

Психолого-педагогічний потенціал використання ювілейних культурних та спортивних заходів у тренувальному процесі студентів-каратистів

Osyka K.S. The psychological and pedagogical potential of using cultural and sports anniversary events at the karate students' training process / K.S. Osyka // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufrieva. – Issue 36. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2017. – P. 249–260.

K.S. Osyka. The psychological and pedagogical potential of using cultural and sports anniversary events at the karate students' training process. The article deals with the psychological and pedagogical potential of using cultural and sports anniversary events by applying interactive techniques at the training process of karate students, the impact of above-mentioned techniques on moral, ethical, psychological and patriotic education of sportsmen. The system of cultural events has been performed: memory evening to Masutatsu Oyama, students reports about his life and creative way, combined musical and literary works, the Anthem and the Swear of karate sportsmen' performing, exhibition of M. Oyama's books and publications about his life and creativity, there's been presented the collection of steel arms and Japanese warriors' martial outfit of Middle Ages. Favourite M.Oyama's exersices have been performed: series of formal karate exersices (kata), tameshiwari (breaking of wooden boards with bare hands or bare feet), and The Maze of Courage (complexed exersices for experienced sportsmen with the aim of making a strong positive effect upon the karate student's personality during the strong-willed qualities growth). The feature film «Fighter in the Wind», elucidating the main biography periods of master of martial arts M. Oyama, has been shown. The information stand with the martial arts' evolution on the territory of the Wild Field from the ancient times has been established.

Events «To the Memory of the Heroes», dedicated to the memory of famous masters of sports who died the death of a hero at ATO zone, have been presented. The ruqiem-evening, students' reports about way of living, sports and fighting achievements of sportsmen-heroes, showing of documentary videos about Ukrainian people' struggle during 2013-2014, sports show fights, books exhibition, performance «Motherland Defender» have been held.

For the purpose of increasing the level of patriotic youth education it has been focused on the cultural and historical, literary, country- and art-studying parallels of carrying out the national liberation struggle in Donbass.

Key words: psychological and pedagogical potential, interactive techniques, cultural and sports anniversary events, Masutatsu Oyama, kyokushinkai karate, kata, tameshiwari, karate students, sportsmen-heroes, ATO zone.

К.С. Осика. Психолого-педагогічний потенціал використання ювілейних культурних і спортивних заходів у тренувальному процесі студентів-каратистів. У статті розглянуто психолого-педагогічний потенціал використання ювілейних культурних і спортивних заходів із застосуванням інтерактивних технік у процесі підготовки студентів-каратистів, їх вплив на морально-етичне, психологічне та патріотичне виховання спортсменів. Наведено систему культурних заходів: вечір пам'яті Масутацу Ояма, доповіді студентів про його життєвий і творчий шлях, музично-літературна композиція, виконання Гімну і Клятви каратистів, виставка книг М.Ояма та видань про його життєтворчість, представлено колекцію холодної зброї та бойового спорядження японських воїнів епохи Середньовіччя. Виконано улюблені вправи М.Ояма: цикл формальних вправ карате (ката), тамешиварі (розбивання руками та ногами дощок) та «Лабіринт сміливості» (складні вправи для досвідчених спортсменів, які мають потужний позитивний вплив у процесі розвитку вольових якостей та становленні особистості студента-каратиста). Продемонстровано художній фільм «Воїн вітру», в якому висвітлено основні етапи біографії майстра східної боротьби М.Ояма. Влаштовано стенд про еволюцію бойових мистецтв із давніх часів на території Дикого поля.

Представлено заходи, присвячені пам'яті відомих майстрів спорту, що загинули смертю героїв у зоні АТО «Пам'яті героїв». У ході заходів проводилося: вечір-реквієм, доповіді студентів про життєвий, спортивний та бойовий шлях спортсменів-героїв, демонстрація документальних відеофільмів про боротьбу українського народу 2013 – 2014 років, спортивні показові двобої, виставка книг, вистава «Захисник Батьківщини».

З метою підвищення патріотичного виховання молоді акцент зроблено на культурно-історичних, літературно-краєзнавчих і мистецтвознавчих паралелях проведення національно-визвольної боротьби на Донбасі.

Ключові слова: психолого-педагогічний потенціал, інтерактивні техніки, ювілейні культурні і спортивні заходи, Масутацу Ояма, кіокушинкай карате, ката, тамешиварі, студенти-каратисти, спортсмени-герої, зона АТО.

К.С. Осыка. Психолого-педагогический потенциал использования юбилейных культурных и спортивных мероприятий в трениро-

вочном процесі студентів-каратистів. В статті розглянуто психолого-педагогічний потенціал використання ювілейних культурних і спортивних заходів з використанням інтерактивних методів в процесі підготовки студентів-каратистів, їх вплив на морально-етичне, психологічне і патріотичне виховання спортсменів. Представлено систему культурних заходів: вечір пам'яті Масутацу Ояма, доповіді студентів про його життєвий і творчий шлях, музично-літературна композиція, виконання Гімну і Клятви каратистів, виставка книг М.Ояма і публікацій про його життєдіяльність, представлена колекція холодної зброї і бойової апаратури японських воїнів епохи Середньовіччя. Виконано улюблені вправи М.Ояма: цикл формальних вправ каратэ (ката), тамэшивари (розбивання руками і ногами дощечок) і «Лабіринт смелості» (складні вправи для досвідчених спортсменів, які мають сильний позитивний вплив на процес розвитку волевих якостей і формування особистості студента-каратиста). Демонстровано художній фільм «Воїн вітру», в якому відображені основні етапи біографії майстра східної боротьби М.Ояма. Представлено стенд про еволюцію бойових мистецтв в давні часи на території Дикого поля. Проведено заходи, присвячені пам'яті відомих майстрів спорту, які загинули смертю героїв в зоні АТО «Пам'яті героїв». В процесі заходів проводились: вечір-реквієм, доповіді студентів про життєвий, спортивний і бойовий шлях спортсменів-героїв, демонстрація документальних відеофільмів про боротьбу українського народу 2013–2014 років, спортивні показові поєдинки, виставка книг, інсценування «Захисник Батьківщини».

З метою підвищення патріотичного виховання молоді акцент зроблено на культурно-історичних, літературно-краєзнавчих і мистецтвознавчих паралелях проведення національно-визвольної боротьби на Донбасі.

Ключові слова: психолого-педагогічний потенціал, інтерактивні методи, ювілейні культурні і спортивні заходи, Масутацу Ояма, кіокушинкай каратэ, ката, тамэшивари, студенти-каратисти, спортсмени-герої, зона АТО.

Постановка проблеми. Сучасний світ вражений жорстокими військовими конфліктами, глибокою кризою, скепсисом та протиріччями, багаточисельними викликами. І це постійно відчуває на собі як окрема людина, різноманітні групи і колективи, так і суспільство в цілому. Вистояти, а тим більше здійснювати гідні справжньої людини вчинки, при цьому створюючи навколо себе потужне, морально вмотивоване діалогічне поле, залучаючи у нього друзів, однодумців, супротивників, опонентів – складна задача. В процесі розв'язання її на допомогу приходять давня

коштовна традиція. Традиція вшанування пам'яті предків, відомих суспільно-політичних діячів, героїв визвольних рухів, видатних представників світової та вітчизняної культури, літератури, мистецтва, науки та спорту. Проведено культурні і спортивні заходи, присвячені ювілею яскравої зірки світового спорту, майстру східної боротьби Масутацу Оямі, пам'яті спортсменам-героям, які загинули в зоні АТО.

Формування цілей статті (постановка завдання). Метою дослідження є вивчення психолого-педагогічного потенціалу використання ювілейних культурних і спортивних заходів з застосуванням інтерактивних технік і психологічних особливостей національно-патріотичного виховання в тренувальному процесі студентів-каратистів.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Л.М.Карамушка, М.В.Войтович, Л.П.Малигіна вивчають поняття і види інтерактивних технік, організаційно-спрямовуючих, змістовно-сміслових та визначають їх роль в роботі організаційних психологів. Вони підкреслюють важливу роль застосування різноманітних технік і прийомів: психомалюнок, ділова гра, творчий проект, психогімнастичні вправи, дискусії, інтелектуально-пізнавальні та аналітичні завдання, презентації щодо забезпечення ефективної взаємодії членів колективу та подолання комунікативних бар'єрів.

Всеволодов С.С. – президент Українського Союзу Кіокушинкай карате, володар 5 дану з кіокушинкай карате, президент чемпіонатів з кіокушинкай карате та рукопашного бою 1980 – 2001 р.р. Організатор спортивно-тренувальних таборів на території України та за її межами, тренер професійних спортсменів, призерів чемпіонатів Європи та світу.

Кушнірик В.Б. почав займатися кіокушинкай карате у м.Тернополі з 1982 року. Перемагав у турнірах з куміте, тамешиварі, ката, демонстрував відмінну техніку у двобоях. Володар 5 дану з кіокушинкай карате. Був старшим тренером Тернопільської збірної зі східних єдиноборств, тренером української збірної з кіокушинкай карате. Мав багато учнів, які продовжують справу його життя сьогодні.

Фомін В.П. – володар 5 дану з кіокушинкай карате. Почав займатися карате в 1977 році ще за часів Радянського Союзу. Брав участь в організації федерації кіокушинкай карате Радянського Союзу, а в подальшому – Федарації кіокушинкай Росії. Провідний методист, який розробив у 80-роки базові принципи викладання кіокушинкай карате. Автор навчально-методичної

та популярної літератури зі східних єдиноборств. Засновник та інструктор клубу «Бусидо».

Мандрик О.П. з дитинства займався вольною, греко-римською боротьбою, самбо, перемагав у боях без правил. Брав участь у Всесвітньому тренерському семінарі у Греції, отримав диплом офіційного представника з панкратіону. В даний час очолює федерацію панкратіону в Україні, має багато учнів.

Резник А.В. – майстер спорту міжнародного класу з панкратіону, член національної збірної з панкратіону, багатократний чемпіон України з панкратіону, чемпіон Європи та світу, срібний призер Всесвітніх ігор з єдиноборств. Учасник АТО у складі бійців СБУ «Альфа», отримав важке поранення у бою під Слов'янськом.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для різноманіття та вдосконалення тренувального процесу студентів-каратистів в університеті здійснено культурні і спортивні заходи «Зачарований мистецтвом карате», присвячені 90-літтю з дня народження відомого японського суспільного і громадського діяча, видатного спортсмена, основоположника сучасного кіокушинкай карате Масутацу Оями (1923 – 1994); «Пам'яті героїв», присвячені пам'яті відомим спортсменам, що загинули в зоні АТО.

При проведенні спортивних заходів ми спираємось на технологічний підхід. У процесі реалізації технологічного підходу в роботі спортивних психологів важливе значення надається інтерактивним технікам. Інтерактивні техніки – це техніки, які забезпечують активну взаємодію спортсменів, тренерів та керівників окремих клубів, об'єднань на рівні міста, області, країни та міжнародних федерацій в умовах проведення культурних і спортивних заходів, спрямованих на їх підготовку до розв'язання актуальних управлінських і професійних завдань [7].

Нами було використано інтерактивні техніки, які відіграють роль інформаційно-пізнавального компоненту; дають можливість осмислити зміст та значення історії та сучасного стану кіокушинкай карате, панкратіону, пауерліфтингу, їх видатних діячів та сучасних провідних спортивних шкіл і федерацій; сприяють аналізу життєвого та творчого шляху М.Оями, його філософсько-психологічній, педагогічній та тактико-технічній систем; орієнтують на усвідомлення сучасних підходів до тренувального та змагального процесів кіокушинкай карате, панкратіону, рукопашного бою [3; 4; 6].

Розглядався діагностичний компонент, який сприяв актуалізації потреби учасників свята в самопізнанні, самоаналізі

психологічних особливостей свого клубу, власних особистісних і професійних якостей [7].

Виділявся корекційно-розвивальний компонент, який сприяє формуванню потреби та вмінь в учасників свята використовувати отримані знання з метою оптимізації мотивації досягнення, професійного та особистісного вдосконалення. Забезпечує визначення конкретних напрямків і шляхів вирішення проблем, які виникають в спортивній діяльності, перспективних напрямків її розвитку. Створює умови для набуття умінь та навичок, що сприяють підвищенню ефективності діяльності клубів кіокушинкай карате та рукопашного бою: прийняття колегіальних та індивідуальних рішень, налагодження ділового та управлінського спілкування, врахування мотивації діяльності спортсменів та тренерів, формування сприятливого соціально-психологічного клімату [7].

Інтерактивні техніки поділяються на організаційно-спрямовуючі та змістовно-сміслові. Організаційно-спрямовуючі інтерактивні техніки сприяють залученню студентів-каратистів до виконання певних завдань, забезпечують перехід від однієї частини свята до іншої, створюють комфортні умови діяльності для спортсменів, підтримують їх активність. До даної групи технік відносяться організаційно-підготовчі техніки. Вони пов'язані з вибором приміщення для проведення заходу (спортивна зала, обладнана згідно національно-патріотичних традицій, технічних засобів (музика, відео), підготовка спеціальних бейджів-емблем з вказівкою ім'я учасників заходу в тому варіанті, як їм подобається). Також зазначається рівень майстерності учасника. Це дає можливість учасникам активно взаємодіяти між собою згідно поданій інформації. Використовувались техніки, пов'язані з вивченням очікувань спортсменів щодо свята [7].

Учасникам пропонувалося письмово відповісти на питання: що саме вони хочуть отримати від даного свята? Які конкретні вміння та навички студенти хочуть засвоїти? Який в учасників свята емоційний стан? Дана техніка актуалізує рефлексію, дозволяє діагностувати емоційний стан, дає можливість створити колективний психологічний портрет учасників свята, дає змогу ведучому скорегувати свої подальші дії щодо залучення студентів до вступу в університетський клуб кіокушинкай карате. В ході проведення свята учасники для виконання вправ поділялися на малі групи. Групи формувалися за бажанням. Робота в малих групах дає можливість опанувати прийоми спільної роботи, розподіляти між собою функції, спілкуватися при обговоренні проблем, презентувати позицію групи [7; 8].

Активно діяли у роботі зі студентами змістовно-сміслові інтерактивні техніки – це сприяння безпосередньому вирішенню цілей та завдань, поставлених перед святом [7]. В ході проведення свята використовувалися наступні прийоми: доповіді, виставка літератури, демонстрація відеофільмів, бойового спорядження та зброї, стендів з історії східної боротьби, національної символіки, атрибутики й етикета, наочна демонстрація зразкових спортивних прийомів і бойових комбінацій, психологічні вправи, спортивні змагання, висвітлення свята в періодичній пресі (університетська газета «Педагог»). Більш детальніше зупинимось на проведенні свята.

У спортивному залі Державного вищого навчального закладу «Донбаський державний педагогічний університет» (м.Слов'янськ) відбувся вечір пам'яті М.Оями, на якому з доповідями про життєвий і творчий шлях видатного каратиста виступили члени університетського Клубу кіокушинкай карате імені Масутацу Оями та був проведений цикл виховних годин з загальною назвою «Масутацу Ояма – людина, воїн, спортсмен, вчитель, теретик бойового мистецтва» [2; 3; 4].

Присутні із задоволенням і хвилюванням прослухали національні гімни Японії і України, чарівні мелодії японських та українських народних пісень, войовничі ритми бойової музики каратистів, дзюдодістів, ніндзя, самураїв, запорізьких козаків, січових стрільців, сучасних японських та українських збройних сил. Представлена музично-літературна композиція, що охоплює земну, повітряну та морську стихії й створює єдину цілісність, своєрідну та гармонійну музику сфер, музику небесної благодаті. Студенти філологічного факультету і факультету психології, економіки та управління майстерно, з невідомим піднесенням і натхненням виконали Гімн і Клятву каратистів «Доджо Кун» («Клятва Залу») японською та українською мовами.

По всій залі гордо і трепетно майоріють національні прапори Японії і України, створюючи високу духовну ауру, наскрізь просякнуту світлом віри, надії, любові, миру, добра і краси. І на кожному кроці японська національна символіка, атрибутика, етикет: атмосфера креативна, творча, неповторна і прекрасна! Інколи здавалося, що невеличка, але досить впливова й авторитетна в сучасному спортивному світі делегація поважних ввічливих хлопців та струнких вродливих дівчат з Країни вранішнього сонця несподівано, з дружнім візитом завітала до нашого університету.

Влаштовано виставку книг М.Оями та видань, що ґрунтовно і всебічно висвітлюють його життєтворчість, вплив на сучасний каратистський рух. Представлено колекцію зразків бойового спорядження і зброї японських воїнів епохи Середньовіччя, хоробрих захисників Батьківщини, більшість з яких досконало володіли бойовими прийомами східної боротьби [1; 2; 3; 4].

Керівник клубу К.С.Осика виконав улюблені вправи М.Оями, класичні системи східної боротьби: різноманітні комбінації ката (формальні вправи кіокушинкай карате), тамешиварі (розбивання твердих предметів) та лабіринт сміливості (найскладніше випробування для досвідчених каратистів, яке має потужний позитивний потенціал в процесі загартування вольових якостей та становленні особистості справжнього каратиста) [1; 4]. Продемонстровано художній фільм «Воїн вітру», в якому висвітлено основні етапи біографії Масутацу Оями, несподівані виклики долі, складні життєві обставини і перешкоди, котрі мужньо та самовіддано долає ця непересічна особистість. Представлено стенд «Дике поле: історія бойових мистецтв і воїнських двобоїв», де відображено розвиток спортивної боротьби та воїнських мистецтв у народів, що з давніх-давен населяли цей край: кіммерійці, скифи, сармати, готи, алани, гунни, анти, авари, булгари, хазари, печенегі, половці, татари.

В спортивному корпусі ДВНЗ «ДДПУ» у 2013–2016 роках відбулися такі змагання: відкрита першість Донецької області з кіокушинкай карате «Надії кіокушин», в якій взяли участь 241 спортсмен, 17 команд з України і Росії; чемпіонат України з кіокушинкай карате (куміте, ката) з показовими виступами каратистів з холодною зброєю і тамешиварі [8].

Також відбулися заходи, присвячені пам'яті відомих майстрів спорту, що загинули смертю героїв в зоні АТО «Пам'яті героїв». Більше 200 професійних спортсменів пішли на фронт, 50 – не повернулись із бою. Серед них – борці і боксери, веслярі і багатоборці, майстри кінного спорту, пауерліфтингу, панкратіону, карате та рукопашного бою: Максим Бендеров, Ігор Борис, Сергій Давиденко, Юлія Кокоскіна, Ігор Крисоватий, Віктор Піцул, Ігор Присяжнюк, Євген Трофимов, Олег Мединський ...

У спортивному залі проведено вечір-реквієм пам'яті героїв-спортсменів, який згідно траурній традиції розпочався хвилиною мовчання, біль і сум в серцях карбує метроном. В центрі залу: герб і прапор України, свічки, лампади, татамі, кімоно, сумна фронтна гітара, в жовтих і блакитних квітах, білих та вишиваних рушниках фотопортрети бійців. В почесній варті виши-

кувались викладачі і студенти факультетів фізичного виховання, філологічного, психології, економіки та управління. З доповідями про життєвий і спортивний шлях героїв виступили голова та члени університетського Клубу кіокушинкай карате імені Масутацу Оями: К.С.Осика, Д.Клименко, П.Лоіш, А.Меденцев, Д.Смирнова. Присутні із задоволенням і хвилюванням прослухали національний гімн України, чарівні мелодії українських народних пісень, суворі ритми бойової музики запорізьких козаків, січових стрільців, воїнів УПА, сучасних Збройних сил країни. Присутні виконали Гімн і Клятву каратистів «Доджо Кун» («Клятва Залу»), де потужним лейтмотивом пролунала тема боротьби, гідності, стійкості, мужності, хоробрості, відваги, відданості рідній землі, палкої віри в перемогу.

Здійснено показові виступи з силового багатоборства, гірського спорту, хортингу та пауерліфтингу. Керівник клубу К.С.Осика виконав захисні комбінації проти дії озброєного супротивника [1; 6].

Комбінації з дерев'яною палицею (ханбо) довжиною 90 см.

Супротивник озброєний палицею, а каратист захищається неозброєний. Суперник б'є палицею зверху донизу, а каратист виконує верхній блок передпліччям (джодан уке) по передпліччю супротивника і дуже швидко (майже одночасно з блоком) б'є іншою розкритою рукою суперникові в пах (пальці спрямовані донизу), після цього трохи висунувши руку, котра прицільно й сильно б'є уперед; взявшись за пах супротивника, потрібно зробити різкий ривок на себе, тим самим перекидаючи його на землю. В жорстокому двобої іноді використовується удар ногою зверху донизу по лежачому супротивникові.

Суперник озброєний палицею і готується із сильним замахом двома руками завдати удару зверху донизу. Неозброєний каратист швидко кидається вперед і б'є суперника головою в сонячне сплетіння, потім збиває його з ніг і кидає на землю. Далі іноді робить бойовий удар кулаком зверху донизу по супротивнику.

Суперник і спортсмен обидва озброєні палицями (у правій або лівій руці). Супротивник, взявшись двома руками за один кінець палиці, б'є збоку, спрямовуючи удар у тулуб. Спортсмен, взявши палицю двома руками за обидва кінці, робить блок назовні (учі уке), перпендикулярно ударові суперника. Далі, перекидаючи в одну із рук палицю, спортсмен робить два удари палицею по голові й один по ногах супротивника.

Суперник неозброєний, а каратист має одну палицю. Супротивник робить удар ногою в пах (кін гері). Каратист блокує атаку

перпендикулярно ударній нозі, переміщуючи донизу і вперед палицю, міцно взявшись за обидва її кінці. Потім, перекладаючи палицю в одну із рук, спортсмен завдає удару палицею по голові супротивникові. Далі, наближаючись до суперника на ближню відстань, наносить вільною рукою (без палиці) удар ліктем по голові або по тулубу чи спині.

Супротивник озброєний палицею, а спортсмен неозброєний. Суперник наносить удар палицею по ногах. Боець підстрибує над палицею, виконуючи прямий удар ногою в стрибку (має гері тобі) у верхній рівень супротивника. Після стрибкового удару наносимо супротивникові декілька ударів руками і ногами (на вибір).

Суперник неозброєний, але значно сильніший фізично. Каратист озброєний палицею. Супротивник швидко кидається до ніг спортсмена і намагається повалити його на землю. Каратист на випередження б'є палицею по голові або спині суперника, що трохи нагнувся. Далі контратака може бути продовжена ударами палицею по вразливих місцях на тілі супротивника.

Супротивник озброєний палицею, а проти нього неозброєний каратист. Суперник б'є палицею спортсмена по голові зверху вниз. Каратист здійснює на випередження один крок назад (з підстрахуванням руками голови) і, повертаючись спиною, б'є ногою назад (уширо гері) або круговим ударом із розвороту (уширо маваші гері) по середньому чи верхньому рівневі супротивника. Далі контратаку можна продовжити ударами руками або ногами згідно з бойовою ситуацією [1; 6].

З циклу виховних годин постають образи борців за свободу – чудових людей, вірних друзів, чуйних синів, талановитих тренерів, відповідальних, гранично зосереджених на улюбленій справі, справжніх Громадян і Патріотів, їх спортивний і бойовий шлях як подвиг в ім'я Батьківщини [5].

Влаштовано виставку книг, що висвітлюють розвиток панкратіону, рукопашного бою, греко-римської боротьби, кіокушинкай карате в світі і Україні [1; 2; 3; 4; 6]. Висвітлено основні напрямки волонтерського руху, в якому активну участь беруть викладачі і студенти університету.

Продемонстровано художні, художньо-публіцистичні та документальні кінофільми про життєвий і творчий шлях видатних спортсменів, майстрів бойового мистецтва, революцію гідності, національно-визвольну боротьбу на сході України, в зоні АТО: «Шлях дракона», «Кулак люти», «Зима у вогні», «Майдан», «Небесна сотня», «Донбас у вогні», «Україна. Вжити у вогні».

Членами Клубу влаштовано патріотичну воєнно-спортивну виставу «Захисник Батьківщини», в якій представлено наступально-оборонний та тактико-технічний потенціал провідних майстрів бойового мистецтва, представників різноманітних видів та стилів сучасної східної боротьби [5].

Висновки. Використання ювілейних культурних і спортивних заходів в тренувальному процесі дозволяє сформувати сталу систему вольових якостей спортсменів та сприяє зміцненню національно-патріотичного виховання студентів-каратистів. Перспективою дослідження є вивчення особистісного становлення японських майстрів бойових мистецтв.

Список використаних джерел

1. Мисакян М.А. Каратэ киокушинкай: самоучитель / М.А.Мисакян. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2004. – 400 с.
2. Ояма М. Философия каратэ / М.Ояма. – Калининград : Роза, 1993. – 82 с.
3. Ояма М. Это каратэ / М. Ояма. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2001. – 320 с.
4. Ояма М. Классическое каратэ /М.Ояма. – М. : Эксмо, 2008. – 256 с.
5. Роменець В.А. Виховання творчих здібностей у студентів / В.А. Роменець. – К. : Вища школа, 1973. – 96 с.
6. Тарас А.Е. Боевая машина: Руководство по самозащите / А.Е.Тарас. – Минск, 2004. – 592 с.
7. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. / за наук. ред. Л.М.Карамушки. – К. : Фірма «ІНКООС», 2005. – 366 с.
8. Уэйнберг Р.С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р.С. Уэйнберг, Д. Гоулд / пер. с англ. – К. : Олимпийская литература, 2001. – 336 с.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Misakyan M.A. Karate kyokushinkai: samouchitel` / M.A.Misakyan. – M. : FAIR-PRESS, 2004. – 400 s.
2. Oyama M. Filosofiya / M.Oyama. – Kaliningrad: Roza, 1993. – 82 s.
3. Oyama M. Eto karate /Masutatsu Oyama. – M. : FAIR-PRESS, 2001. – 320 s.
4. Oyama M. Klassicheskoe karate /M.Oyama. – M. : Eksmo, 2008. – 256 s.
5. Romanets` V.A. Vykhovannia tvorchykh zdibnostei u studentiv / V.A. Romanets`. – K. : Vyshcha shkola, 1973. – 96 s.

6. Taras A.E. Bolevaya mashina: Rukovodstvo po samozashchite / A.E.Taras. – Minsk, 2004. – 592 s.
7. Tekhnologii roboty orhanizatsiynykh psykhologiv: navch. posib. / za nauk. red. L.M.Karamushky. – K. : Firma «INKOS», 2005. – 366 s.
8. Ueinberg R.S. Osnovy psihologii sporta i fizicheskoi kultury / R.S. Ueinberg, D.Gould / per. s angl. – K. : Olimpiiskaya literatura, 2001. – 336 s.

Received January 15, 2016

Revised February 21, 2016

Accepted March 24, 2017

УДК 159.942:615.851

O.V. Osyka

osika.1984@mail.ru

Гуманістичний підхід у клієнт-центрованій та раціонально-емоційній поведінковій терапіях

Osyka O.V. Humanistic approach in client-centered and rational emotive behavior therapies / O.V. Osyka // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufriieva. – Issue 36. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2017. – P. 260–271.

O. V. Osyka. Humanistic approach in client-centered and rational emotive behavior therapies. The article deals with the application peculiarities of humanistic approach of client-centered therapy by C.Rogers and rational emotive behavior therapy by A.Ellis. **The foreign and domestic psychologists' researches** on the problem of person-centered and rational emotive behavior therapy are represented. Two directions are developed at the second half of XX century in the USA. As a direction of humanistic psychotherapy both client-centered therapy and rational emotive behavior therapy share next fundamental principles: 1) Unconditional acceptance of personality and refusal of evaluation. A personality is unique, complex, historical, so measuring it by one or several criteria is relative and incorrect. 2) Trust to a client is based on his sincerity, ability to develop by his own and change. 3) Refusal of interpretations, control of client's operations, authoritarian