AAMADY>

GENERAL PSYCHOLOGY, PERSONALITY PSYCHOLOGY, PSYCHOLOGY HISTORY

Original article

Soviet psychology of the 1960-s – early 1990-s on mental states in various types of activities

Anatoly L. Zhuravlev¹, Artem A. Kostrigin²

¹Academician of RAS, scientific adviser at Institute of psychology of the Russian academy of sciences. 129366, Moscow, Yaroslavskaya St., 13/1

²Candidate of psychological sciences, senior researcher at laboratory of psychology history and historical psychology, Institute of psychology of the Russian academy of sciences. 129366, Moscow, Yaroslavskaya st., 13/1

¹alzburavlev2018@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7483-7530>

²artdzen@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-5454-7357>

Abstract. The article provides a historical-psychological analysis of the studies by Soviet authors on the problem of mental states in various types of activity, published in the 1960-s – early 1990-s. It is substantiated that consideration of these phenomena in different working conditions allows us to identify the specifics of the psychological organization of a particular job and the experience of specialists in this process. Publications of Soviet scientists are analyzed according to the following scheme: the central problem of states in a specific area of activity, conceptual foundations for their study, classification, factors of occurrence and functioning, personal determination, research methods. The article reveals the features of the development of the issue of states in Soviet labor psychology, which representatives made a significant contribution to this area of research. The article describes the characteristics of the study of mental states in sports, educational, pedagogical, military, operator and space activities. It is shown that the leading theoretical and methodological foundations for the development of Soviet psychology of states were psychophysiological and systemic approaches, general concepts of stress; among the types of states the universal and specific phenomena were described; the researchers attributed physical, physiological, external and activity determinants to the factors; the personal conditioning of mental states was expressed in their integration into the system of mental phenomena of the subject of labor; psychophysiological and psychological tools were actively used among the methods of study. Conclusions are made about the specifics of the analysis of states in various types of activity: in sports psychology there were mainly studied emotional phenomena, in educational and pedagogical psychology there were studied cognitive, individual-personal and interpersonal ones, in military psychology there were studied personal and moral-political ones, in operator and space there were studied functional and extreme ones. Categorical and conceptual difficulties in the development of this scientific area in the 1960-s – early 1990-s are identified.

Key words: history of psychology; Soviet psychology; scientific area; psychology of states; labor psychology; sports activity; educational activity; pedagogical activity; military activity; operator activity; space activity

The research was carried out according to the state assignments № 0138-2025-0010

For citation: Zhuravlev A. L., Kostrigin A. A. Soviet psychology of the 1960-s – early 1990-s on mental states in various types of activities. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2025; (3): 144-159. (In Russ.). <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2025-3-144-144>. <https://elibrary.ru/AAMADY>

Введение

Проблемы и принципы исследования *психических состояний* в отечественной психологии были разработаны во второй половине XX в.: в этот период были сформулированы основные определения и характеристики состояний, разработаны ведущие подходы и методы их изучения [Журавлев, 2024а; 2024б]. При этом обращение к проблеме психических состояний в советской психологии осуществлялось не только на теоретико-методологическом уровне, но и в конкрет-

ных сферах человеческой жизнедеятельности. Рассмотрение отдельных видов деятельности и специальных форм психических состояний позволяет показать особенности функционирования этого феномена в разных условиях и под влиянием различных факторов [Карташева, 2022; Обознов, 2003; Прохоров, 2016; Якимович, 2019]. Об этом писали А. Б. Леонова и В. И. Медведев: «в зависимости от целей исследования и специфики методических средств анализа, физиология и психология, гигиена труда и психофармакология, космическая медицина и спор-

тивная психология наполняют эти понятия (*психических состояний*. – прим. авт. ст.) различным содержанием» [Леонова, 1981, с. 3].

Данная статья является продолжением серии публикаций [Журавлев, 2024а; 2024б], посвященных историко-психологическому анализу становления и развития *научного направления психологии состояний* в советской науке. В этой работе будут проанализированы исследования советских авторов 1960-х – начала 1990-х гг., рассматривавших психические состояния в спортивной, учебной, педагогической, военной, операторской и космической деятельности. Будут показаны особенности постановки фундаментальных и прикладных вопросов в этих сферах и раскрыто понимание психических состояний при осуществлении конкретной трудовой деятельности.

Определение хронологических рамок историко-психологического анализа опиралось на *номинативный (библиографический) критерий* формирования научных направлений, согласно которому область исследований в научно-исследовательском пространстве формально закрепляется после публикации крупного издания, содержащего в названии соответствующий термин. Начальная граница изучаемого научного направления психологии состояний относится к 1960-м гг., связана с изданием монографии Н. Д. Левитова «О психических состояниях человека» (1964), а также была расширена до начала 1960-х гг. по причине публикации других подобных работ (уровня статей в журналах и сборниках научных трудов), в контексте которых издавалась данная книга. Конечная граница анализа (начало 1990-х гг.) была выбрана в связи с выходом монографии А. О. Прохорова «Теоретические и практические аспекты проблемы психических состояний личности» (1991), в названии которой была зафиксирована *теоретико-методологическая проблематика* данного направления, что также является признаком перехода конкретной области исследований на следующий этап их развития. По результатам ранее проведенного анализа публикаций авторов этого периода был сделан вывод о том, что в рассматриваемые годы научное направление психологии состояний было достаточно однородным и характеризовалось согласованной логикой развития отдельных его вопросов – характеристик состояний, факторов их возникновения, подходов и методов изучения [Журавлев, 2024а; 2024б].

Анализ исследований советских авторов, посвященных вопросам психических состояний

в различных видах трудовой деятельности, будет осуществляться по следующей *схеме*: центральная проблема состояний в конкретной сфере деятельности, концептуальные основы их изучения, классификации, факторы возникновения и функционирования, личностная детерминация, методы исследования.

Перед рассмотрением психических состояний в конкретных видах деятельности покажем специфику изучения этих феноменов в советской психологии труда.

Результаты исследования

Разработка проблемы психических состояний в советской психологии труда 1960-х – начала 1990-х гг.

Проблематика психических состояний в деятельности стала разрабатываться одновременно и в связи с изучением этих феноменов в целом. Первые работы Н. Д. Левитова второй половины 1950-х гг. об отдельных состояниях и их психофизиологических характеристиках были посвящены труду [Левитов, 1957]; другие состояния описывались Ю. Е. Сосновиковой и П. П. Распоповым у учащихся [Распопов, 1958; Сосновикова, 1959], К. Л. Леонтьевым, А. А. Лернером и Д. А. Ошаниным – у специалистов в системе «человек – автомат» [Леонтьев, 1961], А. Ц. Пуни и В. В. Васильевой – у спортсменов [Пуни, 1949; Васильева, 1953]; К. К. Платоновым – у летчиков [Платонов, 1944] и др. Таким образом, первичным материалом для изучения состояний являлись феномены, переживаемые человеком в трудовом процессе.

Концептуализация содержания и характеристик психических состояний активно проводилась в рамках психологии труда. Изначально анализ состояний в труде носил описательный характер и был связан с пониманием этих феноменов как эмоционально-волевых [Платонов, 1962], иногда в них отмечалось наличие отношения человека к работе [Левитов, 1963]. Уже после постановки Н. Д. Левитовым проблемы состояний как самостоятельной и отведения им особого места между психическими процессами и свойствами [Левитов, 1964] такие исследования стали носить более операционализированный и дифференцированный характер (прежде всего, широко распространился сам термин «психическое состояние»).

Теоретико-методологическими основами анализа психических состояний в труде сначала являлись физиологические подходы (в частно-

сти, учение об условных рефлексах И. П. Павлова, учение о доминанте А. А. Ухтомского и др.) [Левитов, 1963; Платонов, 1962], далее стали применяться психофизиологические концепции (теория функциональной системы П. К. Анохина) [Козлов, 1978], наконец, развивались системный [Ломов, 1975; Саноян, 1978] и субъектный [Климов, 1988] подходы.

Среди наиболее общих психических состояний в труде выделялись напряженность и утомление, иногда к ним относились эмоциональные феномены (чувства удовлетворенности, уверенности, энтузиазма, растерянности, страха и др.) [Левитов, 1963; Платонов, 1962]. Спустя несколько лет разработки данной проблемы в 1970-е гг. перечень состояний расширился и уточнился: стали изучаться монотонность, апатия, раздражительность, сонливость, пресыщение (ранее некоторые из них входили в напряженность и утомление) [Асеев, 1972]. К основным состояниям, которые свидетельствовали об эффективности и производительности трудовой деятельности представителей различных профессий (при работе на конвейере, обслуживании пультов управления, использовании разных инструментов, стереоскопировании), относили работоспособность [Саноян, 1978].

К концу рассматриваемого периода (вторая половина 1980-х гг.) более выраженным стало описание *личностных особенностей состояний в труде*: было показано, что человек не просто отдает отчет о своих состояниях, но и встраивает их в содержание своего самосознания, что помогает ему эффективнее регулировать собственную деятельность; функциональные состояния человека связывали с его личностными потребностями [Климов, 1988]. Итогом такой системно-субъектной разработки данной проблемы стало положение о том, что отдельные психологические компоненты (в частности, состояния) трудовой деятельности составляют совокупность характеристик человека как субъекта труда, активного преобразователя внешних и внутренних условий деятельности.

К *методам* изучения типичных состояний в труде относили наблюдение, фиксацию различных показателей деятельности (например, производительности, ошибок), измерение психофизиологических параметров, моделирование профессиональных ситуаций, эксперимент, психологические тесты [Левитов, 1963; Платонов, 1962; Саноян, 1978].

Таким образом, динамика изучения психических состояний в труде в целом соответствовала общим подходам к анализу данных феноменов в советской психологии в этот же период [Журавлев, 2024a]: от описательных и структурных принципов анализа состояний авторы переходили к системным и субъектным. Однако рассмотрение психических состояний в труде было недостаточно детальным, что нами связывается с акцентированием внимания авторами на проблемах самого труда и профессиональной деятельности: психические состояния выступали дополнительным феноменом в структуре труда, в отличие от таких основных, как познавательные и эмоциональные процессы, мотивация, самоопределение, профессиональные свойства и др. Целенаправленное исследование состояний специалистами осуществлялось применительно к конкретным видам деятельности.

Исследования психических состояний в различных видах деятельности в советской психологии 1960-х – начала 1990-х гг.

Спортивная деятельность. Тематика психических состояний наиболее актуальна в тех областях, в которых присутствует высокая интенсивность деятельности человека, например, в спорте. Ю. Л. Ханин так характеризовал проблематику стресса в этой сфере: «Как и почему возникает чрезмерное эмоциональное возбуждение у спортсмена задолго до старта или непосредственно перед ним? От чего зависит устойчивость или неустойчивость спортсмена к различным стрессорам? Когда стресс и тревога полезны и когда вредны и для кого именно? Как их измерить? Каковы последствия острого и хронического стресса в условиях тренировок и соревнований? Можно ли управлять стрессом и от чего зависит успешная адаптация к нему? Вот далеко не полный перечень вопросов, которые в равной мере интересуют спортсменов, тренеров, спортивных врачей, педагогов, психологов, руководителей спортивного движения и родителей» [Ханин, 1983, с. 6]. Б. А. Вяткин относил к психологической подготовке к соревнованиям «создание у спортсмена такого психического состояния перед стартом, которое позволяет ему в максимально возможной степени реализовать в данном выступлении все свои потенциальные возможности» [Вяткин, 1974, с. 7].

Развитие спортивной психологии способствовало постановке и решению задач обучения спортсменов регуляции своего состояния: осуществлялось обеспечение общей психологической

и волевой подготовки, повышение психической готовности к соревнованию, диагностика эмоциональных состояний, разработка психологии соревнования, выявление индивидуальных различий в эмоциональном реагировании, определение психической надежности и др. [Ханин, 1983].

Концептуальными основами изучения спортивных состояний выступали как общие подходы к исследованию стресса (У. Кеннона, Г. Селье, И. П. Павлова, Л. А. Орбели и др.) и напряженности в деятельности (К. К. Платонова, В. Л. Марищука, Н. И. Наенко и др.), так и специальные подходы в спортивной психологии (А. Ц. Пуни, П. А. Рудика и др.) [Ханин, 1983]. Кроме особенностей функционирования стресса как родового понятия для этого научного направления, при изучении спортивных состояний специалисты учитывали специфику спортивной деятельности – содержание различных видов спорта, а также условия организации тренировок и соревнований.

Среди основных критериев *классификации* состояний выделялась их зависимость от периода спортивной деятельности: тренировочного, предстартового, соревновательного, восстановительного [Кассиль, 1983]; например, в качестве предстартовых описывались боевая готовность, предстартовая лихорадка и стартовая апатия [Вяткин, 1974]. Еще одним важным основанием для выделения состояний была отнесенность проявлений стресса и тревоги к различным спортивным условиям: на тренировке спортсмен переживает напряжение, а на соревновании – ответственность [Мильман, 1983]. Описывались также другие состояния: биологический и психический стресс [Ханин, 1983]; психическая готовность [Пуни, 1969], страх и испуг [Ильин, 1973]; неврозоподобные состояния («стартовая несобранность», «тревожное ожидание», «пресыщение», «протест») [Гиссен, 1974] и др. Значимой особенностью спортивных психических состояний являлось то, что они были свойственны не только спортсменам, но и тренерам, что выступает дополнительным условием поведения соревнующихся [Вяткин, 1974].

В качестве *факторов* протекания и переживания психических состояний в спорте авторы выделяли: механические, физические и химические [Марищук, 1983]; объективные (трудность задания) [Вяткин, 1983]; физиологические или нейропсиходинамические (особенности гуморально-гормональной активности организма, темперамент) [Кассиль, 1983], психологические

(величину потребности в достижении цели, мотивацию, субъективную оценку вероятности достижения цели, антиципацию угрозы) [Мильман, 1983]; стрессоры внутренней и внешней неопределенности, внутренней и внешней значимости [Мильман, 1983]; социально-психологические [Вяткин, 1983]. Показательным являлся всесторонний и многоуровневый анализ детерминации состояний в спорте.

Отмечались также *личностные характеристики* функционирования спортивных психических состояний: выделялись общие и специальные свойства личности, а также индивидуальный стиль соревновательной деятельности [Мильман, 1983]. Кроме того, описывались особые личностные свойства, проявляющиеся при переживании спортивных психических состояний: соревновательная эмоциональная устойчивость, спортивная саморегуляция, соревновательная мотивация, стабильность/помехоустойчивость [Мильман, 1983]. Психические состояния в спорте рассматривались не только как связанные сличностными качествами, но и содержащие их в себе: например, психическую готовность к соревнованиям определяли как совокупность уверенности в себе, стремления бороться до конца, помехоустойчивости, способности управлять своим поведением, целеустремленности, самообладания, наблюдательности, творческого воображения и др. [Пуни, 1969]. Наконец, в качестве личностной характеристики протекания спортивного стресса отмечалось соотношение мотивационных свойств спортсмена – эмоционального возбуждения и волевого самоконтроля, мотивации к достижению успеха и избеганию неудачи, тревожности и агрессивности и др. [Калинин, 1975].

К *методам* изучения и диагностики психических состояний относили наблюдение за внешними эмоциональными проявлениями, измерение вегетативных индикаторов эмоционального возбуждения, психологические тесты и опросники, фиксацию самооценки спортсменом собственного эмоционального состояния, учет результатов спортивной деятельности [Киселев, 1974]. При определении спортивных состояний использовались как объективные, так и субъективные психологические инструменты.

Проблематика спортивных состояний выступала одной из ключевых в спортивной психологии, так как профессионально важными качествами спортсмена определялись такие процессы и свойства, которые, в первую очередь, участвуют в регуляции стресса и других сопутствующих

этой деятельности феноменов. Вероятно, изучение состояний в 1960-е – начале 1990-х гг. структурно находилось в центре спортивной психологии и способствовало развитию всей отрасли.

Учебная и педагогическая деятельность. В сфере образования активность человека подразделяется на учебную и педагогическую. Постановка проблемы состояний в этой области была обусловлена их ролью в формировании личности учащихся. «В контексте проблем обучения – приобретения общеобразовательных знаний, навыков и умений у школьников, профессиональной подготовки, познания и формирования профессионально значимых черт личности у студентов и т. д. – основным стал вопрос о том, какие психические состояния способствуют их решению. Разработка этого вопроса невозможна без знания типичных состояний, возникающих и сопровождающих процесс обучения, их длительности и возрастных особенностей» [Прохоров, 1991а, с. 48].

Теоретико-методологическими подходами в этом векторе исследования состояний являлись концепции ведущих представителей психологии состояний – В. А. Ганзена, Л. Г. Дикой, Е. П. Ильина, Н. Д. Левитова, А. Б. Леоновой, Т. А. Немчина и др. [Прохоров, 1991б], а также деятельностные, комплексные и системные идеи (Б. Г. Ананьев, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, С. Л. Рубинштейн) [Дьяченко, 1978]. Истоки разработки данной проблемы в образовании находились внутри психологической науки.

При *классификации состояний у учащихся* предлагались различные критерии: по простоте/сложности – моно- и полисостояния; по ведущему компоненту деятельности – познавательные (интерес, скука), эмоциональные (вариации настроения, радость, веселость), коммуникативные (связанные с отношениями личности – доброта, доверие, открытость, сочувствие), нравственные (совесть, долг), волевые (леность, терпение), психофизиологические (бодрость, сонливость, усталость); по длительности – оперативные (длящиеся секунды–минуты), текущие (час–день), длительные (неделя–месяц) и сверхдлительные (год и более) [Прохоров, 1991а]; экзаменационный стресс, собранность, готовность, подавленность, рассеянность [Дьяченко, 1978]. При этом выделялась специфика для разных групп учащихся: для школьников характерны более эмоциональные состояния (страх, печаль, скука, вариации настроения, сонливость, апатия), а для студентов – более познавательные (задумчивость,

любопытство, азарт) и коммуникативные (молчание, доброта/отзывчивость) [Прохоров, 1991а].

Другим важным вектором исследований являлась *психология деятельности педагогов*. К типичным педагогическим состояниям относили эмоциональную возбудимость, спокойную уравновешенность, эмоциональную живость, деловую сосредоточенность, увлеченность содержанием работы, чрезмерную общительность, раздражительность и др. [Страхов, 1966]; эмоциональное напряжение [Агеев, 1986]. По ведущему компоненту деятельности у этих специалистов выделялись познавательные (азарт, вдохновение), эмоциональные (агрессия, обида, волнение, беспокойство), волевые (ответственность), психофизиологические (бодрость, усталость), коммуникативные (сочувствие, совесть) состояния, причем отмечалось, что доминируют у них именно отрицательно окрашенные [Прохоров, 1991а]. В качестве характерной особенности состояний у учащихся и педагогов определялась их ориентированность на личность участника образовательного процесса и встроенность в межличностное взаимодействие.

Среди *факторов* учебных состояний описывались возраст, характер деятельности, уровень образования, вовлечение в профессиональное развитие, сложность осваиваемого материала, особенности взаимодействия с учителем и сверстниками, учебная ситуация, образ жизни [Прохоров, 1991а], трудные ситуации (экзамен), повышенная умственная и волевая нагрузка [Дьяченко, 1978]. Причинами возникновения состояний у педагогов обозначались учебная дисциплина, изложение нового материала, особенности учебного процесса, взаимодействие с учениками, трудные учебные ситуации [Страхов, 1966].

Личностная детерминация состояний в учебной и педагогической деятельности описывалась через их пространственно-структурную организацию. По мнению А. О. Прохорова, психические состояния функционируют под влиянием включенности «разных подсистем целостной личности, организованных как по вертикали (иерархически), так и по горизонтали (в рамках определенной подсистемы)» [Прохоров, 1991а, с. 53]. Так, например, более длительные состояния (связанные с отношениями личности и ее направленностью) обусловлены более сложной структурой (разнообразием) и пространственной организацией (глубиной) личностных свойств. «В целостном отражении ситуации жизнедеятельности в контексте образа жизни участвуют все слои отраже-

ния, но “включенность” каждого слоя психических состояний зависит от особенностей ситуации, в которой оказывается субъект, ее содержания и личностного смысла (системообразующего фактора), позволяющего выделяться значимым составляющим в ситуации и активизироваться соответствующему слою (группе) состояний» [Прохоров, 1991а, с. 53]. У учащихся и педагогов состояния взаимодействуют с более глубинными структурами личности и связаны со смысловым содержанием осуществляемой деятельности.

Среди *методов* диагностики состояний учащихся и педагогов использовались преимущественно наблюдение и психологические опросники [Прохоров, 1991а; Страхов, 1966]; при изучении напряжения и стресса измерялись некоторые психофизиологические показатели [Дьяченко, 1978].

Учебные и педагогические состояния изучались в основном с психологической точки зрения, без активного обращения к психофизиологическим и поведенческим феноменам. При этом структурно-системная разработка состояний в образовании была на достаточно высоком уровне, так как исследователи осуществляли всесторонний анализ учебной и педагогической деятельности, рассматривали индивидуально-личностные и межличностные особенности их поведения, а также взаимодействие учащихся и педагогов.

Военная деятельность. В боевых условиях человек сталкивается с экстремальными и трудными ситуациями, в которых он вынужден осуществлять профессиональную военную деятельность. Г. А. Броневицкий так охарактеризовал проблему состояний в военной сфере: соответствие активного (бодрого) внутреннего состояния и смелого (мужественного) внешнего поведения является наиболее благоприятным условием для успешных боевых действий [Броневицкий, 1984].

Концептуальной базой исследования военных состояний являлись физиологические и психофизиологические концепции высшей нервной деятельности (И. М. Сеченова, И. П. Павлова), подходы в области психологии труда (С. Г. Геллерштейна, К. К. Платонова), военно- и авиационно-психологические работы (Г. Е. Шумкова, А. Д. Архангельского) и др. Как и в спорте, в военной психологии развивалась концепция готовности специалиста к труду, согласно которой успешность деятельности была связана с предварительным состоянием человека [Броневицкий, 1984; Марищук, 1969].

Среди *видов состояний* у военных выделялись многие типичные для других сфер деятельности, однако к специфическим относились: собственно боевая и непосредственная готовность, патриотический и трудовой подъем, оптимизм, бдительность, сосредоточенность, работоспособность, недовольство, хандра, тоска, скука, безразличие, равнодушие, рассеянность (на примере военных моряков, вахтенных специалистов) [Броневицкий, 1984]; нарушение пространственной ориентировки, иллюзии [Грабчак, 1972]; эмоциональная неустойчивость/напряженность [Марищук, 1969]; тревожность [Никифоров, 1981]; напряжение/разрядка, успокоение/возбуждение (перед боем, во время учений и др.), тревога, активное и бодрое состояние [Феденко, 1963]. Кроме того, проявление и содержание некоторых психических состояний (бодрости и оптимизма) у военных описывалось в связи с разными периодами деятельности (например, плавания) [Броневицкий, 1984] и с учетом индивидуальных особенностей человека (например, тормозная, импульсивная, генерализованная формы напряженности) [Марищук, 1969].

Факторами военных психических состояний обозначались характер деятельности, опыт службы, обстановка, время суток, монотонность работы, длительность службы, физическая усталость, утомление, психологическая напряженность в коллективе, социальная дисциплина [Броневицкий, 1984]; общественная значимость цели деятельности (полета, плавания), аварийные ситуации, опасность компонентов деятельности (например, в полете – времени, скорости, нагрузки, дезориентации) и др. [Грабчак, 1972]; навигационная и пилотажная информация, дефицит времени, шум и др. [Никифоров, 1981]. Важно отметить, что среди рассматривавшихся причин выделялись социальные и технические, которые подчеркивали специфику военной деятельности – преследование социальных целей и решение технических задач.

Среди *личностных детерминант* выделялись индивидуальные особенности личности, сформированность военных качеств, дидактогении, чрезмерное чувство ответственности [Марищук, 1969]; волевые качества, развитие чувствительности, влияние морально-психологической и политической подготовки на возникновение и функционирование состояний [Броневицкий, 1984; Феденко, 1963]. Кроме того, отмечалось, что состояние готовности может трансформироваться в личностную черту. «У опытных моря-

ков, особенно у офицеров и мичманов, психические состояния готовности и готовность как черта личности находятся в единстве, взаимно обуславливая и дополняя друг друга» [Броневицкий, 1984, с. 28]. Развитие черты готовности (например, к длительным плаваниям, бою, решительным и активным действиям и др.) у моряков связано с осознанием ими своего призвания к данной деятельности и соответствующих мотивов [Броневицкий, 1984; Грабчак, 1972], мировоззрением, моральной и психологической устойчивостью, политической сознательностью, ответственностью [Броневицкий, 1984].

К методам оценки состояний у военных относили физиологические и психофизиологические (определение функционального состояния организма, сенсомоторных реакций, ЧСС, давления, проведение лабораторных исследований (например, «пробы с падением») и др.), профессиональные (выявление показателей качества и надежности работы, скорости выполнения рабочих операций, эффективности деятельности, количества профессиональных ошибок и др.) [Сапов, 1979]; психологические (наблюдение, беседа, эксперимент (например, летный), опросники и проективные методики, анализ речи) [Марищук, 1969; Никифоров, 1981]; моделирующие (обследование на пилотажном тренажере); комплексные (метод обобщения независимых характеристик) [Марищук, 1969]. Предлагалось также рассчитывать интегральную формулу, включающую в себя несколько параметров и свидетельствующую об уровне работоспособности специалиста [Сапов, 1979].

Особенностью анализа психических состояний в военной деятельности являлись нечеткость их дифференциации от других психических явлений (процессов и свойств) и пересечение с неспецифическими повседневными состояниями человека. Кроме того, особое значение в регуляции и функционировании военных состояний придавалось специалистами морально-политической подготовке, что свидетельствовало о связи данного вектора исследований с непсихологическими дисциплинами. С одной стороны, это демонстрировало междисциплинарность военной психологии, с другой – вероятность замещения собственно психологических категорий социальными и политическими.

Операторская деятельность. Одной из наиболее разработанных сфер изучения психических состояний была операторская деятельность. Это было обусловлено активным развитием ин-

женерной психологии в 1960–1970-е гг. в СССР. Многие феномены и проблемы психологической науки анализировались в связи с инженерной и технической спецификой деятельности человека; к таким вопросам относилась и тема психических состояний. Б. Ф. Ломов и А. И. Прохоров обозначили важность изучения состояний человека-оператора следующим образом: общепризнано, что надежность и эффективность сложных систем в значительной мере определяется надежностью и эффективностью деятельности их центрального звена: человека-оператора. В свою очередь надежность и эффективность деятельности человека-оператора является функцией его состояния [Ломов, 1967]. Новым для рассматриваемого периода было также выделение специфических психологических феноменов в системе «человек – машина», что способствовало постановке оригинальных проблем психологической науки.

Среди *концептуальных основ* изучения состояний в операторской деятельности авторами выделялись: теория активации (В. Блока и др.), теория функциональных систем П. К. Анохина [Чайнова, 1986]; информационная теория эмоций П. В. Симонова [Лукьянов, 1969]; системный подход, анализирующий состояния с разных сторон, на различных уровнях, в динамике и др. [Забродин, 1983; Ломов, 1975]; системно-структурный и системно-функциональный подходы к изучению психологических процессов регулирования и управлению деятельностью оператора [Дикая, 1985]; деятельностный подход, в частности принцип отношений между биологическим, психологическим и социальными уровнями жизнедеятельности, сформулированный А. Н. Леонтьевым [Завалова, 1983; Мазилев, 2024].

Предлагался широкий спектр *классификаций* состояний: стресс (напряженность), утомление, эмоциональные состояния [Забродин, 1983]; выводящие человека из процесса деятельности (сон, утомление, потеря сознания) и усложняющие его (эмоциональное напряжение, отвлечение внимания) [Лукьянов, 1969]; функциональные (оперативный покой, работоспособность, состояния адекватной мобилизации и динамического рассогласования) и эмоциональные (стресс) [Медведев, 1970]; функциональный комфорт и дискомфорт [Чайнова, 1986]; активное и диффузное бодрствование, дремота [Волков, 1973]; трудные состояния (в экстремальных условиях), деформация состояний [Дикая, 1985]; состояния в особых условиях деятельности – навязчивости

мотива, нарушения сознания, внешней (с помощью фармакологического препарата или психологической установки) активизации или торможения состояний работоспособности и др. [Завалова, 1983]. Классификации состояний в операторской деятельности отличались высоким уровнем дифференциации и специализации, что и позволяло считать инженерную психологию одной из ведущих отраслей, участвовавших в разработке проблемы состояний.

Возникновение и функционирование состояний в операторской деятельности описывалось с помощью следующих *детерминант*: физических характеристик воздействующих факторов, физической нагрузки, микроклимата (физических и температурных условий деятельности), работы техники, нарушения режима труда и отдыха, информационной структуры сигналов, тренированности специалиста, сложности деятельности [Медведев, 1970]; совместной работы нервной системы и познавательных процессов [Лукьянов, 1969]; состояния активации организма, физических, химических, биологических, психологических и социальных воздействий [Забродин, 1983]; экстремальных и особых условий деятельности [Дикая, 1985]; угроз безопасности [Леонтьев, 1968]. Специфическим для изучения данных феноменов в операторской деятельности являлось их выведение из состояний другого уровня – относящихся к организму, таким образом, выявлялся континуум физиологических, психофизиологических и психических состояний человека-оператора.

Личностная детерминация психических состояний человека-оператора связывалась авторами с эмоциональной устойчивостью специалиста, значением работы для него, личностными установками [Медведев, 1970]; отношением субъекта к решаемой задаче и активизацией его потребностно-мотивационной сферы [Завалова, 1983]. Особенности влияния личностных факторов на состояния были описаны Н. Д. Заваловой и В. А. Пономаренко следующим образом: «измененные психические состояния вызывают нарушения осознания ситуации вначале на операционном уровне, затем на оценочном уровне значимости и, наконец, на смысловом уровне; изменение психического состояния проявляется в виде смены субъективного отношения к отражаемой ситуации, или смены мотивов по отношению к решаемой задаче; психическая активация сама по себе может ослабить профессиональное умение в процессе выполнения действия

из-за придания отдельному психическому процессу доминирующего свойства в регуляции поведения» [Завалова, 1983, с. 104]. Таким образом, психические состояния и личностные свойства могут меняться местами и функциями, детерминируя друг друга и вызывая значительные изменения в деятельности оператора.

Особой *методической* проблемой в изучении состояний человека-оператора являлась постановка задачи *слежения* за ними и их *контроля*; было введено понятие «сигналов состояния», по которым можно судить о деятельности и переживаниях специалиста [Волков, 1973; Ломов, 1967; Лукьянов, 1969]. Показатели состояний предлагалось фиксировать с помощью проведения ЭЭГ, КГР и ЭКГ, измерения дыхания и различных рефлексов, анализа крови, определения интонационной окраски речи и др. [Лукьянов, 1969]; измерения электроокулограммы и электромиограммы [Чайнова, 1986]; моделирования условий и содержания деятельности и состояний оператора [Волков, 1973; Дикая, 1987]; применения психометрических тестов [Дикая, 1987]. Методами изучения состояний оператора были преимущественно психофизиологические.

Анализ психических состояний в операторской деятельности отличался большим разнообразием рассматриваемых аспектов данной проблемы и феноменов, что объяснялось востребованностью подобных исследований. В описываемых характеристиках состояний доминировали физиологические и когнитивные компоненты, что соответствовало основным направлениям активности человека-оператора – поддержания оптимальной работоспособности и обработки информации.

Космическая деятельность. Частным вектором изучения операторской деятельности являлся анализ психических состояний в процессе космического полета или во время тренировок у космонавтов. Так как вышеизложенное во многом характерно и для операторов-космонавтов, то здесь мы кратко представим наиболее специфические особенности психических состояний этих специалистов. Важной характеристикой космической деятельности является ее осуществление в экстремальных и трудных условиях, среди которых особое внимание исследователей привлекала работа с нарушением режима труда и отдыха – при длительном лишении сна, в режиме непрерывной деятельности и др.

К *специфическим видам состояний* авторы относили утомление [Баевский, 1969]; трудные со-

стояния рассогласования образа и результата действия, несоответствия схемы тела и площади опоры, изоляции, которые выражались в виде растерянности, чувства неустойчивости, ложных восприятий, насильственной тяги, падения, пространственной напряженности [Горбов, 1966]; эмоциональный стресс [Замалетдинов, 1979; Симонов, 1975]; обусловленные крайними сдвигами в фазах рабочей активности (доминантные состояния, преждевременная психическая демобилизация), вызванные непосредственным действием неблагоприятных факторов (дремота, психическая оглушенность, эйфория, пароксизмы дифференцировки), вызванные фиксированными неблагоприятными реакциями оператора на ранее перенесенные неблагоприятные воздействия (боязнь, неадекватные фиксированные реакции) [Грибак, 1981]. Большинство выделяемых состояний было связано с условиями осуществления полета – изменением пространственной ориентации, повышенной нагрузкой, изменением ведущей модальности обработки информации и др.

Значимыми *факторами* состояний операторов-космонавтов признавались непрерывность деятельности, обязательный/принудительный порядок работы, дефицит времени, «надставленность» функций (отсутствие возможности видеть результат своей деятельности), постуральный фактор (изменение давления на площадь опоры, изменение положения площади опоры, утрата площади опоры), измененная ориентация, гиподинамия (расхождение между потребностью в двигательной активности и условиями, которые этому препятствуют), монотонность, групповой фактор [Горбов, 1966]; изменение гравитации, превышение физической нагрузки и выполнение длительной задачи [Баевский, 1969; Дикая, 1987]; условия неопределенности, новизны и необходимости альтернативных решений, информационное (сенсорное) голодание [Симонов, 1975]; нарушения равновесия между основными нервными процессами или отдельными компонентами психики оператора в сложной ситуации [Грибак, 1981] и др. В качестве *личностных факторов* возникновения психических состояний у космонавта описывались мотивация (ответственности за успех, жажда познания, стремление к достижению поставленных целей, заботы о безопасности экипажа и др.) [Горбов, 1966; Замалетдинов, 1979; Симонов, 1975]. Среди факторов ведущими признавались физиологические и информационные, которые, как выше было от-

мечено, соответствовали основным концептуальным разработкам в инженерной психологии.

Среди дополнительных *методов* контроля и диагностики психических состояний в космической деятельности авторы выделяли проективные тесты (например, ТАТ) [Замалетдинов, 1970], сопоставление результатов психологических методик с объективными показателями психофизиологических измерений [Баевский, 1969; Береговой, 1974; Симонов, 1975].

Вектор космической психологии отличался еще большей дифференциацией психических состояний в связи с действием специфических факторов. Как и в спортивной деятельности, в работе оператора-космонавта состояния являются центральным компонентом, с учетом которого организуется все поведение специалистов и на регуляцию которого направлена основная их психологическая подготовка.

Заключение

Проведенный историко-психологический анализ публикаций советских авторов, посвященных проблемам психических состояний в разных видах деятельности, свидетельствует о высокой значимости данного феномена для специалистов различных отраслей психологии. Многие рассмотренные авторами вопросы относились к наиболее общим и во многом отражали фундаментальные разработки в области психологии состояний в целом [Журавлев, 2024а].

Анализ отдельных компонентов психических состояний осуществлялся исследователями следующим образом:

- постановка проблемы состояний в конкретных видах деятельности касалась значимости самих состояний для выполнения соответствующих профессиональных задач, то есть их исследование преследовало, в первую очередь, прикладные цели, а не фундаментальные;
- теоретико-методологические основы изучения состояний во многих сферах были сходными, среди базовых позиций преобладали психофизиологические и системные подходы, а также общие концепции стресса;
- в классификациях рассматриваемых феноменов выделялись как универсальные их виды (стресс, напряжение, утомление, готовность, работоспособность), так и специфические (в зависимости от самой деятельности и воздействующих факторов);
- среди факторов возникновения и функционирования состояний в различных сферах дея-

тельности описывались во многом общие причины (физические, физиологические, внешние, относящиеся к условиям и целям труда), однако наиболее дифференцированная структура детерминант была описана авторами в военной и операторской (космической) деятельности, что связано с большим количеством условий и параметров выполнения соответствующих задач;

- личностные особенности протекания психических состояний были сходными в рассмотренных видах труда, что обусловлено едиными теоретико-методологическими основами советской психологии – системным и субъектным подходами, особенно в публикациях, относившихся к концу 1970-х и 1980-м гг.;

- к методам изучения состояний были отнесены наиболее распространенные в психологии в целом и в конкретных отраслях инструменты и процедуры фиксации показателей психофизиологических явлений, психических процессов и проявлений деятельности, при этом специальным методическим приемом выступало моделирование трудовых ситуаций и соответствующих состояний, с помощью которого можно как изучать эти феномены, так и обучать специалистов их регулировать.

Обозначим также отраслевую специфику разработки проблемы состояний в 1960-е – начале 1990-х гг.:

- важным источником исследования состояний выступала психология труда, представители которой были ориентированы на дифференцированное изучение данных феноменов;

- вектор спортивной психологии состояний отличался опорой на собственные спортивно-психологические концепции и выделением преимущественно эмоциональных состояний;

- состояния в учебной и педагогической деятельности изучались в связи с познавательной, индивидуально-личностной и межличностной спецификой образовательной сферы, что выражалось в виде выделения большого количества смежных с психическими процессами и свойствами состояний;

- военные психические состояния характеризовались личностной и морально-политической ориентацией и связывались с мотивационной и мировоззренческой детерминацией;

- в операторской (космической) деятельности использовалась наиболее широкая совокупность фундаментальных психологических подходов, исследовались функциональные и физиологические характеристики психических состояний,

описывались особые и экстремальные условия труда операторов.

Дополнительно необходимо отметить существовавшие трудности в изучении психических состояний в конкретных видах деятельности. Прежде всего, в некоторых областях исследований (учебной, педагогической, военной) присутствовали категориально-понятийные рассогласования: например, часто состояния описывались терминами, относившимися к психическим процессам (сознания, внимания, эмоций) или свойствам (мотивации, установок, ценностей); то же относилось и к выделенными нами разделам анализа исследований: состояния перечислялись авторами не только как собственно переживаемые человеком феномены, но и как отдельные компоненты деятельности и даже факторы.

Другой важной проблемой данного вектора исследований являлось то, что для разных состояний использовались одинаковые термины: например, состояния стресса и утомления являются сходными в разных видах деятельности, однако их течение специфично в различных условиях труда. Этот вопрос частично решался в спортивной психологии: авторы вводили специальные обозначения – спортивная/боевая готовность, предстартовая лихорадка и др. В других же сферах использовался единый терминологический аппарат, что, с одной стороны, свидетельствовало о единстве направления психологии состояний, с другой – могло создавать ситуации непонимания содержания состояний представителями других областей исследований.

Наконец, отметим теоретико-методологическую проблему: при изучении большинства рассмотренных видов деятельности использовались общенаучные психофизиологические (учение об условных рефлексах, теория функциональной системы) и психологические (системный) подходы, при этом собственные отраслевые концепции применялись наиболее выражено только в спортивной психологии и частично в инженерной (если учесть, что системный подход изначально разрабатывался именно в этой отрасли). С одной стороны, как уже было отмечено выше, такое концептуальное строение психологии состояний подчеркивало ее однородность в советской науке, с другой – сложившиеся принципы исследований препятствовали более широкому распространению проблематики психических состояний в другие психологические отрасли – психологии личности, социальной и возрастной психологии и др. Именно это, по нашему мнению, являлось причиной дифферен-

цированности направления психологии состояний в советский период.

Несмотря на выявленные трудности, понятийно и методологически феномен психических состояний анализировался системно (в виде многоаспектного, многоуровневого, динамического их изучения) в рассмотренных областях психологии, претендовал на роль связующего звена между психическими процессами, свойствами и поведенческими характеристиками человека, осуществляющего различные виды деятельности.

Библиографический список

1. Агеев В. С. Влияние стереотипов на эмоциональное состояние учителя // Эмоциональная регуляция учебной деятельности : тезисы докладов Всесоюзной конференции / отв. ред. А. Я. Чебыкин. Москва ; Одесса, 1986. С. 45.
2. Асеев В. Г. Психическое состояние и функциональные сдвиги в организме работающих при выполнении монотонных трудовых операций // Вопросы психологии труда и личности. Вып. 1. Иркутск : ИГПИ, 1972. С. 3–20.
3. Баевский Р. М. Исследование работоспособности человека-оператора при 64-часовом лишении сна / Р. М. Баевский, Г. А. Березина [и др.] // Космическая биология и авиакосмическая медицина. 1969. № 3. С. 53–61.
4. Береговой Г. Т. К проблеме оценки и прогнозирования качества деятельности оператора по характеристикам его состояния / Г. Т. Береговой, В. Ю. Крылов [и др.] // Вопросы психологии. 1974. № 5. С. 63–70.
5. Броневский Г. А. Управление психическими состояниями моряков в походах. Москва : Воениздат, 1984. 152 с.
6. Васильева В. В. О предстартовом состоянии // Теория и практика физической культуры. 1953. № 8. С. 145–150.
7. Волков В. Г. Экспресс-контроль работоспособности оператора с помощью электронного имитатора слежения / В. Г. Волков, Е. А. Иванов [и др.] // Новые методы и аппаратура для научных исследований в области высшей нервной деятельности и нейрофизиологии / отв. ред. Н. А. Аладжолова. Москва : Наука, 1973. С. 129–135.
8. Вяткин Б. А. Диагностика и регулирование психического состояния спортсмена в соревнованиях. Пермь : ПГПИ, 1974. 59 с.
9. Вяткин Б. А. Темперамент, стресс и успешность деятельности спортсмена в соревнованиях // Стресс и тревога в спорте. Москва : Физкультура и спорт, 1983. С. 56–64.
10. Гиссен Л. Д. Оптимизация состояния спортсменов в ситуациях психического стресса // Психический стресс в спорте : мат. всесоюзного симпозиума. Москва, 1974. С. 43–54.
11. Горбов Ф. Д. Космическая психология // Космическая биология и медицина: Медико-биологические проблемы космических полетов / под ред. В. И. Яздовского. Москва : Наука, 1966. С. 392–400.
12. Грабчак П. Т. Характеристика психофизиологического состояния экипажа в полете. Ленинград : ОЛАГА, 1972. 55 с.
13. Гримак Л. П. Проблемы управления состоянием оператора / Л. П. Гримак, Л. С. Хачатурьянц // Деятельность космонавта в полете и повышение ее эффективности. Москва : Машиностроение, 1981. С. 116–137.
14. Дикая Л. Г. Особенности регуляции функционального состояния оператора в процессе адаптации к особым условиям // Психологические проблемы деятельности в особых условиях / отв. ред. Б. Ф. Ломов, Ю. М. Забродин. Москва : Наука, 1985. С. 63–90.
15. Дикая Л. Г. РНД – как метод моделирования и системного анализа деятельности человека в экстремальных условиях // Функциональные состояния и эффективность деятельности человека-оператора в режиме непрерывной деятельности / отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Н. Занковский. Москва : ИП АН СССР, 1987. С. 5–14.
16. Дьяченко М. И. Психология высшей школы: особенности деятельности студентов и преподавателей вуза / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. Минск : Изд-во БГУ им. В. И. Ленина, 1978. 319 с.
17. Журавлев А. Л. История исследования психических состояний в советской психологии 1960-х – начала 1990-х гг. Часть I. Общие проблемы изучения / А. Л. Журавлев, А. А. Костригин // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2024а. Т. 9. № 2. С. 4–35.
18. Журавлев А. Л. История исследования психических состояний в советской психологии 1960-х – начала 1990-х гг. Часть 2. Стрессовые и функциональные состояния, методы изучения и психодиагностики / А. Л. Журавлев, А. А. Костригин // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2024б. Т. 9. № 3. С. 4–37.
19. Забродин Ю. М. Методологические проблемы исследования и моделирования функциональных состояний человека-оператора // Вопросы кибернетики. Вып. 101. Психические состояния и эффективность деятельности / под ред. Ю. М. Забродина. Москва, 1983. С. 3–21.
20. Завалова Н. Д. Психические состояния человека в особых условиях деятельности / Н. Д. Завалова, В. А. Пономаренко // Психологический журнал. 1983. Т. 4, № 6. С. 92–105.
21. Замалетдинов И. С. О возможности выделения уровней эмоционального стресса по речевым показателям в практике летно-космической деятельности / И. С. Замалетдинов, Н. В. Крылова, С. А. Киселев, Е. В. Труфанова // Психологические проблемы космических полетов / отв. ред. Б. Ф. Ломов, Н. Д. Самсонов. Москва : Наука, 1979. С. 91–101.
22. Ильин Е. П. Состояние страха и испуга как проблема психологии спорта / Е. П. Ильин, Н. Д. Скрыбин // Психический стресс в спорте : мат.

всесоюзного симпозиума / под ред. Б. А. Вяткина. Пермь, 1973. С. 15–16.

23. Калинин Е. А. О некоторых соотношениях особенностей личности как факторах психического стресса // Психический стресс в спорте : мат. второго всесоюзного симпозиума. Вып. 2 / под ред. Б. А. Вяткина. Пермь, 1975. С. 41–42.

24. Карташева М. И. Роль системы «Я» в структуре ментальной регуляции психических состояний в процессе учебной деятельности // Ярославский педагогический вестник. 2022. № 1(124). С. 162–174.

25. Кассиль Г. Н. Оценка состояния и возможностей спортсмена по показателям гуморально-гормональных реакций // Физиология человека. 1983. № 3. С. 381–390.

26. Киселев Ю. Я. Методы исследования стресса в спорте // Психический стресс в спорте : мат. всесоюзного симпозиума. Москва, 1974. С. 6–16.

27. Климов Е. А. Введение в психологию труда. Москва : Изд-во Московского ун-та, 1988. 197 с.

28. Козлов В. Н. Физиология и психология труда. Физиологические механизмы работоспособности и утомления. Конспект лекций. Саратов : СПИ, 1978. 35 с.

29. Левитов Н. Д. К характеристике снижения готовности к работе при нарушении уравновешенности процессов возбуждения и торможения // Вопросы психологии. 1957. № 1. С. 18–27.

30. Левитов Н. Д. Психология труда. Москва : Просвещение, 1963. 339 с.

31. Левитов Н. Д. О психических состояниях человека. Москва : Просвещение, 1964. 344 с.

32. Леонова А. Б. Функциональные состояния человека в трудовой деятельности / А. Б. Леонова, В. И. Медведев. Москва : Изд-во Московского ун-та, 1981. 111 с.

33. Леонтьев А. Н. К вопросу о напряженности, создаваемой дополнительной нагрузкой оператора, работающего в режиме слежения / А. Н. Леонтьев, Р. И. Банкгальтер [и др.] // Проблемы инженерной психологии. Москва 1968. , Вып. 1. Ч. 2. С. 316–322.

34. Леонтьев К. Л. О некоторых задачах исследования системы «человек и автомат» / К. Л. Леонтьев, А. Я. Лернер, Д. А. Ошанин // Вопросы психологии. 1961. № 1. С. 13–22.

35. Ломов Б. Ф. О системном подходе в инженерной психологии // Studia psychologica. 1975. № 2. С. 86–92.

36. Ломов Б. Ф. К вопросу о контроле за состоянием человека-оператора / Б. Ф. Ломов, А. И. Прохоров // Вопросы бионики. Москва : Наука, 1967. С. 249–255.

37. Лукьянов А. Н. Сигналы состояния человека-оператора / А. Н. Лукьянов, М. В. Фролов. Москва : Наука, 1969. 247 с.

38. Мазиллов В. А. Проблемы психологии труда в ярославской психологической школе (60–70 гг. XX в.) / В. А. Мазиллов, Ю. Н. Слепко // Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии / отв. ред. А. А. Грачев [и др.]. Москва : Институт психологии РАН, 2024. С. 85–95.

39. Маришук В. Л. Перераспределение функциональных резервов в организме спортсмена как показатель стресса // Стресс и тревога в спорте. Москва : Физкультура и спорт, 1983. С. 72–87.

40. Маришук В. Л. Напряженность в полете / В. Л. Маришук, К. К. Платонов, Е. Н. Плетнический. Москва : Воениздат, 1969. 117 с.

41. Медведев В. И. Функциональные состояния оператора // Эргономика. Принципы и рекомендации. Т. 1. Москва, 1970. С. 35–48.

42. Мильман В. Э. Стресс и личностные факторы регуляции деятельности // Стресс и тревога в спорте. Москва : Физкультура и спорт, 1983. С. 24–46.

43. Никифоров Г. С. Исследование психического состояния тревожности в процессе профессиональной подготовки летных экипажей / Г. С. Никифоров, С. Р. Демидов // Экспериментальная и прикладная психология. Вып. 10. Психические состояния. Ленинград : Изд-во Ленинградского ун-та, 1981. С. 61–66.

44. Обознов А. А. Психическая регуляция операторской деятельности (в особых условиях рабочей среды). Москва : Институт психологии РАН, 2003. 185 с.

45. Платонов К. К. Классификация степеней переутомления летного состава // Военно-медицинский журнал. 1944. № 7-8. С. 33–36.

46. Платонов К. К. Вопросы психологии труда. Москва : Медгиз, 1962. 219 с.

47. Прохоров А. О. Особенности психических состояний личности в обучении // Психологический журнал. 1991а. Т. 12, № 1. С. 47–54.

48. Прохоров А. О. Теоретические и практические аспекты проблемы психических состояний личности. Самара : Самарский гос. пед. ин-т, 1991б. 113 с.

49. Прохоров А. О. Рефлексия и психические состояния при разных формах учебной деятельности студентов / А. О. Прохоров, А. В. Чернов // Психологический журнал. 2016. Т. 37, № 6. С. 47–55.

50. Пуни А. Ц. К психологической характеристике предстартового состояния спортсмена // Теория и практика физической культуры. 1949. № 7. С. 519–526.

51. Пуни А. Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. Москва : Физкультура и спорт, 1969. 88 с.

52. Распопов П. П. О фазовых состояниях возбуждения мозговой коры в связи с некоторыми индивидуально-психологическими особенностями учащихся // Вопросы психологии. 1958. № 2. С. 23–37.

53. Саноян Г. Г. Создание условий оптимальной работоспособности на производстве (психофизиологический аспект). Москва : Экономика, 1978. 165 с.

54. Сапов И. А. О критериях работоспособности корабельных специалистов / И. А. Сапов, В. С. Щеголев, Г. А. Апанасенко // Военно-медицинский журнал. 1979. № 7. С. 53–56.

55. Симонов П. В. Психофизиологический стресс космического полета // Основы космической биологии. В 2 т. Т. 2. Москва : Наука, 1975. С. 153–172.

56. Сосновикова Ю. Е. Психологическая характеристика безудержного типа и проблема состояний

охранительного торможения у этого типа. Москва, 1959. 175 с.

57. Страхов И. В. Психическое состояние и такт учителя // Вопросы психологии. 1966. № 3. С. 153–164.

58. Феденко Н. Ф. Лекции по военной психологии. Москва : Полит. упр. погранвойск КГБ при Совете Министров СССР, 1963. 219 с.

59. Ханин Ю. Л. Проблемы психического стресса и тревоги в спорте (вместо введения) // Стресс и тревога в спорте. Москва : Физкультура и спорт, 1983. С. 6–11.

60. Чайнова Л. Д. Напряженность как ведущее функциональное состояние работающего человека // Проблемы системного исследования состояния напряженности человека. Тр. ВНИИТЭ. Сер. Эргономика. Вып. 32. Москва : ВНИИТЭ, 1986. С. 8–19.

61. Якимович Н. В. Неблагоприятные психические состояния у пилотов в полете как причина авиационных катастроф // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2019. Т. 4. № 1. С. 131–153.

Reference list

1. Ageev V. S. Vlijanie stereotipov na jemocional'noe sostojanie uchitelja = Impact of stereotypes on teacher's emotional state // Jemocional'naja reguljacija uchebnoj dejatel'nosti: tezisy dokladov Vsesojuznoj konferencii / otv. red. A. Ja. Chebykin. Moskva ; Odessa, 1986. S. 45.

2. Aseev V. G. Psihicheskoe sostojanie i funkcion-al'nye sdvigi v organizme rabotajushhih pri vypolnenii monotonnyh trudovyh operacij = Mental state and functional shifts in the body of workers during monotonous labor operations // Voprosy psihologii truda i lichnosti. Vyp. 1. Irkutsk : IGPI, 1972. S. 3–20.

3. Baevskij R. M. Issledovanie rabotosposobnosti cheloveka-operatora pri 64-chasovom lishenii sna = Human operator performance study for 64-hour sleep deprivation / R. M. Baevskij, G. A. Berezina [i. dr.] // Kosmicheskaja biologija i aviakosmicheskaja medicina. 1969. № 3. S. 53–61.

4. Beregovoj G. T. K probleme ocenki i prognozirovaniya kachestva dejatel'nosti operatora po harakteristikam ego sostojanija = To the problem of assessing and predicting the quality of the operator's activity by the characteristics of his condition / G. T. Begovoj, V. Ju. Krylov [i. dr.] // Voprosy psihologii. 1974. № 5. S. 63–70.

5. Bronevickij G. A. Upravlenie psihicheskimi sostojanijami morjakov v pohodah = Managing seafarers' mental states on camping trips. Moskva : Voenizdat, 1984. 152 s.

6. Vasil'eva V. V. O predstartovom sostojanii = About the pre-start state // Teorija i praktika fizicheskoj kul'tury. 1953. № 8. S. 145–150.

7. Volkov V. G. Jekspress-kontrol' rabotosposobnosti operatora s pomoshh'ju jelektronного imitatora slezhenija = Express monitoring of operator's working capacity using electronic tracking simulator / V. G. Volkov, E. A. Ivanov [i. dr.] // Novye metody i apparatura dlja nauchnyh issledovanij v oblasti vysshej nervnoj de-

tel'nosti i nejrofiziologii / otv. red. N. A. Aladzhhalova. Moskva : Nauka, 1973. S. 129–135.

8. Vjatkin B. A. Diagnostika i regulirovanie psihicheskogo sostojanija sportsmena v sorevnovanijah = Diagnosis and regulation of an athlete's mental state in competition. Perm' : PGPI, 1974. 59 s.

9. Vjatkin B. A. Temperament, stress i uspeshnost' dejatel'nosti sportsmena v sorevnovanijah = Temperament, stress and success of the athlete in competitions // Stress i trevoga v sporte. Moskva : Fizkul'tura i sport, 1983. S. 56–64.

10. Gissen L. D. Optimizacija sostojanija sportsmenov v situacijah psihicheskogo stressa = Optimizing the condition of athletes in situations of mental stress // Psihicheskij stress v sporte : mat. vsesojuznogo simpoziuma. Moskva, 1974. S. 43–54.

11. Gorbov F. D. Kosmicheskaja psihologija = Space psychology // Kosmicheskaja biologija i medicina: Mediko-biologicheskie problemy kosmicheskikh poletov / pod red. V. I. Jazdovskogo. Moskva : Nauka, 1966. S. 392–400.

12. Grabchak P. T. Harakteristika psihofiziologicheskogo sostojanija jekipazha v polete = Characteristics of psychophysiological state of the crew in flight. Lenin-grad, 1972. 55 s.

13. Grimak L. P. Problemy upravlenija sostojaniem operatora = Operator status management issues / L. P. Grimak, L. S. Hachatur'janc // Dejatel'nost' kosmonavta v polete i povysenie ee jeffektivnosti. Moskva : Mashinostroenie, 1981. S. 116–137.

14. Dikaja L. G. Osobennosti reguljicii funkcion-al'nogo sostojanija operatora v processe adaptacii k osobym uslovijam = Peculiarities of operator's functional state regulation in the process of adaptation to special conditions // Psihologicheskie problemy dejatel'nosti v osobyh uslovijah / otv. red. B. F. Lomov, Ju. M. Zabrodin. Moskva : Nauka, 1985. S. 63–90.

15. Dikaja L. G. RND – kak metod modelirovaniya i sistemnogo analiza dejatel'nosti cheloveka v jekstremal'nyh uslovijah = RND – as a method of modeling and system analysis of human activities in extreme conditions // Funkcional'nye sostojanija i jeffektivnost' dejatel'nosti cheloveka-operatora v rezhime nepreryvnoj dejatel'nosti / otv. red. L. G. Dikaja, A. N. Zankovskij. Moskva : IP AN SSSR, 1987. S. 5–14.

16. D'jachenko M. I. Psihologija vysshej shkoly: osobennosti dejatel'nosti studentov i prepodavatelej vuza = Psychology of higher education: peculiarities of the activities of students and teachers of the university / M. I. D'jachenko, L. A. Kandybovich. Minsk : Izd-vo BGU im. V. I. Lenina, 1978. 319 s.

17. Zhuravlev A. L. Istorija issledovanija psihicheskikh sostojanij v sovetskoj psihologii 1960-h – nachala 1990-h gg. Chast' I. Obshhie problemy izuchenija = The history of the study of mental states in Soviet psychology of the 1960-s – early 1990-s. Part I. General problems of study / A. L. Zhuravlev, A. A. Kostrigin // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaja psihologija i psihologija truda. 2024a. T. 9. № 2. S. 4–35.

18. Zhuravlev A. L. Istorija issledovaniya psichicheskikh sostojanij v sovetskoj psihologii 1960-h–nachala 1990-h gg. Chast' 2. Stressovye i funkcional'nye sostojanija, metody izuchenija i psihodiagnostiki = The history of the study of mental states in Soviet psychology of the 1960-s and early 1990-s. Part 2. Stress and functional states, methods of study and psychodiagnosics / A. L. Zhuravlev, A. A. Kostigin // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaja psihologija i psihologija truda. 2024b. T. 9. № 3. S. 4–37.
19. Zabrodin Ju. M. Metodologicheskie problemy issledovaniya i modelirovaniya funkcional'nyh sostojanij cheloveka-operatora = Methodological problems of research and modeling of human operator functional states // Voprosy kibernetiki. Vyp. 101. Psichicheskie sostojanija i jeffektivnost' dejatel'nosti / pod red. Ju. M. Zabrodina. Moskva, 1983. S. 3–21.
20. Zavalova N. D. Psichicheskie sostojanija cheloveka v osobyh uslovijah dejatel'nosti = Mental states of a person in special conditions of activity / N. D. Zavalova, V. A. Ponomarenko // Psihologicheskij zhurnal. 1983. T. 4, № 6. S. 92–105.
21. Zamaletdinov I. S. O vozmozhnosti vydelenija urovnej jemocional'nogo stressa po rechevym pokazateljam v praktike letno-kosmicheskoy dejatel'nosti = On the possibility of highlighting the levels of emotional stress by speech indicators in the practice of space flight activity / I. S. Zamaletdinov, N. V. Krylova, S. A. Kiselev, E. V. Trufanova // Psihologicheskie problemy kosmicheskikh poletov / otv. red. B. F. Lomov, N. D. Samsonov. Moskva : Nauka, 1979. S. 91–101.
22. Il'in E. P. Sostojanie straha i ispuga kak problema psihologii sporta = A state of fear and fright as a problem of sports psychology / E. P. Il'in, N. D. Skrjabin // Psichicheskij stress v sporte : mat. vsesojuznogo simpoziuma / pod red. B. A. Vjatkina. Perm', 1973. S. 15–16.
23. Kalinin E. A. O nekotoryh sootnoshenijah osobennostej lichnosti kak faktorah psichicheskogo stressa = On some personality trait ratios as mental stress factors // Psichicheskij stress v sporte : mat. vtorogo vsesojuznogo simpoziuma. Vyp. 2 / pod red. B. A. Vjatkina. Perm', 1975. S. 41–42.
24. Kartasheva M. I. Rol' sistemy «Ja» v strukture mental'noj reguljacii psichicheskikh sostojanij v processe uchebnoj dejatel'nosti = The role of the «Self» system in the structure of mental regulation of mental states in the process of educational activity // Jaroslavskij pedagogicheskij vestnik. 2022. № 1(124). S. 162–174.
25. Kassil' G. N. Ocenka sostojanija i vozmozhnostej sportsmena po pokazateljam gumoral'no-gormonal'nyh reakcij = Assessing the athlete's condition and capabilities by indicators of humoral and hormonal reactions // Fiziologija cheloveka. 1983. № 3. S. 381–390.
26. Kiselev Ju. Ja. Metody issledovaniya stressa v sporte = Methods for investigating stress in sports // Psichicheskij stress v sporte : mat. vsesojuznogo simpoziuma. Moskva, 1974. S. 6–16.
27. Klimov E. A. Vvedenie v psihologiju truda = Introduction to labor psychology. Moskva : Izd-vo Moskovskogo un-teta, 1988. 197 s.
28. Kozlov V. N. Fiziologija i psihologija truda. Fiziologicheskie mehanizmy rabotosposobnosti i utomlenija. Konspekt lekcij = Physiology and psychology of labor. Physiological mechanisms of performance and fatigue. Lecture summary. Saratov : SPI, 1978. 35 s.
29. Levitov N. D. K karakteristike snizhenija gotovnosti k rabote pri narushenii uravnoveshennosti processov vozbuzhdenija i tormozhenija = To characteristics of reduced readiness for operation in case of disbalancing excitation and braking processes // Voprosy psihologii. 1957. № 1. S. 18–27.
30. Levitov N. D. Psihologija truda = Labor psychology. Moskva : Prosveshhenie, 1963. 339 s.
31. Levitov N. D. O psichicheskikh sostojanijah cheloveka = About human mental states. Moskva : Prosveshhenie, 1964. 344 s.
32. Leonova A. B. Funkcional'nye sostojanija cheloveka v trudovoj dejatel'nosti = Functional states of a person in labor activity / A. B. Leonova, V. I. Medvedev. Moskva : Izd-vo Moskovskogo un-teta, 1981. 111 s.
33. Leont'ev A. N. K voprosu o naprjazhennosti, sozdavaemoj dopolnitel'noj zagruzkoj operatora, rabotajushhego v rezhime slezhenija = On the issue of the tension created by the additional load of the operator working in tracking mode / A. N. Leont'ev, R. I. Bankgal'ter [i dr.] // Problemy inzhenernoj psihologii. Moskva 1968. , Vyp. 1. Ch. 2. S. 316–322.
34. Leont'ev K. L. O nekotoryh zadachah issledovaniya sistemy «chelovek i avtomat» = About some tasks of studying the system «man and machine» / K. L. Leont'ev, A. Ja. Lerner, D. A. Oshanin // Voprosy psihologii. 1961. № 1. S. 13–22.
35. Lomov B. F. O sistemnom podhode v inzhenernoj psihologii = On a system approach in engineering psychology // Studia psychologica. 1975. № 2. S. 86–92.
36. Lomov B. F. K voprosu o kontrole za sostojaniem cheloveka-operatora = On the issue of monitoring the state of the human operator / B. F. Lomov, A. I. Prohorov // Voprosy bioniki. Moskva : Nauka, 1967. S. 249–255.
37. Luk'janov A. N. Signaly sostojanija cheloveka-operatora = Human operator status signals / A. N. Luk'janov, M. V. Frolov. Moskva : Nauka, 1969. 247 s.
38. Mazilov V. A. Problemy psihologii truda v jaroslavskoj psihologicheskoy shkole (60–70 gg. XX v.) = Problems of labor psychology in the Yaroslavl psychological school (60–70 years of the XX century) / V. A. Mazilov, Ju. N. Slepko // Sovremennoe sostojanie i perspektivy razvitija psihologii truda i organizacionnoj psihologii / otv. red. A. A. Grachev [i dr.]. Moskva : Institut psihologii RAN, 2024. S. 85–95.
39. Marishhuk V. L. Pereraspredelenie funkcional'nyh rezervov v organizme sportsmena kak pokazatel' stressa = Redistributing functional reserves in the athlete's body as an indicator of stress // Stress i trevoga v sporte. Moskva : Fizkul'tura i sport, 1983. S. 72–87.
40. Marishhuk V. L. Naprjazhennost' v polete = Flight tensions / V. L. Marishhuk, K. K. Platonov, E. N. Pletnickij. Moskva : Voenizdat, 1969. 117 s.

41. Medvedev V. I. Funkcional'nye sostojanija operatora = Operator functional states // Jergonomika. Principy i rekomendacii. T. 1. Moskva, 1970. S. 35–48.
42. Mil'man V. Je. Stress i lichnostnye faktory reguljacii dejatel'nosti = Stress and personal factors of activity regulation // Stress i trevoga v sporte. Moskva : Fizkul'tura i sport, 1983. S. 24–46.
43. Nikiforov G. S. Issledovanie psihicheskogo sostojanija trevozhnosti v processe professional'noj podgotovki letnyh jekipazhej = Investigating the mental state of anxiety in the process of professional training of flight crews / G. S. Nikiforov, S. R. Demidov // Jeksperimental'naja i prikladnaja psihologija. Vyp. 10. Psihicheskie sostojanija. Leningrad : Izd-vo Leningradskogo un-teta, 1981. S. 61–66.
44. Oboznov A. A. Psihicheskaja reguljacija operatorskoj dejatel'nosti (v osobyh uslovijah rabochej sredy) = Psychic regulation of operator activity (in special working environment conditions). Moskva : Institut psihologii RAN, 2003. 185 s.
45. Platonov K. K. Klassifikacija stepenej pereutomenija letnogo sostava = Classification of degrees of overwork of flight personnel // Voenno-medicinskij zhurnal. 1944. № 7-8. S. 33–36.
46. Platonov K. K. Voprosy psihologii truda = Questions of labor psychology. Moskva : Medgiz, 1962. 219 s.
47. Prohorov A. O. Osobennosti psihicheskikh sostojanij lichnosti v obuchenii = Features of mental states of personality in learning // Psihologicheskij zhurnal. 1991a. T. 12, № 1. S. 47–54.
48. Prohorov A. O. Teoreticheskie i prakticheskie aspekty problemy psihicheskikh sostojanij lichnosti = Theoretical and practical aspects of the problem of the personality's mental states. Samara : Samarskij gos. ped. in-tut, 1991b. 113 s.
49. Prohorov A. O. Refleksija i psihicheskie sostojanija pri raznyh formah uchebnoj dejatel'nosti studentov = Reflection and mental states in different forms of student learning activity / A. O. Prohorov, A. V. Chernov // Psihologicheskij zhurnal. 2016. T. 37, № 6. S. 47–55.
50. Puni A. C. K psihologicheskoj harakteristike predstartovogo sostojanija sportsmena = To the psychological characteristics of the athlete's pre-start condition // Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury. 1949. № 7. S. 519–526.
51. Puni A. C. Psihologicheskaja podgotovka k sorevnovaniju v sporte = Psychological preparation for competition in sports. Moskva : Fizkul'tura i sport, 1969. 88 s.
52. Raspopov P. P. O fazovyh sostojanijah vozbuzhdenija mozgovoj kory v svjazi s nekotorymi individual'no-psihologicheskimi osobennostjami uchashhihsja = On the phase states of excitation of the cerebral cortex in connection with some individual psychological characteristics of students // Voprosy psihologii. 1958. № 2. S. 23–37.
53. Sanojan G. G. Sozdanie uslovij optimal'noj rabotosposobnosti na proizvodstve (psihofiziologicheskij aspekt) = Creating conditions for optimal performance in production (psychophysiological aspect). Moskva : Jekonomika, 1978. 165 s.
54. Sapov I. A. O kriterijah rabotosposobnosti korabel'nyh specialistov = On performance criteria of ship specialists / I. A. Sapov, V. S. Shhegolev, G. A. Apanasenko // Voenno-medicinskij zhurnal. 1979. № 7. S. 53–56.
55. Simonov P. V. Psihofiziologicheskij stress kosmicheskogo poleta = Space flight psychophysiological stress // Osnovy kosmicheskoy biologii. V 2 t. T. 2. Moskva : Nauka, 1975. S. 153–172.
56. Sosnovikova Ju. E. Psihologicheskaja harakteristika bezuderzhnogo tipa i problema sostojanij ohranitel'nogo tormozhenija u jetogo tipa = Psychological characterization of the rampant type and the problem of protective inhibition states in this type. Moskva, 1959. 175 s.
57. Strahov I. V. Psihicheskoe sostojanie i takt uchitelja = Mental state and teacher tact // Voprosy psihologii. 1966. № 3. S. 153–164.
58. Fedenko N. F. Lekcii po voennoj psihologii = Lectures on military psychology. Moskva : Polit. upr. pogranojvsk KGB pri Sovete Ministrov SSSR, 1963. 219 s.
59. Hanin Ju. L. Problemy psihicheskogo stressa i trevogi v sporte (vmesto vvedenija) = Mental stress and anxiety issues in sport (instead of introduction) // Stress i trevoga v sporte. Moskva : Fizkul'tura i sport, 1983. S. 6–11.
60. Chajnova L. D. Naprjazhennost' kak vedushhee funkcional'noe sostojanie rabotajushhego cheloveka = Tension as the leading functional state of a working person // Problemy sistemnogo issledovanija sostojanija naprjazhennosti cheloveka. Tr. VNIITJe. Ser. Jergonomika. Vyp. 32. Moskva : VNIITJe, 1986. S. 8–19.
61. Jakimovich N. V. Neblagoprijatnye psihicheskie sostojanija u pilotov v polete kak prichina aviacionnyh katastrof = Adverse mental states in pilots in flight as a cause of aviation disasters // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaja psihologija i psihologija truda. 2019. T. 4. № 1. S. 131–153.

Статья поступила в редакцию 11.03.2025; одобрена после рецензирования 18.04.2025; принята к публикации 15.05.2025.

The article was submitted 11.03.2025; approved after reviewing 18.04.2025; accepted for publication 15.05.2025.