

- 13. : - — , . . : - , 2010.
- 148 .
- 14. . . : -
- XVII - « -
- » (9 « 2017 .) :
- . . . . . , 2017. . 60-64.
- 15. . . / . . // .
- . - 2008. - 5. - . 78-80.
- 16. . . , 1989. 15 .
- 17. . ; . . .
- . . : , 2008. 504 .
- 18. . . . .
- ∴ , 2003. 256 .
- 19. . . , !- ., 1995. - 114 .
- 20. . -
- // I « » . - -
- . 1. - , ., 2003. - . 102-103.
- 21. Unestahl L.-E. Integrated Mental Training. Veje, Sweden, 1996. 236 p.

**376.1**

» ,  
 « » ,  
 ;  
 ( . . . , )

-

-  
 -  
 .  
 .

, - , .

-





, , -  
 . -  
 , , -  
 , : -  
 , . -  
 . , -  
 » - « -  
 : -  
 1. , , -  
 2. . -  
 , -  
 3. - . -  
 , « », -  
 , -  
 4. , . -  
 - , -  
 . - : 1) - ; 2)  
 ( ) -  
 ; 3) -  
 , , « », « -  
 » ; 4) -  
 ; 5) ; 6)

- : 1)  
; 2)

[5].

, : 1)  
- ; 2)  
- [3].  
- :  
«  
», «  
», . . .

,  
- .  
- ,  
- ,  
- «  
»

,  
- ,  
- «  
»,

,  
- ,  
- ,  
- ,  
- .  
- :  
- ;

; ,  
- ;  
- :  
- ,

.  
- .  
- .  
- .

( , )

. , .

, « » ,  
 , . . .  
 ;  
 ;  
 ;  
 ;

[7].

- : 1)
- ; 2)
- ; 3)
- ; 4)
- ; 5)
- ; 6)

1. : , 2001. 288 .
2. : , 2008. 400 .
3. : , 2007. - 195 .

- 4. . . . . / . . . . . : -
- 5. . . . . , 2002. : -
- 6. . . . . « . . . . . » / . . . . . , . . . . . , 2016. . 73-76. -
- 7. . . . . . 2005. 124 . : . - . : -
- 8. . . . . - . . . . . -
- // . 2012. 3. . 439-447. -

**379.82**

« . . . . . »

( . . . . . ),

« . . . . . »

( . . . . . )

-

-

-