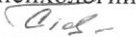
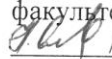


МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ

Утверждено:
на заседании кафедры
протокол № 10 от «20» июня 2019 г.
Зав. кафедрой общей психологии
Галяутдинова С.И. / 

Согласовано:
Председатель УМК
факультета психологии
 / Асафьева Н.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

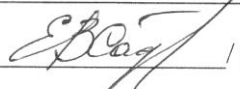
(базовая часть)

программа магистратуры

Направление подготовки
37.04.01 Психология

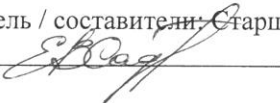
Профиль подготовки
Клиническая психология

Квалификация
Магистр

Разработчик (составитель) Старший преподаватель кафедры общей психологии	 / Сафронова Е.В.
--	---

Для приема 2019 г.

Уфа 2019 г.

Составитель / составители: Старший преподаватель кафедры общей психологии
 /Сафронова Е.В.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры общей психологии
протокол от «20» июня 2019 г. № 10

Заведующий кафедрой  / Галяутдинова С.И./

Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы	6
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)	6
4. Фонд оценочных средств по дисциплине	7
4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	7
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	9
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	16
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	16
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины	17
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	18

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы
(с ориентацией на карты компетенций)

В результате освоения образовательной программы обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Результаты обучения		Формируемая компетенция (с указанием кода)	Примечание
Знания	Знать источники формирования и развития здоровой и активной личности, способной формировать условия своей жизни самостоятельно	ОК-3: готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала	
	Знать основы ценностного отношения к отдельной личности в современном обществе и культуре	ОПК-2: готовность руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	
	Знать историю возникновения и развития позитивной психологии как новейшем практическом направлении психологии; основы практической работы в русле позитивной психологии в индивидуальном и групповом психологическом сопровождении	ПК-2: готовность модифицировать, адаптировать существующие и создавать новые методы и методики научно-исследовательской и практической деятельности в определенной области психологии с использованием современных информационных технологий	
Умения	Уметь работать с биографической информацией и составлять индивидуальные программы личностного развития с учетом сильных сторон личности	ОК-3: готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала	
	Уметь выбирать методы создания условий и психологического климата, способствующих развитию способностей и талантов человека	ОПК-2: готовность руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	
	Уметь формулировать цели психологической помощи с позиции позитивной психологии; определять границы применимости методов позитивного подхода в психологии	ПК-2: готовность модифицировать, адаптировать существующие и создавать новые методы и методики научно-исследовательской и практической деятельности в определенной области	

		психологии с использованием современных информационных технологий	
Владения (навыки / опыт деятельности)	Владеть понятийным аппаратом и практическими методами позитивной психологии	ОК-3: готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала	
	Владеть навыками позитивного мышления при решении практических задач в психологическом сопровождении личности и группы	ОПК-2: готовность руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	
	Владеть навыками в использовании методических приемов позитивной психологии в организации индивидуальной и групповой тренинговой работы	ПК-2: готовность модифицировать, адаптировать существующие и создавать новые методы и методики научно-исследовательской и практической деятельности в определенной области психологии с использованием современных информационных технологий	

2.Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Позитивная психология» относится к базовой части программы магистратуры.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1 семестре магистрантами очной формы обучения, на 1 курсе во 2 сессию магистрантами очно - заочной формы обучения, 1 курсе во 2 сессии магистрантами заочной формы обучения.

Цель изучения курса «Позитивной психологии» заключается в формировании системы базовых знаний о современных подходах позитивной психологии; понимание ценности личности в современной культуре и общественной жизни; формировании представления об источниках развития сильной и здоровой личности; формировании профессионального мышления, стремления к самосовершенствованию и развитию сильных сторон своей личности.

Данная дисциплина предшествует и является основой для изучения практико-ориентированных дисциплин: «Педагогическая практика», «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности» «Психология любви и интимных отношений»

3.Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)

Содержание рабочей программы представлено в Приложении № 1.

4. Фонд оценочных средств по дисциплине

4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

ОК-3: готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала;

Этап (уровень) освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		«Не зачтено»	«Зачтено»
Первый этап (уровень)	Знать источники формирования и развития здоровой и активной личности, способной формировать условия своей жизни самостоятельно	Не знает источники формирования и развития здоровой и активной личности, способной формировать условия своей жизни самостоятельно	Знает источники формирования и развития здоровой и активной личности, способной формировать условия своей жизни самостоятельно
Второй этап (уровень)	Уметь работать с биографической информацией и составлять индивидуальные программы личностного развития с учетом сильных сторон личности	Не умеет работать с биографической информацией и составлять индивидуальные программы личностного развития с учетом сильных сторон личности	Умеет работать с биографической информацией и составлять индивидуальные программы личностного развития с учетом сильных сторон личности
Третий этап (уровень)	Владеть понятийным аппаратом и практическими методами позитивной психологии	Не владеет понятийным аппаратом и практическими методами позитивной психологии	Владеет понятийным аппаратом и практическими методами позитивной психологии

ОПК-2: готовность руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия

Этап (уровень) освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		«Не зачтено»	«Зачтено»

Первый этап (уровень)	Знать основы ценностного отношения к отдельной личности в современном обществе и культуре	Не знает основы ценностного отношения к отдельной личности в современном обществе и культуре	Знает основы ценностного отношения к отдельной личности в современном обществе и культуре
Второй этап (уровень)	Уметь выбирать методы создания условий и психологического климата, способствующих развитию способностей и талантов человека	Не умеет выбирать методы создания условий и психологического климата, способствующих развитию способностей и талантов человека	Умеет выбирать методы создания условий и психологического климата, способствующих развитию способностей и талантов человека
Третий этап (уровень)	Владеть навыками позитивного мышления при решении практических задач в психологическом сопровождении личности и группы	Не владеет навыками позитивного мышления при решении практических задач в психологическом сопровождении личности и группы	Владеет навыками позитивного мышления при решении практических задач в психологическом сопровождении личности и группы

ПК-2: готовность модифицировать, адаптировать существующие и создавать новые методы и методики научно-исследовательской и практической деятельности в определенной области психологии с использованием современных информационных технологий

Этап (уровень) освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		«Не зачтено»	«Зачтено»
Первый этап (уровень)	Знать историю возникновения и развития позитивной психологии как новейшем практическом направлении психологии; основы практической работы в русле позитивной психологии в индивидуальном и групповом психологическом сопровождении	Не знает историю возникновения и развития позитивной психологии как новейшем практическом направлении психологии; основы практической работы в русле позитивной психологии в индивидуальном и групповом психологическом сопровождении	Знает историю возникновения и развития позитивной психологии как новейшем практическом направлении психологии; основы практической работы в русле позитивной психологии в индивидуальном и групповом психологическом сопровождении
Второй этап (уровень)	Уметь формулировать цели психологической помощи с позиции	Не умеет формулировать цели психологической помощи с позиции	Умеет формулировать цели психологической помощи с позиции

	позитивной психологии; определять границы применимости методов позитивного похода в психологии	позитивной психологии; определять границы применимости методов позитивного похода в психологии;	позитивной психологии; определять границы применимости методов позитивного похода в психологии;
Третий этап (уровень)	Владеть навыками в использовании методических приемов позитивной психологии в организации индивидуальной и групповой тренинговой работы	Не владеет навыками в использовании методических приемов позитивной психологии в организации индивидуальной и групповой тренинговой работы.	Владеет навыками в использовании методических приемов позитивной психологии в организации индивидуальной и групповой тренинговой работы.

4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Этапы освоения	Результаты обучения	Компетенция	Оценочные средства
1-й этап Знания	Знать источники формирования и развития здоровой и активной личности, способной формировать условия своей жизни самостоятельно	ОК-3: готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала	тест, устный опрос; словарь терминов, кроссворд, реферат, зачет, практико-ориентированная задача
	Знать основы ценностного отношения к отдельной личности в современном обществе и культуре	ОПК-2: готовность руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	тест, устный опрос; словарь терминов, кроссворд, реферат, зачет, практико-ориентированная задача
	Знать историю возникновения и развития позитивной психологии как	ПК-2: готовность модифицировать, адаптировать существующие и создавать новые методы и методики научно-исследовательской и практической	тест, устный опрос; словарь терминов, кроссворд, реферат,

	<p>новейшем практическом направлении психологии; основы практической работы в русле позитивной психологии в индивидуальном и групповом психологическом сопровождении</p>	<p>деятельности в определенной области психологии с использованием современных информационных технологий</p>	<p>зачет, практико-ориентированная задача</p>
2-й этап	<p>Уметь работать с биографической информацией и составлять индивидуальные программы личностного развития с учетом сильных сторон личности</p>	<p>ОК-3: готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала</p>	<p>практико-ориентированная задача, словарь терминов, кроссворд, устный опрос; реферат, зачет, тест,</p>
Умения	<p>Уметь выбирать методы создания условий и психологического климата, способствующих развитию способностей и талантов человека</p>	<p>ОПК-2: готовность руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия</p>	<p>практико-ориентированная задача, словарь терминов, кроссворд, устный опрос; реферат, зачет, тест,</p>
	<p>Уметь формулировать цели психологической помощи с позиции позитивной психологии; определять границы применимости методов позитивного подхода в психологии</p>	<p>ПК-2: готовность модифицировать, адаптировать существующие и создавать новые методы и методики научно-исследовательской и практической деятельности в определенной области психологии с использованием современных информационных технологий</p>	<p>практико-ориентированная задача, словарь терминов, кроссворд, устный опрос; реферат, зачет, тест,</p>
3-й этап	<p>Владеть понятийным аппаратом и практическими методами позитивной психологии</p>	<p>ОК-3: готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала</p>	<p>словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, зачет, тест,</p>
Владеть навыками	<p>Владеть навыками</p>	<p>ОПК-2: готовность руководить</p>	<p>словарь терминов,</p>

	позитивного мышления при решении практических задач в психологическом сопровождении личности и группы	коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, зачет, тест,
	Владеть навыками в использовании методических приемов позитивной психологии в организации индивидуальной и групповой тренинговой работы	ПК-2: готовность модифицировать, адаптировать существующие и создавать новые методы и методики научно-исследовательской и практической деятельности в определенной области психологии с использованием современных информационных технологий	словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, зачет, тест,

Оценка знаний, умений и навыков, характеризующая этапы формирования компетенций в рамках изучения дисциплины осуществляется в ходе текущей и промежуточной аттестаций.

Текущая аттестация проводится в соответствии с Положением о текущей аттестации обучающихся по программам высшего образования Башкирского государственного университета. Текущая аттестация проводится в формах: устного опроса; письменных работ (контрольные, выполнение практико-ориентированных заданий); тестирования. Критерии оценивания приведены ниже.

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования.

Контрольно-измерительные материалы промежуточной аттестации включают в себя теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень полученных знаний и практические задания, позволяющие оценить степень сформированности умений и навыков.

Критерии оценивания приведены ниже.

Устный опрос - текущий контроль осуществляется путем индивидуального и фронтального устного опроса. Для индивидуального опроса преподаватель предлагает магистрантам несколько вопросов, отвечая на которые они показывают уровень усвоения учебного материала. Для фронтального опроса преподаватель подбирает серию логически связанных между собой вопросов и предлагает всем студентам, вызывая для краткого ответа тех или иных магистрантов.

Критерии оценивания устного ответа на практическом занятии. Развернутый ответ магистранта должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания ответов магистрантов:

1. Общий уровень усвоения материала, предусмотренного программой.
2. Умение анализировать материал, устанавливая причинно-следственные связи.
3. Качество ответа (его общая композиция, логичность, убежденность, общая эрудиция).
4. Ответы на вопросы: полнота, аргументированность, убежденность, умение использовать ответы на вопросы для более полного раскрытия содержания вопроса.

5. При подготовке ответов использование дополнительной литературы.

Шкала оценивания:

«отлично» ставится, если:

- 1) магистрант полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий;
- 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные;
- 3) излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

«хорошо» ставится, если: магистрант дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

«удовлетворительно» ставится, если: магистрант обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:

- 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;
- 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;
- 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

«не удовлетворительно» ставится, если: магистрант обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «не удовлетворительно» отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Вопросы устного опроса:

1. В чем значение общечеловеческих ценностей?
2. Какие личностные качества и внешние условия определяют жизненную мудрость?
3. Какие психологические понятия используются для описания высших человеческих устремлений?
4. Сравните психологическое и религиозное понимание высших ценностей и устремлений. Что общего и что различается в их понимании?
5. Проанализируйте сходство и различия функций и роли, которые выполняют психология как наука и религия как форма общественного сознания.
6. Какие личностные качества характеризуют личность позитивного психолога?
7. Дополните структуру успешного интеллекта, предложенную Р.Дж. Стернбергом, элементами, которые, на ваш взгляд, важны для эффективной жизни среди людей.
8. Какие исследователи и их работы затрагивают проблемы социального и эмоционального видов интеллекта?

Словарь терминов – специальный словарь, содержащий перечень слов, расположенных по тому или иному принципу (в алфавитном порядке или по разделам дисциплины), с теми или иными объяснениями

Критерии оценивания словаря терминов:

Словарь терминов составлен правильно, четко, логично и соответствует теме; проявлены умения использовать нормативную, справочную, дополнительную литературу; отражены все составляющие.

Шкала оценивания словаря терминов:

«отлично»: работа выполнена в полном объеме, словарь терминов составлен правильно, четко, логично и соответствует теме; проявлены умения использовать нормативную, справочную, дополнительную литературу; отражены все составляющие. Даны определения всем предложенным терминам;

«хорошо»: работа выполнена не в полном объеме, словарь терминов составлен правильно, четко, логично и соответствует теме; проявлены умения использовать нормативную, справочную, дополнительную литературу; даны определения 70 % предложенных терминов;

«удовлетворительно» работа выполнена не в полном объеме, словарь терминов составлен неправильно, не четко, не логично или не соответствует теме; проявлены умения использовать нормативную, справочную, дополнительную литературу; даны определения 50 % предложенных терминов;

«не удовлетворительно»: работа выполнена не в полном объеме, словарь терминов составлен неправильно, не четко, не логично или не соответствует теме; не проявлены умения использовать нормативную, справочную, дополнительную литературу, даны определения менее 30 % предложенных терминов

Перечень основных понятий по дисциплине:

Тема 1.: позитивность, концепция здоровья, созидательный потенциал, здоровое функционирование, адаптивные элементы психики и поведения, творческие элементы психики и поведения, человеческие слабости, дистрессы, щедрость, героизм, виктимология, выученная беспомощность, самооценка, оптимизм, личная ответственность, субъективное ощущение счастья, наслаждение, удовлетворение жизнью, чувство близости, конструктивные мысли,

Тема 2.: оптимизм, уверенность в себе, наполненность энергией, жизненной силой, мудрость, любовь, духовность, честность, смелость, доброта, творчество, чувство реальности, поиски смысла, прощение, сочувствие, юмор, щедрость, альтруизм, эмпатия, добродетели,

Тема 3.: здоровая семья, здоровая среда, ресурс, методы визуализации, метод вопросов и ответов, метод проговаривания ключевых идей, методы арт-терапии, удовольствие, поиск смысла жизни, творчество, духовность, любовь, чувство реальности, метод affirmаций, метод affirmаций, метод браслетов, удача, успех, признание, удовлетворение.

Кроссворд – особая (графическая) форма передачи содержания, которую отличает от текста организация слов в вертикальные колонки (графы) и горизонтальные строки таким образом, что каждый элемент является одновременно составной частью и строки, и столбца колонки.

Критерии оценивания кроссворда.

Кроссворд составлен правильно, четко, логично и соответствует теме; проявлены умения использовать нормативную, справочную, дополнительную литературу; отражены все составляющие.

Шкала оценивания:

«отлично»: кроссворд составлен правильно, четко, логично и соответствует теме; проявлены умения использовать нормативную, справочную, дополнительную литературу; отражены не менее 80% терминов;

«хорошо»: кроссворд составлен правильно, но допущены незначительные ошибки; отражены не менее 60% терминов;

«удовлетворительно»: кроссворд недостаточно полон; допущены существенные ошибки; отражены не менее 40% терминов;

«не удовлетворительно»: кроссворд составлен неправильно, не соответствует теме; - не проявлены умения использовать нормативную, справочную, дополнительную литературу; отражены менее 30% терминов.

Перечень терминов для составления кроссворда:

позитивность, концепция здоровья, созидательный потенциал, здоровое функционирование, адаптивные и творческие элементы психики и поведения, человеческие слабости, дистрессы,

щедрость, героизм, виктимология, выученная беспомощность, самооценка, оптимизм, личная ответственность, субъективное ощущение счастья, радости, наслаждение, удовлетворение жизнью, чувство близости, конструктивные мысли, оптимизм, уверенность в себе, наполненность энергией, жизненной силой, мудрость, любовь, духовность, честность, смелость, доброта, творчество, чувство реальности, поиски смысла, прощение и сочувствие, юмор, щедрость, альтруизм, эмпатия, добродетели, здоровая семья, здоровая среда, ресурс, методы визуализации, метод вопросов и ответов, метод проговаривания ключевых идей, методы арт-терапии, удовольствие, поиск смысла жизни, творчество, духовность, любовь, чувство реальности, метод аффирмаций, метод афформаций, метод браслетов.

Реферат - продукт самостоятельной работы магистранта, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит разные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.

Требования к написанию реферата

- титульный лист должен включать название дисциплины, тему реферата, Ф.И.О. магистранта, отделение, курс, факультет, на котором обучается магистрант.
- план-оглавление;
- введение (включает постановку вопроса, объяснение выбора темы, ее значимости и актуальности, формулировки цели и задач реферата, краткую характеристику используемой литературы);
- основная часть (каждый из ее разделов раскрывает отдельную проблему или одну из ее сторон и логически является продолжением друг друга. Данный компонент реферата предполагает подразделение на параграфы, количество и название параграфов определяется самим магистрантом исходя из рассмотренного и проанализированного материала);
- заключение (подводятся итоги или делаются обобщенные выводы по теме реферата, могут быть предложены рекомендации);
- литература.

Как правило, при написании реферата используется не менее 5-10 различных источников, допускается включение таблиц, графиков, схем.

Критерии оценки:

- соответствие теме;
- глубина изучения и обобщения материала;
- адекватность выбора и полнота использования литературных источников;
- правильность оформления реферата.

Шкала оценивания:

«отлично»: Присутствуют все компоненты работы. Представлен анализ нескольких источников рекомендованной литературы. Грамотные ответы на вопросы по проблеме.

«хорошо»: Работа в целом выполнена. Отмечаются некоторые неточности в изложении отдельных частей работы. Владение основными позициями работы.

«удовлетворительно»: Грамотный пересказ 1-3 источников, отсутствуют элементы анализа. Поверхностное представление о проблеме.

«не удовлетворительно»: Работа не выполнена, списана или скачана из Интернета

Темы рефератов:

1. Позитивная интерпретация как способ изменения установок.
2. Современные организации позитивных психологов, их перспективы.
3. Осмысление жизненного опыта и субъективное благополучие.
4. Ценностные факторы современного успешного человека.
5. Индивидуальность и моральный выбор человека.
6. Личность психолога – консультанта и имиджевые характеристики.

7. Психологический портрет позитивного психолога.
8. Современные организации позитивных психологов, их перспективы.
9. Индивидуальность и моральный выбор человека.
10. Социальные риски и выбор профессии.
11. Особенности ценностных ориентаций современных лидеров.
12. Психологический ресурс человека и его увеличение.
13. Жизненное благополучие как основа психического здоровья
14. Личная психологическая безопасность и ее создание в различных сферах жизнедеятельности человека.
15. Манипуляция и противостояние манипуляциям

Практико-ориентированная задача - особая форма работы магистранта, направленная на применение теоретических знаний в практической деятельности

Критерии оценки:

- соответствие упражнения, тренинга, игры теме;
- адекватность выбора и полнота использования литературных источников;
- титульный лист должен включать название дисциплины, Ф.И.О. магистранта, отделение, курс, факультет, на котором обучается магистрант.
- план-оглавление;
- введение (включает постановку вопроса, объяснение выбора техник, приемов, их значимости и актуальности, формулировки цели и задач);
- основная часть (каждый из ее разделов раскрывает отдельный прием или технику и логически является продолжением друг друга);
- заключение (подводятся итоги или делаются обобщенные выводы, могут быть предложены практические рекомендации);
- используемая литература, интернет-источники.

Шкала оценивания практико-ориентированных задач:

«отлично» - Работа полностью выполнена. соответствие упражнения, тренинга, игры теме, адекватность выбора и полнота использования литературных источников, введение включает постановку вопроса, объяснение выбора техник, приемов, их значимости и актуальности, формулировки цели и задач, основная часть или каждый из ее разделов раскрывает отдельный прием или технику и логически является продолжением друг друга, в заключение подводятся итоги или делаются обобщенные выводы, могут быть предложены практические рекомендации, указаны используемая литература, интернет-источники.

«хорошо» - Работа в целом выполнена. Отмечаются некоторые неточности в изложении отдельных частей работы. Владение основными позициями работы: соответствие упражнения, тренинга, игры теме, адекватность выбора и полнота использования литературных источников, введение включает постановку вопроса, объяснение выбора техник, приемов, их значимости и актуальности, формулировки цели и задач, основная часть или каждый из ее разделов раскрывает отдельный прием или технику и логически является продолжением друг друга, в заключение подводятся итоги или делаются обобщенные выводы, могут быть предложены практические рекомендации, указаны используемая литература, интернет-источники. Допущены незначительные ошибки.

«удовлетворительно» - Работа выполнена небрежно, нарушена структура, допущены значительные ошибки во владении основными позициями работы.

«неудовлетворительно» - Работа не выполнена, полностью списана или скачана из Интернета

Задача 1. Посмотрите выступления двух-трех ведущих прямого эфира на телевидении. Оцените их речь с точки зрения использования интонаций, жестикологии, мимики и других форм невербальной экспрессии. Обратите внимание на то, как влияют на восприятие содержания сообщения такие детали, как цвет и стиль одежды, украшений.

Задача 2. Проведите мини – исследование в диадах.

В мини – исследованиях могут участвовать знакомые, друзья или родственники. Необходимо ответить на вопросы два раза – сначала от своего имени, а второй раз – от лица партнера. С помощью сопоставления результатов производится анализ уровня идентификации и межличностного понимания, адекватности взаимных образов.

Задача 3. Коммуникативные барьеры:

проанализируйте виды коммуникативных барьеров, рассмотрите методы и средства преодоления коммуникативных барьеров, отметив как положительные, так и возможно, отрицательные стороны каждого метода.

Задача 4: разработать или составить (используя авторские) тренинговое занятие.

Структура тренинга:

- цель, задачи;
- подробная инструкция для участников тренинга;
- ход занятия;
- необходимое оборудование, раздаточный материал;
- вопросы для получения обратной связи;
- практические рекомендации (групповые, индивидуальные), домашнее задание участникам тренинга.

Тестирование – форма контроля, направленный на проверку владения терминологическим аппаратом, современными информационными технологиями и конкретными знаниями в области данной дисциплины.

Критерии оценивания тестирования:

Работа выполняется индивидуально, без использования дополнительных источников. Ответы вписываются в предоставленные бланки ответов. Вопросы задания могут иметь несколько форм:

а) закрытые вопросы предполагают только один правильный ответ, который заносится в виде крестика под буквой, соответствующей правильному ответу;

б) в открытых формах заданий необходимо вставить пропущенное слово, либо завершить предложение;

в) в вопросах на соотнесение необходимо установить связь понятия (буквенное обозначение в левой колонке) с его особенностями, признаками, характеристиками (цифровое обозначение в правой колонке), например, : А-1, - Б-4 и т.д.

В бланк ответов заносится цифра, которая указывает место данного буквенного обозначения в составленном ряду.

Шкала оценивания:

«отлично»: выполнено 80-100 %;

«хорошо»: выполнено 60-79 %;

«удовлетворительно»: выполнено 45-59 %;

«не удовлетворительно»: выполнено 35-44 %.

Инструкция: Вам предлагаются тестовые задания. Каждый тест содержит вопрос и четыре предлагаемых ответа на него. Вы должны выбрать только один верный ответ. Тестовые задания выполняются индивидуально, без использования дополнительной учебной литературы. Ответы отмечаются в предоставленные бланки ответов. На чтение и выбор ответа на вопрос отводится не более 1 минуты.

Тестовые задания:

Инструкция: Вам предлагаются тестовые задания. Каждый тест содержит вопрос и предполагаемые ответы на него. Вы должны выбрать только один ответ, который представляется Вам верным. На чтение и выбор ответа на вопрос отводится не более 1 минуты.

1. В какой работе А. Маслоу встречается впервые понятие «позитивная психология»:

- а) В психологии бытия;

- б) Мотивация и личность;
 - в) Новые рубежи человеческой природы;
 - г) Дальние пределы человеческой психики.
2. Кто из указанных ниже психологов не работал в области позитивной психологии:
- а) М.Селигман; б) А.Бандура; в) М.Чиксентмихайи; г) К.Изард.
3. Сколько выделяют уровней позитивной психологии:
- а) два; б) три; в) четыре; г) пять.
4. Кто является автором книги «Поток: психология счастья»:
- а) А.Маслоу; б) М. М.Чиксентмихайи; в) М.Селигман; г) А.Бандура.
5. Какая из ниже перечисленных функций не входит в функции, предложенной Е.Г.Трубиной:
- а) упорядочивающая; б) информационная; в) оценивающая; г) убеждающая.
6. Кто ввел понятие «Психологический капитал» в позитивную психологию:
- а) К.Роджерс; б) К.Хорни; в) М.Селигман; г) Р.Чалдини.
7. Что входит в определение «выученная беспомощность»:
- а) отсутствие связи между усилиями и результатом;
 - б) отсутствие способности отражать негативное воздействие;
 - в) отсутствие связи между самооценкой и уровнем притязаний;
 - г) отсутствие связи между знаниями и умениями.
8. Что не относится к методам нарративного подхода:
- а) экстернализация; б) деконструкция;
 - в) восстановление участия; г) интернализация.
9. В психологической теории кого из авторов «Я – концепция» основана на позитивном отношении к себе:
- а) А.Маслоу; б) К.Роджерс; в) Э.Эриксон; г) Ч.Кули.
10. Кто из отечественных психологов в качестве особого предмета изучения выделил высшие человеческие устремления и нравственные качества:
- а) Ю.П.Зинченко; б) Р.С.Немов; в) Д.А.Леонтьев; г) В.В.Знаков.
11. Выделите определение успешного интеллекта (по Стренбергу):
- а) способность человека достигать в жизни успеха, уровня заданных личных стандартов, обусловленного конкретным социально-культурным контекстом;
 - б) совокупность познавательных психических процессов;
 - в) качество психики, состоящее из способности адаптироваться к новым ситуациям, способности к обучению на основе опыта;
 - г) высший уровень мыслительной деятельности.
12. Что не входит в составляющие успешного интеллекта по Р.Стренбергу:
- а) аналитические способности; б) коммуникативные способности;
 - в) практические способности; г) творческие способности.
13. Сколько всего этапов включает процесс целеполагания:
- а) два; б) три; в) четыре; г) пять.
14. Кто является в позитивной психологии автором метода управления временем:
- а) М.Селигман; б) А.Маслоу; в) Б.Франклин; г) Р.Роджерс.
15. Метод «6 задач» (Айви Ли) это...
- а) метод развития мышления; б) метод планирования;
 - в) метод изучения интеллекта; г) метод коррекции воображения.
16. Какую модель предложил Мак-Адамс, получившую широкое распространение в зарубежной позитивной психологии:
- а) модель Я-концепция; б) трехмерную модель исследования личности;
 - в) модель счастья; г) модель деятельности.
17. Выделите определение счастья, предложенное позитивной психологией:
- а) внутренне состояние человека, независящее от степени его обеспеченности материальными благами;

б) счастье = глубокое удовлетворение жизнью + максимум положительных эмоций + минимум негативных эмоций;

в) психологическое состояние человека, при котором он чувствует себя наиболее удовлетворенным своим существованием и окружением, сопровождается положительным эмоциональным настроением.

г) понятия, обозначающее высшее благо как завершенное, самоценное, самодостаточное состояние жизни, общепризнанная конечная субъективная цель деятельности человека.

18. Кто автор книги «Психология счастья»:

а) Д.А.Леонтьев; б) Р.Роджерс; в) М.Аргайл; г) М. М.Чиксентмихайи.

19. Отечественный ученый, автор теории отношений:

а) А.Н.Леонтьев; б) С.Л.Рубинштейн; в) В.Н.Мясищев; г) Б.М.Ломов.

20. Выделите правильное определение идентичности:

а) осознание личностью своей принадлежности к той или иной социально-личностной позиции в рамках социальных ролей и эго состояний;

б) преобразование структуры деятельности предметной в структуре внутреннего плана действий;

в) способ психологической ориентации, в котором движение энергии осуществляется по направлению к внутреннему миру;

г) метод в психологии, базирующийся на самонаблюдении.

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций дисциплины «Позитивная психология» относится рубежный контроль (тестирование), итоговая аттестация в форме зачета по дисциплине.

Критерии оценки знаний магистрантов на зачете

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий.
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания:

Отметка «зачтено» ставится, если ответы магистранта на основные вопросы билета, а также дополнительные вопросы отличаются глубиной и содержательностью:

магистрант свободно владеет научной терминологией;

ответ структурирован, содержит анализ существующих теорий, научных школ, направлений и их авторов по вопросу билета;

магистрант логично и доказательно раскрывает проблему, предложенную в билете;

ответ магистранта характеризуется глубиной, полнотой и не содержит фактических ошибок;

ответ магистранта иллюстрируется примерами, в том числе из собственной практики;

магистрант демонстрирует умение аргументировано вести диалог и научную дискуссию.

Отметка «не зачтено» ставится, если:

магистрант не смог раскрыть содержание вопросов билета, обнаружены пробелы в знаниях основного программного материала;

допускаются существенные фактические ошибки, которые магистрант не может исправить самостоятельно;

допущены принципиальные ошибки в ответах на основные и дополнительные вопросы;

магистрант не способен к их исправлению без дополнительных занятий по дисциплине.

Вопросы для зачета:

1. История и основные исследователи (М. Селигман, Дж. Вейлант, Э. Динер, М. Чиксентмихали и др.).

1. Понятие, предмет и специфика позитивной психологии.
2. История позитивной психологии. Соотношение позитивной психологии и общей психологии, психологии личности, и др.
3. Истоки и история возникновения науки о счастье и благополучии.
4. Основные принципы позитивной психологии и ее особенности.
5. Гуманистическая психология как источник формирования современного позитивного подхода к развитию личности.
6. Современные исследования и перспективы развития в русле позитивного подхода.
7. Области применения и ограничения методов позитивной психологии.
8. Современное движение позитивных психологов.
9. Личностный потенциал человека, понятие, его исследование и изменение.
10. Понятия «выученная беспомощность» и «приобретенный оптимизм». Психологическое содержание и измерения.
11. Благополучие и успешность: субъективные и объективные показатели и оценки.
12. Нейрофизиологические механизмы и условия благополучия.
13. Основные принципы и техники конструирования успеха и благополучия.
14. Позитивное влияние, его разновидности и способы.
15. Манипуляция: виды и средств. Противодействие манипуляциям.
16. Личная психологическая безопасность и ее создание в различных сферах жизнедеятельности человека.
17. Позитивная интерпретация как способ изменения установок.
18. Высшие потребности и стремления в исследованиях отечественных и зарубежных психологов.
19. Религиозное понимание смысла жизни. Психология и религия.
20. Копинг - стратегии, стратегии совладания с жизненными трудностями в отечественной и зарубежной психологии.
21. Понятие «идентичность» и «аутентичность» личности.
22. Нарратив и исследование жизненного пути.
23. Исследования позитивных личностных характеристик: подходы и модели.
24. Методология позитивной психологии.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Джидарьян, И.А. Психология счастья и оптимизма / И.А. Джидарьян. - Москва : Институт психологии РАН, 2013. - 272 с. - (Достижения в психологии). - ISBN 978-5-9270-0254-2; [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=221215>

Дополнительная литература:

2. [Майерс, Дэвид](#). Социальная психология = Social Psychology / Д. Майерс.— 7-е изд. — СПб. : Питер, 2011 .— 800 с.

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

№	Учебные и научные ресурсы	Характеристика	Доступ	Регистрация	Ссылка на ресурс
Учебные ресурсы					
1.	Электронно-библиотечная система «Электронный читальный зал»	Полнотекстовая БД учебных и научных электронных изданий, в т.ч. содержит внутривузовские издания	Авторизованный доступ по паролю из любой точки сети Интернет	Регистрация в Отделе Электронной информации Библиотеки (корпус физмата, читальный зал №2)	https://bashedu.bibliotech.ru/Account/LogOn
2.	Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online»	Полнотекстовая БД учебных и научных электронных изданий	Авторизованный доступ по паролю из любой точки сети Интернет	Регистрация с любого ПК из сети БашГУ,	http://www.biblioclub.ru/
3.	Электронно-библиотечная система издательства «Лань»	Полнотекстовая БД учебных и научных электронных изданий	Авторизованный доступ по паролю из любой точки сети Интернет	Регистрация с любого ПК из сети БашГУ	http://e.lanbook.com/
Российские научные ресурсы					
4.	Научная электронная библиотека (eLibrary)	Полнотекстовая и аннотированная БД электронных научных изданий и публикаций в периодических изданиях	Авторизованный доступ по паролю в сети вуза. Пользование ресурсами открытого доступа с любого компьютера в сети Интернет	Регистрация с любого ПК из сети БашГУ.	http://elibrary.ru/
5.	База данных «Вестник Московского университета» (на платформе East View)	Полнотекстовая БД научных статей, опубликованных в журнале «Вестник МГУ» (25 серий)	Авторизованный доступ по паролю в сети вуза	Без регистрации	http://online.ebiblioteka.ru/

6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

<p>Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы</p>	<p>Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы</p>	<p>Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа</p>
<p>Помещение, ул. Карла Маркса, д.3, корп.4 (гуманитарный корпус)</p> <p>1. учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа: аудитория № 606 (гуманитарный корпус), аудитория № 607 (гуманитарный корпус).</p> <p>2. учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа: аудитория № 603 (гуманитарный корпус), аудитория № 604 (гуманитарный корпус).</p> <p>3. учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций: аудитория № 602 б (гуманитарный корпус)</p> <p>4. учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации: аудитория № 601 а (гуманитарный корпус)</p> <p>5. помещение для самостоятельной работы: читальный зал №5 (гуманитарный корпус)</p>	<p>Аудитория № 606 Учебная мебель, доска, мультимедийный проектор Panasonic PT-LB78BE, экран настенный Classic Norma 244*183, ноутбук Lenovo G570, 15.6, Intel Celeron, 2 Gb</p> <p>Аудитория № 607 Учебная мебель, доска, мультимедийный проектор Panasonic PT-LB78BE, экран настенный Classic Norma 244*183, ноутбук Lenovo G570, 15.6, Intel Celeron, 2 Gb</p> <p>Аудитория № 603 Учебная мебель, доска</p> <p>Аудитория № 604 Учебная мебель, доска</p> <p>Аудитория № 602 б Учебная мебель</p> <p>Аудитория № 601 а Учебная мебель</p> <p>Читальный зал №5 Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, принтер Kyocera M130 – 1 шт., сканер Epson V33 – 1 шт., моноблок Compaq Intel Atom, 20.0”, 2 GB, Моноблок IRu 502, 21.5”, Intel Pentium, 4 GB, огнетушитель – 1 шт., подставка автосенсорная на сканер – 1 шт.</p>	<p>1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. Бессрочная лицензия OLP NL Academic Edition (договор №104 от 17.06.2013 г.)</p> <p>2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. Бессрочная лицензия OLP NL Academic Edition (договор №114 от 12.11.2014 г.)</p>

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
 ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
 ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
 КАФЕДРА ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

дисциплины «Позитивная психология» на 1 курс, 1 семестр
 (наименование дисциплины)
очная форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2 ЗЕТ/72 часа
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	14,2
лекций	
практических/ семинарских	14
лабораторных	
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	57,8
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	

Форма(ы) контроля:

Зачет: 1 курс, 1 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		Л К	ПР/ СЕ М	ЛБ	СР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Введение в позитивную психологию. Предпосылки возникновения позитивной психологии: 1997-1999. Труды М. Селигмана по позитивной психологии. Ценностные основания позитивной психологии. Методы позитивной психологии.		4		14	1, 2.	Подготовиться к устному опросу - обсуждению вопросов темы Составить словарь терминов Решение практико-ориентированной задачи Составить кроссворд Подготовить реферат Подготовиться к тестированию	словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, тест,
2.	Методологические основы позитивной психологии. Трехмерная модель исследования личности. Сущность позитивной «Я-концепции».		4		16	1, 2.	Подготовиться к устному опросу - обсуждению вопросов темы Составить словарь терминов Решение практико-ориентированной задачи Составить кроссворд Подготовить реферат Подготовиться к тестированию	словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, тест,

3.	<p>Высшие индивидуально-психологические качества и ценности человека. Содержание понятия «личностный интеграл» Понимание жизненных сценариев и нарративов. Личность «позитивного» консультанта. Личностная психологическая безопасность. Ограничение позитивного подхода.</p>	6	27,8	1, 2.	<p>Подготовиться к устному опросу - обсуждению вопросов темы Составить словарь терминов Решение практико-ориентированной задачи Составить кроссворд Подготовить реферат Подготовиться к тестированию</p>	<p>словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, тест,</p>
Всего часов:		14	57.8			

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

дисциплины «Позитивная психология» на 1 курс, 2 сессию
(наименование дисциплины)
заочная форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2 ЗЕТ/72 часа
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	18,2
лекций	6
практических/ семинарских	12
лабораторных	
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	50
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	3,8

Форма(ы) контроля:

Зачет: 1 курс, 2 сессия

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР/С ЕМ	ЛБ	СР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Введение в позитивную психологию. Предпосылки возникновения позитивной психологии: 1997-1999. Труды М. Селигмана по позитивной психологии. Ценностные основания позитивной психологии. Методы позитивной психологии.	2	4		14	1, 2.	Подготовиться к устному опросу - обсуждению вопросов темы Составить словарь терминов Решение практико-ориентированной задачи Составить кроссворд Подготовить реферат Подготовиться к тестированию	словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, тест,
2.	Методологические основы позитивной психологии. Трехмерная модель исследования личности. Сущность позитивной «Я-концепции».	2	4		16	1, 2.	Подготовиться к устному опросу - обсуждению вопросов темы Составить словарь терминов Решение практико-ориентированной задачи Составить кроссворд Подготовить реферат Подготовиться к тестированию	словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, тест,
3.	Высшие индивидуально-психологические качества и ценности человека. Содержание понятия «личностный	2	4		20	1, 2.	Подготовиться к устному опросу - обсуждению вопросов темы Составить словарь терминов Решение практико-ориентированной	словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная

	интеграл» Понимание жизненных сценариев и нарративов. Личность «позитивного» консультанта. Личностная психологическая безопасность. Ограничение позитивного подхода.						задачи Составить кроссворд Подготовить реферат Подготовиться к тестированию	задача, устный опрос; реферат, тест,
	Всего часов:	6	12		50			

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

дисциплины «Позитивная психология» на 1 курс 2 сессию
(наименование дисциплины)
очно – заочная форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2 ЗЕТ/72 часа
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	28,2
лекций	14
практических/ семинарских	14
лабораторных	
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	43,8
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	

Форма(ы) контроля:

Зачет: 1 курс, 2 сессия

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР/СЕМ	ЛБ	СР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Введение в позитивную психологию. Предпосылки возникновения позитивной психологии: 1997-1999. Труды М. Селигмана по позитивной психологии. Ценностные основания позитивной психологии. Методы позитивной психологии.	4	4		14	1, 2.	Подготовиться к устному опросу - обсуждению вопросов темы Составить словарь терминов Решение практико-ориентированной задачи Составить кроссворд Подготовить реферат Подготовиться к тестированию	словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, тест,
2.	Методологические основы позитивной психологии. Трехмерная модель исследования личности. Сущность позитивной «Я-концепции».	4	4		16	1, 2.	Подготовиться к устному опросу - обсуждению вопросов темы Составить словарь терминов Решение практико-ориентированной задачи Составить кроссворд Подготовить реферат Подготовиться к тестированию	словарь терминов, кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, тест,
3.	Высшие индивидуально-	6	6		13,8	1,	Подготовиться к устному опросу -	словарь терминов,

	<p>психологические качества и ценности человека. Содержание понятия «личностный интеграл» Понимание жизненных сценариев и нарративов. Личность «позитивного» консультанта. Личностная психологическая безопасность. Ограничение позитивного подхода.</p>					2.	<p>обсуждению вопросов темы Составить словарь терминов Решение практико-ориентированной задачи Составить кроссворд Подготовить реферат Подготовиться к тестированию</p>	<p>кроссворд, практико-ориентированная задача, устный опрос; реферат, тест,</p>
	Всего часов:	14	14		43.8			

