

ПРЕДИСЛОВИЕ . . . . .	5
ВВЕДЕНИЕ . . . . .	7
Глава I	
ЭКИПАЖ МЕЖПЛАНЕТНОГО КОРАБЛЯ . . . . .	12
Глава II	
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ МЕЖПЛАНЕТНОГО ПОЛЕТА . . . . .	29
Особенности взаимодействия членов экипажа при управлении кораблем . . . . .	30
Взаимоотношения, складывающиеся в групповой изоляции . . . . .	47
Методические подходы к формированию экипажа . . . . .	54
Глава III	
ПРИЧИНЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАПРЯЖЕННОСТИ ВО ВЗАИМО-ОТНОШЕНИЯХ ЛЮДЕЙ, РАБОТАЮЩИХ В ИЗОЛИРОВАННЫХ ГРУППАХ . . . . .	78
Влияние астенизации нервной системы на процесс общения . . . . .	78
Информационная истощаемость человека . . . . .	87
«Публичность» как экстремальный фактор групповой изоляции . . . . .	92
Глава IV	
ПСИХИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СОСТОЯНИИ НЕВЕСОМОСТИ . . . . .	101
Деятельность космонавтов в условиях невесомости . . . . .	102
Длительное воздействие невесомости на нервную систему и психическое состояние человека . . . . .	124
Меры защиты космонавтов от неблагоприятного воздействия невесомости . . . . .	136
Глава V	
ВЛИЯНИЕ ИЗОЛЯЦИИ НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА	145
«Сенсорный голод» . . . . .	146
Психические состояния, возникающие в условиях сенсорной депривации . . . . .	151
Профилактика влияния сенсорной недостаточности на психическое состояние человека . . . . .	171

Глава VI

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС В КОСМИЧЕСКОМ ПОЛЕТЕ . . . . .	190
Впечатления первооткрывателей . . . . .	190
Эмоциональная реакция тревожного ожидания . . . . .	192
Психическая деятельность в условиях эмоционального стресса . . . . .	198

Глава VII

РИТМ ТРУДА И ОТДЫХА В КОСМИЧЕСКОМ ПОЛЕТЕ . . . . .	212
Специфические особенности несения вахты в космическом полете . . . . .	212
Ритм сна и бодрствования в космическом полете . . . . .	222
ЗАКЛЮЧЕНИЕ . . . . .	238
ЛИТЕРАТУРА . . . . .	239