

, , , , . , -  
, , - , , .

**376.1**

« », ;  
[ , ]  
« »  
[ , ]

**7-8**

-  
, -  
,  
.  
.  
, , .  
, , .  
.  
, , .  
[2, 5, 6,  
7, 8, 9, 10, 11, 17].

[1, 15], [13, 14], -  
, , .

, -

[19].

[19, 20, 21],

(3, 4)

,

,

7-8 ,

7-8

7-8

1.

7-8

2.

7-8

3.

4.

7-8

-

;

:

-

( ),

- «

»;

2016-2017 . ).

9

(

7-8

28  
14

,

( 7 ).

3

2 .

10-

10-

7-8

- « » [18],

7-8

« »

0,55+0,04 . . .,

0,71+0,05 . . .,

7-8

( ) [16].

5

10

( > 0,05)

10

17,78+1,84

- 17,95+1,87

( > 0,05).

- : - 15,27+ 1,44  
, - 15,34 + 1,46 . -

, .  
, - -  
, -

, 10 , -

- 16,89+1,57 ( > 0,05), : - 17,00+1,61

( > 0,05).

, .

7-8 ,

10-  
1 -

, -  
- -  
, -

27,54+2,34 , : - 19,7+2,12 , -

( < 0,05).

10- -

0,01).

31,87+2,81 ( <

- 18,87+1,85 . -

- ,  
,  
,

[12].

10  
 ( < 0,01).

7-8

11,4 21,7 ( < 0,01).

16,4 ( > 0,05).

11,8

( < 0,05).

71,4% ( 2 (3 ) 28,6% ( 1  
 85,7% )  
 2 , 14,3%  
 3

7-8

1. VIII . 38-44. // . - / ; . , . . , 2004.
2. . . . - // . 2012. 4. . 71-76.
3. . . . - - -
4. 1997. 4. . 22-26; 39-40. : , , -
4. . . . - . - // : « - - »
- 14-18 1998 . . : . : . , 1998. . 66-68.
5. . . : . . ; ; - , 2007. 191 .
6. - // . 2007. 10. . 14-16.
7. . . . // : . . . . - . , . . , 2009. . 27-29.
8. . . // : - - -
9. : . 2013. . 24-27. / . . . . - . : « ACT»; : « », 2003. 74 .
10. , . . // . 2012. 2. . 63-67.
11. : - - / . . . . - . : « »; : « », 2003. 61 .
12. // . 3. 2006. 272 .

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**

« » ,  
; ( . . . „ , )

-

-  
-  
-  
-

.

, - , , .

-