

20. Шмелёв А.Г. Введение в экспериментальную психосемантику : теоретико-методологические основания и психодиагностические возможности / Шмелёв А.Г. – М. : МГУ, 1983. – 158 с.

21. Шмелёв А.Г. Многослойность субъективной семантики и трудности ее "расслоения" / А.Г. Шмелёв // Психология субъективной семантики в фундаментальных и прикладных исследованиях / [отв. ред. Д. А. Леонтьев]. – М. : Смысл, 2000. – 147 с.

22. Шмелёв А.Г. Психодиагностика личностных черт / Шмелёв А.Г. – СПб. : Речь, 2002. – 480 с.

УДК 159.923

## РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

*Дьоміна Г.А.*

*У статті розкриваються особливості емоційної стійкості студентів молодших курсів (спеціалізація "практична психологія") як однієї з головних професійних якостей практичного психолога. За допомогою методики багатовфакторного дослідження особистості Р. Кеттелла і опитувальника Ю.З. Гільбуха ми визначили, що високий рівень емоційної стійкості серед студентів зустрічається дуже рідко, найбільш поширеним є середній і низький рівень емоційної стійкості.*

**Ключові слова:** емоційна стійкість та її рівні розвитку в майбутніх практичних психологів.

*В статтє раскрываются особенности эмоциональной устойчивости студентов младших курсов (специализация практическая психология) как одной из главных профессиональных качеств практического психолога. С помощью методики многофакторного исследования личности Р. Кеттелла и опросника Ю.З. Гильбуха мы определили, что высокий уровень эмоциональной устойчивости среди студентов встречается очень редко, наиболее распространённым является средний и низкий уровень эмоциональной устойчивости.*

**Ключевые слова:** эмоциональная устойчивость и ее уровни развития у будущих практических психологов.

*The article describes the features of emotional stability undergraduates (specialization practical psychology) as one of the main competencies of the practical psychologist. Using multivariate methods for studying personality and R. Cattell questionnaire Yu.Z. Gilbuh we have determined that a high level of emotional resilience among students is very rare, is the most common medium and low level of emotional stability.*

**Key words:** emotional stability and levels of development of future clinical psychologists.

Національна система соціально-психологічної служби є єдиною системою охорони й підтримки психічного здоров'я населення України. Сучасний етап розвитку соціально-психологічної сфери в нашій країні показує необхідність професійного підходу до цієї гуманної діяльності, що в свою чергу, вимагає особливої уваги до формування професійно важливих якостей практичного психолога.

Професійні та особисті якості психолога виділялися ще найвідомішими родоначальниками класичних традиційних і нетрадиційних підходів у психології (З. Фрейд, К. Юнг, В. Франкл, Ж.-П. Сартр, К. Роджерс, Ф. Перлз та іншими). Тим не менш, виділені цими вченими особисті якості: автентичність, конгруентність, безумовне ставлення до почуттів клієнта, розвинену мову, проникливість, емоційна стабільність, заснована на повазі до клієнта, і є найбільш професійно важливими для психолога рисами.

Аналіз наукової літератури за останні 20 років із проблеми професійних та особистісних якостей практичних психологів (Абрамова Г.С., Амінов М.А., Овчарова Р.У., Обозов Н.І., Молоканов М.В., Моховиків В.Ю., Кочюнас Р. та інші) показав, що спостерігається певна залежність між особистісними та професійними якостями психолога, а саме – ефективністю діяльності фахівця соціально-психологічної сфери (Молоканов М.В., Сизова І.Г., Юдіна Є.В.). Науковці підкреслюють, що особисті якості визначають успішність діяльності, яка становить модель особистості ефективного фахівця [3, с. 74-75]. У зв'язку з цим, практичний психолог повинен володіти такими особистісними рисами, якостями та характеристиками: відповідальність, конгруентність, безоціночне ставлення до клієнтів, проникливість, емпатійність, комунікабельність, емоційна стабільність, вольова стійкість тощо.

Однією з професійно значущих якостей практичного психолога є емоційна стійкість, оскільки рівень її розвитку відображає повноту психічного образу особистості під час вирішення проблемних завдань. У контексті високих вимог до розвитку національної соціально-психологічної служби та підготовки її фахівців, проблема несформованості емоційної стійкості унеможливує психологічну професійну діяльність та кваліфіковану психологічну допомогу, а отже, проблема формування емоційної стійкості в майбутніх практичних психологів набуває особливої актуальності.

Мета цієї статті – дослідження особливостей розвитку емоційної стійкості майбутніх практичних психологів. Завдання полягає в уточненні змісту емоційної стійкості та розкритті рівня розвитку такого феномена серед студентів ВНЗ – майбутніх практичних психологів.

Проблема емоційної стійкості була предметом вивчення як вітчизняних, так і зарубіжних учених. Проблемою емоційної стійкості займалися Аболін Л.М., Бодалев О.О., Бучек Л.І., Варданян Б.Х., Дьяченко М.І.,

Зільберман П.Б., Кириленко Т.З., Ковальов С.В., Ложкін Р.У., Максименко З.Д., Пономаренко В.О., Семиченко В.А. та інші науковці. Їх дослідження свідчить про те, що є велика кількість визначень поняття емоційна стійкість. Одні дослідники трактують емоційну стійкість як властивість особистості, що забезпечує гармонію між усіма компонентами діяльності в емоційній ситуації і тим самим сприяє успішному здійсненню даної діяльності або досягненню поставленої мети (Аболін Л.М., Варданян Б.Х.) [2]. Інші подають емоційну стійкість як певну якість особистості і як психічний стан, який забезпечує адекватну поведінку в певних ситуаціях (Дяченко М.І., Пономаренко В.О.) [2]. Бучек Л.І. [1] визначає емоційну стійкість як властивість особистості, що характеризується особливостями саморегуляції. Виявами емоційної стійкості виступають ступені сформованості саморегуляції особистості за трьома напрямками: саморегуляції поведінки, саморегуляції психічного здоров'я, саморегуляції діяльності.

Теоретичний аналіз досліджень багатьох авторів (Аболін Л.М., Маришук В.Л., Платонов К.К., Рева О.М., Сиротін О.А., Чебикін О.Я., Чернікова О.А.) засвідчив, що показниками емоційної стійкості є не лише мотиваційні, моральні, вольові, інтелектуальні якості людини, а й властивості нервової системи, які в комплексі повинні перешкоджати виникненню емоційно напруженого стану (що дезорганізує поведінку і діяльність особистості). Рева О.М. [7] підкреслює, що цей феномен характеризується взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних та мотиваційних компонентів психічної діяльності індивідуума, які забезпечують максимально успішне досягнення цілі діяльності в складній емотивній обстановці (Зільберман П.Б., Блінов О.А.).

Спільним є те, що емоційну стійкість визначають як певну позитивну інтегральну властивість (якість) особистості, яка забезпечує подолання складної емоціогенної ситуації, а це, у свою чергу, призводить до результативної діяльності практичного психолога.

Проблема емоційної стійкості досліджується в трьох напрямках: результативному, органічному та особистісному (Бучек Л.І., Виготський Л.С., Рубінштейн С.Л.). Результативний забезпечує продуктивність реалізації діяльності стосовно напружених ситуацій. Органічний охоплює область психосоматики та вивчає органічні захворювання емоціогенного характеру. Особистісний зосереджується на впливовості соціально-особистісних наслідків емоцій на соматичну та діяльність, що призводить до нервових зривів і заважає задоволенню основних життєвих потреб. За основу дослідники беруть характеристики самої діяльності (успішність, стабільність, результативність). У зв'язку з цим емоційна стійкість розглядається як властивість особистості, що сприяє успішному здійсненню діяльності в напружених та емоційних ситуаціях.

Для ефективної роботи практичного психолога важливого значення набувають саме ті якості, які пов'язані зі здатністю правильно сприймати людей, розуміти їх почуття та дії, передбачати поведінку в різних ситуаціях. Практичний психолог повинен вміти керувати своїми емоційними станами та переживати життєві ситуації з позиції іншого, в іншому випадку буде ускладнена загальна кооперація та взаєморозуміння. Саме емоційна стійкість стримує агресивну поведінку людини та сприяє позитивній взаємодії. Розглядаючи докладніше емоційну стійкість, ми з'ясували, що вона займає значне місце у структурі професійних якостей майбутнього практичного психолога. Професійна діяльність буває емоційно напруженою, відчуваються значні труднощі, пов'язані із вмінням швидко орієнтуватися в мінливих обставинах, що склалися, знаходити оптимальні рішення в складних нестандартних ситуаціях і зберігати при цьому витримку, емоційну стійкість. Таким чином, вміння володіти собою є одним із факторів ефективної та професійної діяльності практичного психолога.

Так, щоб оволодіти певними вміннями, необхідно засвоїти знання про професійні якості практичного психолога, яким чином діяти в певних умовах, та розвинути відповідні навички. Це загальне положення певною мірою стосується процесу становлення мотивів, ціннісних орієнтацій, формування особистісних рис майбутнього працівника соціально-психологічної сфери (емоційно-вольових та комунікативних якостей).

При вивченні емоційної стійкості більшість авторів (Аболін Л.М., Бодальов О.О., Дьяченко М.І., Пономаренко В.О.) враховує цілий ряд важливих емоційних параметрів: тривалість, інтенсивність, модальність емоційних переживань; здатність регулювати емоції, емоційну збудливість. Формування емоційної стійкості особистості працівника соціально-психологічної сфери – складний процес, якому притаманні цілісність, динамізм, стійкість. Адже особистість практичного психолога виступає еталоном психологічного здоров'я і комфорту та є, за словами Р. Мея, основним інструментом, знаряддям його роботи. Тому доцільно розпочати дослідження рівня сформованості та розвитку емоційної стійкості як необхідної якості практичних психологів на більш ранніх етапах онтогенезу, коли тільки відбувається професійне становлення (в студентські часи). Відомо, що для цього віку характерна наявність значної кількості факторів навчальної діяльності: збільшується кількість видів діяльності та інтелектуальні навантаження, зростає інтенсивність інформаційного потоку та особиста відповідальність за успішність навчальної діяльності тощо.

Проаналізувавши все вищесказане, ми можемо надати змістову характеристику рівнів розвитку емоційної стійкості молоді.

До високого рівня належать: емоційно зрілі, спокійні, стабільні

в поведінці та емоціях, розсудливі, уважні, відповідальні, енергійні, емоційно врівноважені особи, в яких спостерігається панування інтелекту над почуттями та емоціями, отже, властивий контроль над емоціями. Такі особи легко пристосовуються до оточуючих, не бояться складних ситуацій, впевнені в собі, постійні у своїх планах та прихильностях, не піддаються випадковим коливанням настрою, їх важко роздратувати. Вони мають серйозні та реалістичні погляди на речі, добре усвідомлюють вимоги дійсності, не приховують від себе особистих недоліків; здатні адекватно аналізувати умови діяльності, завчасно планувати її, застосовувати адекватні способи дії.

Низький рівень емоційної стійкості мають емоційно незрілі, тривожні, імпульсивні, емоційно неврайоновані особи, в яких спостерігається панування емоцій над інтелектом, а отже, у поведінці та емоціях – нестабільність. Для цих студентів характерними є низька толерантність до емоціогенних факторів, постійні хвилювання, підвищена роздратованість, поверховість та нереалістичність в поглядах на речі (не усвідомлюють вимоги дійсності). Такі люди уникають складних ситуацій, бо невпевнені в собі; непостійні у своїх планах, мають мінливий настрій, не можуть контролювати емоції та імпульсивні потяги, постійно капризують та приховують від себе та оточуючих свої недоліки. Вони не мають почуття відповідальності, їм не вистачає енергії, коли це необхідно. Внутрішньо ці особи відчувають себе безпорадними, стомленими та нездатними справлятися з життєвими труднощами.

Для діагностики рівня емоційної стійкості дослідники пропонують такі психодіагностичні методики: опитувальники станів та настроїв ТПАНС, діагностики самооцінки тривоги та тривожності Ч.Д. Спілберґера – Ю.Л. Ханіна, тест на визначення типу характеру К. Леонгарда – Г. Смішека (для діагностики типу акцентуацій особистості), опитувальник для вимірювання властивостей темпераменту В.М. Русалова, опитувальники рис особистості для діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера, методику діагностики самооцінки психічних станів Г. Айзенка, методику діагностики нервово-психічної стійкості В.А. Бодрова "Прогноз", методику оцінки емоційної стійкості через продуктивність та якість короткочасного запам'ятовування О.В. Государєвої (Попової), 16+факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла; методику діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойка та методику діагностики "перешкод" у встановленні емоційних контактів В.В. Бойка (на визначення емоційно-вольових особливостей), тест-опитувальник для вивчення типу нервової діяльності Я. Стреляу, багаторівневий особистісний опитувальник "Адаптивність" А.Г. Маклакова, С.П. Чермяніна, тест-опитувальник психологічної проникливості О.П. Саннікової, О.А. Кісельової тощо.

Оскільки емоційна стійкість, з одного боку, є однією зі стрижневих професійних характеристик спеціаліста соціально-психологічної служби, а з іншого боку, фахівець даної сфери повинен бути особисто-існо готовим та зрілим до професійної діяльності практичного психолога, то ми, відповідно до завдань нашої статті, виявили рівень розвитку емоційної стійкості у 60 студентів I-II курсів ВНЗ (майбутніх практичних психологів) за двома методиками: "Методикою багатфакторного дослідження особистості" Р.Кеттелла (табл. 1) та тестом-опитувальником особистісної зрілості Ю.З. Гільбуха (табл. 2) [7].

*Таблиця 1*

**Рівнева характеристика розвитку емоційної стійкості за Р.Кеттеллом**

Рівні	Всього	
	Абсолютна кількість	%
Високий	10	16,7
Середній	23	38,3
Низький	27	45

Як засвідчують результати за методикою Р.Кеттелла (див. табл. 1), високий рівень емоційної стійкості характерний для незначної кількості всіх досліджуваних студентів (16,7%), причому, серед старшокласників (у нашому попередньому дослідженні [2]) спостерігається така ж тенденція).

Студенти з високим рівнем емоційної стійкості стабільні в поведінці та емоціях, спокійні, впевнені в собі, легко пристосовуються до оточуючих, не бояться складних ситуацій, постійні у своїх планах та прив'язаностях, не піддаються випадковим коливанням настрою. Мають серйозні та реалістичні погляди на речі, добре усвідомлюють вимоги дійсності, не приховують від себе особистих недоліків; їм характерне панування інтелекту над почуттями та емоціями, розсудливість. Таких студентів можна назвати емоційно врівноваженими та емоційно зрілими. Найпоширенішими відповідями були: "коли я вкладаюся спати, то засинаю швидко", "в мене завжди вистачає енергії, коли це необхідно", "в мене рідко не виходить те, що я роблю", "мені дуже рідко буває нудно".

Середній рівень емоційної стійкості мають 38,3% всіх досліджуваних студентів. Вони не завжди в собі впевнені, інколи в них виявляється роздратованість та хвилювання; лише в деяких випадках відчують себе відповідальними, але по можливості відповідальність перекладають на інших; уникають складних ситуацій, але якщо потрапляють, то намагаються вирішувати її. Вони намагаються бути емоційно врівноваженими. Типові відповіді: "У мене інколи не виходить те, що я роблю"; "Мені інколи буває нудно".

Аналогічно розподілені результати нашого дослідження і у старшокласників (за однією відмінністю – більше 50% старшокласників мають низький рівень емоційної стійкості) [2]. Можливо це залежить від контингенту досліджуваних: серед старшокласників ми охоплювали всіх учнів, а серед студентів лише тих, хто вчиться за спеціалізацію практична психологія.

Найбільша кількість досліджуваних студентів (45%) має низький рівень емоційної стійкості. Характерними для них є низька толерантність виявлення емоціогенних факторів партнерів, невпевненість у собі, підвищена роздратованість, постійні хвилювання, в поведінці та емоціях – нестабільність, відсутність почуття відповідальності, примхливість, постійне уникання складних ситуацій, непостійність у своїх планах, відсутність контролю над емоціями та імпульсивні потяги. Ці студенти внутрішньо відчують себе безпорадними, стомленими та нездатними справлятися з життєвими труднощами. Їх можна назвати емоційно неврівноваженими та емоційно незрілими. Найчастіші відповіді: "У мене не завжди вистачає енергії, коли це необхідно"; "Мене роздратовує все те, що відволікає від справ"; "У мене часто не виходить те, що я роблю".

Показниками емоційної стійкості особистості є такі особистісні властивості, як панування інтелекту над почуттями та емоціями, розсудливість, емоційна врівноваженість, а це, за Ю.З. Гільбухом, є "життєвими установками" особистості [7]. Так, за шкалою, що вимірює життєві установки особистості (тест-опитувальник Ю.З. Гільбуха), ми отримали такі результати: високий рівень емоційної стійкості характерний для незначної кількості всіх досліджуваних (15%) (як і в попередній методиці). Для них характерним є панування інтелекту над почуттями та емоціями, емоційна врівноваженість, розсудливість. Поширеними були такі відповіді: "Я беру участь у дискусіях, суперечках, якщо тема мене цікавить"; "У своїх спробах досягти успіху в житті я покладаюся на власні зусилля та наполегливість"; "Моє ставлення до світу в цілому: він має багато спокус, тому важко залишитися безгріховним, але все ж таки прагнути до цього треба".

Вибираючи відповіді типу "Мені важко утриматися від суперечки, дискусії з будь-якого питання"; "У своїх спробах досягти успіху в житті я покладаюся на везіння або на впливових знайомих"; "Я розмірковую про смерть і мрію, щоб вона була миттєвою"; "Реагую на релігію так: вважаю релігію моїх батьків такою, що підходить мені"; "Моє ставлення до світу в цілому: я живу лише раз, тому маю намір насолоджуватися життям, а не думати про блага всього людства", студенти показали низький рівень емоційної стійкості. Таких – майже 2/5 всіх досліджуваних студентів (40%). Вони – імпульсивні, емоційно неврівноважені; їм притаманне панування емоцій над інтелектом (табл. 2).

**Рівень емоційної стійкості за тестом-опитувальником  
Ю.З. Гільбуха**

Рівні	Всього	
	Абсолютна кількість	%
Високий	9	15
Середній	27	45
Низький	24	40

Середній рівень емоційної стійкості мають 45% всіх студентів. Типовими відповідями є: "Я рідко дискутую з будь-ким, тому що учасники суперечки прагнуть не до з'ясування істини, а до визнання своєї точки зору"; "У своїх спробах досягти успіху в житті я покладаюсь на допомогу сім'ї, батьків"; "Реагую на релігію так: не потребую ніякої релігії, але вважаю, що для більшості людей вона необхідна"; "Моє ставлення до світу в цілому: я є частиною світу, гарний він чи поганий, тому приймаю його таким, який він є".

Аналізуючи отримані результати щодо рівня емоційної стійкості, ми виявили, що показник емоційної стійкості за методикою Р. Кеттелла має тісний статистичний взаємозв'язок з показником емоційної стійкості за тестом-опитувальником Ю.З. Гільбуха. Отриманий коефіцієнт кореляції між ними дорівнює  $r=0,41$  (вказане значення достовірне з ймовірністю похибки  $p=0,01$ ). Ми припускаємо, що обидві методики, досліджуючи емоційну стійкість, доповнюють одна одну (але за умови проведення для студентів початкових курсів ВНЗ із спеціалізацією "практична психологія"). За тестом-опитувальником Ю.З. Гільбуха в аспект "життєва установка", який ми взяли як показник "емоційної стійкості", увійшли такі якості, як розуміння відносності всього існуючого, домінування інтелекту над почуттями, емоційна врівноваженість, розсудливість. У методиці Р. Кеттелла до індексу "емоційна стійкість", який ми взяли як показник "емоційної стійкості", увійшли: стабільність у поведінці та емоціях, реалістичність, спокійність, впевненість у собі, постійність щодо своїх планів та прихильностей, відсутність страху у вирішенні складних ситуацій.

Як засвідчують результати дослідження (див. табл. 1 та табл. 2), серед студентів виявилися незначні розбіжності за двома методиками. Загальна картина залишається схожою: високий рівень емоційної стійкості виявлено в невеликій кількості досліджуваних студентів (за методикою Р. Кеттелла 16,7%; за опитувальником Ю.З. Гільбуха 15%), найбільша кількість студентів мають середній та низький рівень даного явища. Наші результати підтверджують висновки досліджень останніх років: емоційно нестійких людей набагато більше, ніж емоційно стійких



[1]. Зрозуміло, що практичний психолог з такими показниками емоційної стійкості не зможуть якісно, ефективно, компетентно виконувати свої обов'язки: здійснювати гармонійний та всебічний розвиток особистості, її підтримку у складних життєвих обставинах, при вирішенні будь-яких проблем і суперечок тощо.

Пов'якель Н.І. вважає, що процес підготовки практичних психологів вимагає вдосконалення шляхом впровадження спеціальних дисциплін із психологічних основ саморегуляції, психології здоров'я, психології самовдосконалення та саморозвитку, які активізують процеси розвитку професійного мислення майбутнього практичного психолога [5].

Чепелева Н.В. виділила провідні напрямки підготовки майбутніх психологів, які згрупувала в чотири блоки: підготовчий, діагностичний, особистісно-професійна корекція і оволодіння прийомами професійної самореабілітації. Підготовчий блок розпочинається з професійного відбору на відповідні спеціальності та повинен включити адаптацію студентів до майбутньої професії (I-II курси). Адаптуватися студентам дозволяють тренінгові групи спілкування. Діагностичний блок професійної підготовки майбутніх психологів (II-III курси) передбачає оволодіння основами психодіагностики, подальше самопізнання. Під час цього блоку майбутнім психологам важливо відвідати спеціальні тренінги, бесіди, консультування. Особистісно-професійна корекція – третій блок професійної підготовки майбутніх психологів (III-IV курси) передбачає корекцію та формування професійно значущих якостей для психологічної діяльності. Провідними навчальними курсами в цьому блоці є курси психокорекції, психологічного консультування, психотерапії. Оволодіння прийомами професійної самореабілітації – четвертий блок. Студенти вивчають прийоми розслаблення, медитаційні техніки та оволодівають прийомами самокорекції та взаємокорекції. [4, с. 245-248].

За нашими результатами щодо рівня розвитку емоційної стійкості у студентів I-II курсів ВНЗ (спеціалізація практична психологія) можна сформулювати наступні висновки:

1) незначна кількість досліджуваних студентів I-II курсів (спеціалізація "практична психологія") мають високий рівень емоційної стійкості (16,7%-15%), інша частина студентів мають середній або низький рівень розвитку емоційної стійкості (приблизно 50/50);

2) ми припускаємо, що емоційні риси студентів молодших курсів ВНЗ у стані розвитку і мають вибірковий, мінливий характер, тобто вони розуміють емоційний стан, вміють проникати, відчувати переживання іншої людини, але ще не допомагають оточуючим своїми діями з метою покращення їхніх самопочуття та емоційного стану, а також не цінують таку якість;

3) навчально-виховна діяльність у ВНЗ повинна стимулювати розвиток емоційної стійкості, яка є необхідною для роботи практичного психолога, а тому вимагає пошуку шляхів активізації її розвитку під час вивчення дисциплін психологічного циклу.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бучек Л.І. Про дослідження емоційної зрілості студентів педвузу / Л.І. Бучек // Шляхи вдосконалення професійно-педагогічної підготовки вчителя в умовах перебудови вищої і середньої школи. – Ч. 1. – Ніжин, 1990. – С. 87-88.

2. Дьоміна Ганна Анатоліївна. Розвиток особистісної зрілості старшокласників щодо подружнього життя : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. / Дьоміна Ганна Анатоліївна. – К., 2008. – 310 с.

3. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості : навч. посіб. / Т.С. Кириленко. – К. : Либідь, 2007. – 256 с.

4. Основи практичної психології / [Панокс В.Г., Титаренко Т.М., Чепелева Н.В. та ін.]. – К. : Либідь, 1999. – 536 с.

5. Пов'якель Н.І. Саморегуляція професійного мислення в системі фахової підготовки практичних психологів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. психол. наук : спец. 19.00.07 "Педагогічна та вікова психологія" / Н.І. Пов'якель. – К., 2004. – 40 с.

6. Рева О.М. Формування емоційної стійкості у ранньому юнацькому віці : автореф. дис. на здобуття наук, ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 "Педагогічна та вікова психологія" / О.М. Рева. – К., 2005. – 23 с.

7. Семиченко В.А. Психологія особистості / В.А. Семиченко. – К. : Видавець Ешке О.М., 2001. – 427 с.

УДК: 159.922.76-056.313:943

## ОСОБЛИВОСТІ ПІДХОДІВ ДО ТРАКТУВАННЯ М'ЯЗОВИХ РУХІВ ТА ЇХ ВІДЧУТТІВ ЯК ЛАНКИ, ЩО ПОЄДНУЄ ПСИХІЧНЕ І ФІЗИЧНЕ

**Жиляк Н.В.**

*У статті порушується проблема пошуків феноменів, які поєднують психічне і тілесне. Розглянуті підходи до розуміння м'язових рухів та їх відчуттів як ланки, що поєднує внутрішнє й зовнішнє у поведінці людини, і суб'єктивні трактування означеної проблеми в історії психології.*

**Ключові слова:** м'язові рухи, відчуття, психіка, цілісна поведінка, поєднувальні феномени.