

**Кузина Валентина Александровна**

студентка

**Чернышева Марина Михайловна**

доцент, преподаватель

ФБОУ ВПО «Морской государственный университет

им. адмирала Г.И. Невельского»

г. Владивосток, Приморский край

## **К ПОНЯТИЮ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ В ПСИХОЛОГИИ**

***Аннотация:** в данной статье рассматривается влияние нервно-психической неустойчивости, так же как и нервно-психической устойчивости, на адаптационные способности личности к деятельности в неблагоприятных или изменяющихся условиях среды.*

***Ключевые слова:** понятие нервно-психической устойчивости, проблема устойчивости личности, изменение нервно-психической устойчивости.*

Прежде чем мы перейдем к разбору понятия «нервно-психологическая устойчивость», дадим описание категории «устойчивость». Термин «устойчивость» пришел в психологию из области технических наук, где основным ее показателем считается способность системы испытывать внешние воздействия без разрушения, то есть без перехода не в просто иное состояние, а в такое, когда система перестает быть сама собой [1]. В большом психологическом словаре А. Ребера под устойчивостью понимается «характеристика индивида, поведение которого надежно и последовательно» [2].

Проблема устойчивости рассматривалась в трудах как отечественных, так и зарубежных авторов. Так можно отметить целый ряд исследователей, которые внесли большой вклад в разработку таких понятий как «психологическая устойчивость» и «эмоциональная устойчивость», это В.Д. Небылицын, Б.С. Басаров,

В.В. Варваров, А.П. Елисеев, П.А. Корчемный, С.Л. Рубинштейн, В.Э. Чудновский, Л.И. Анцыферова, Б.Ф. Ломов, Л.Г. Дикая, из зарубежных психологов можно отметить Д. Кобаза и Р. Пусетти.

В основании определения устойчивости лежал подход К.К. Платонова, который утверждал, что устойчивость личности детерминирована темпераментом, который, в свою очередь проявляется относительно независимо от содержания деятельности индивида и влияет на индивидуальные особенности психических процессов [1].

Вопрос о взаимовлиянии свойств нервной системы и эмоциональной устойчивости в отечественной психологии был поставлен К.М. Гуревичем, а само понятие о нервно-психической устойчивости было сформулировано Ф.Д. Горбовым, который был одним из первых, обративших внимание на проблему медико-психологического обеспечения профессиональной надежности, занимаясь исследованием феномена пароксизма у летчиков.

Можно сказать, что нервно-психическая устойчивость определяет способность человека оценивать окружающую действительность адекватно и отвечать на ее требования наиболее эргономичным способом, а также успешно переносить психические и физические нагрузки в максимально короткие сроки.

Под влиянием многочисленных внешних стимулов, к которым можно отнести: социально-экономические, физические, психологические, психотравмирующие, токсические и ряд других факторов, состояние нервно-психической устойчивости может непрерывно изменяться. Так, не существует людей, которые были бы абсолютно невосприимчивы к изменениям окружающей их среды, каждый человек имеет свой, строго индивидуальный, предел сопротивляемости, достигая которого наступает психоэмоциональное напряжение, переутомление или нарушение функций организма, что приводит к срыву психической деятельности.

В 1978 году, для определения «склонности к срывам в деятельности нервной системы при значительном психическом и физическом напряжении»

Л.И. Спивак предложил рассмотреть понятие «нервно-психическая неустойчивость». Это понятие объединяет скрытые и явные нарушения эмоциональной, волевой и интеллектуальной деятельности человека, которые возникают под воздействием изменений во внешней среде.

Автор, под нервно-психической неустойчивостью, понимает неспособность или слабую способность человека переносить неблагоприятные условия существования. Это такие состояния психической деятельности, которые характеризуются склонностью к срывам оптимального функционирования и адекватного реагирования в условиях эмоционального напряжения [Ажнакин, 75].

Нервно-психическая неустойчивость, так же как и нервно-психическая устойчивость, характеризует адаптационные способности личности к деятельности в неблагоприятных или изменяющихся условиях среды. Эти феномены наиболее ярко и полно проявляются в непривычных, нестандартных ситуациях или условиях, в которые попадает человек.

Вследствие того, что и нервно-психическая устойчивость и нервно-психическая неустойчивость – это разные стороны одного и того же явления, обуславливающего степень адаптации личности, диагностировать и изучать их по отдельности можно только с определенной долей условности. Но в связи с тем, что девиантные или отклоняющиеся признаки легче выявляются и больше поддаются коррекции и контролю, в сравнении с «признаками нормы», целесообразнее строить психодиагностическую работу с выявления возможных признаков нервно-психической неустойчивости, а затем оценивать уровень нервно-психической устойчивости.

Рассматривая нервно-психическую неустойчивость и нервно-психическую устойчивость как два противоположных полюса одного явления, представляющего особенности адаптации человека к нестандартным условиям деятельности, например, профессиональной, можно предположить о существовании условной зоны, так называемой «золотой середины», в которую будут попадать средние результаты, которые обычными методами диагностики, сложно отнести к нервно-психической неустойчивости или устойчивости.

Из всего вышеописанного следует, что уровень нервно-психической устойчивости – это свойство личности, которое способно качественно влиять на жизнь индивида, а также на его способность справляться с различными воздействиями условий внешней среды. Целесообразно задаться вопросом, что влияет на формирование описываемого нами феномена, а также важно узнать, памятуя о том, что нервно-психическая устойчивость – это свойство личности способное меняться, почему изменения происходит не у всех индивидов и не в одинаковой выраженности.

### *Список литературы*

1. Берг Т.Н. Нервно-психическая неустойчивость и способы ее выявления. – Владивосток, 2005.
2. Ребер А. Большой толковый психологический словарь: в 2 т. – М.: Вече, 2003. – Т. 1. – 559 с.