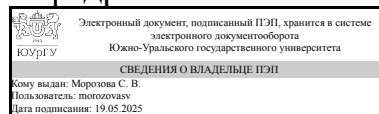


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



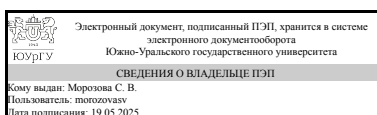
С. В. Морозова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.М0.11.02 Позитивная психология в консультировании
для направления 37.04.01 Психология
уровень Магистратура
магистерская программа Психологическое консультирование
форма обучения очная
кафедра-разработчик Общая психология, психодиагностика и психологическое консультирование

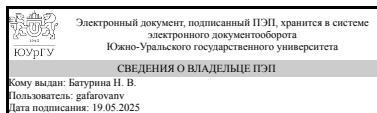
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утверждённым приказом Минобрнауки от 29.07.2020 № 841

Зав.кафедрой разработчика,
к.психол.н., доц.



С. В. Морозова

Разработчик программы,
к.психол.н., доцент



Н. В. Батурина

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины "Позитивная психология в консультировании" : познакомить магистрантов с базовыми понятиями и содержанием позитивной психологии как современного психологического знания, а также ее прикладными аспектами. Задачи курса: 1. Сформировать научно обоснованную базу понятий позитивной психологии и ее места в структуре современного психологического знания; 2. способствовать освоению техник интервенций позитивной психологии через личный опыт ; 3. выработать профессиональную позицию в отношении позитивной психологии и методов работы в консультативной практике.

Краткое содержание дисциплины

Курс «Позитивная психология в консультировании» относится к дисциплинам специализации при подготовке магистров психологии по программе "Психологическое консультирование". В результате усвоения дисциплины обучающиеся должны знать ключевые понятия, теоретико-методологические основы позитивной психологии, определять специфику позитивной психологии, ее проблемные области. В процессе освоения курса акцент делается на прикладных аспектах данного направления в психологии для консультативной практики. Кроме того, магистрант через личный прочувствованный опыт должен уметь применять практические приемы повышения субъективного благополучия и положительных эмоций как у себя, так и клиентов. Дисциплины состоит из 3 разделов, включающих в себя теоретические положения и практические аспекты. Освоение учебной программы осуществляется в форме практических занятий с использованием активных форм обучения.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Знает: базовые категории, терминологический аппарат и специфику методов позитивной психологии Умеет: использовать полученные знания для самооценки собственного потенциала, осуществлять самостоятельный поиск необходимых ресурсов для реализации творческого потенциала, оценивать самоэффективность, отстаивать собственную позицию Имеет практический опыт: методами самодиагностики и рефлексии, способами организации интеллектуальных, мотивационных, социальных, временных и других необходимых ресурсов для осуществления продуктивной продуктивной деятельности
ПК-4 Способен к проведению мероприятий по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов	Знает: теоретические положения и методические приемы позитивной психологии; специфику применения методов позитивной психологии в консультировании с учетом клиентских запросов

	Умеет: организовывать групповую и индивидуальную работу с учетом цели, индивидуальных особенностей клиента для оптимизации эмоционального состояния Имеет практический опыт: подбора оптимальных методов применения позитивного подхода в консультировании и технологии их достижения
--	---

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Производственная практика (научно-исследовательская, квалификационная) (1 семестр)	Психология кризисов, Транзактный анализ, Практикум по экзистенциальному и психологическому консультированию, Групповая психотерапия и консультирование

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Производственная практика (научно-исследовательская, квалификационная) (1 семестр)	Знает: инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей, основные теории, концепции и методологические принципы современной психологической науки, а также специфику организации и проведения исследований (теоретических и прикладных) в области психологии, методологию научного исследования в психологии; особенности и ограничения методов исследования в психологии Умеет: определять приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста, анализировать и синтезировать знания, полученные в основных курсах образовательной программы; осуществлять поиск и классификацию научной информации, необходимую для решения поставленных задач, разрабатывать дизайн психологического исследования; определять параметры и ресурсы для психологического исследования Имеет практический опыт: использования инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей, в постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности психолога; выбора и применения психологических технологий для решения задач

	в профессиональной практике, анализа, оценки и интерпретации результатов психологического исследования; подготовки документации и обобщения полученных данных в виде научных статей и докладов
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 36,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		2
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Аудиторные занятия:</i>	32	32
Лекции (Л)	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	32	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	35,75	35,75
аннотация статей	13	13
написание эссе	7,75	7,75
подготовка реферата	15	15
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Введение в позитивную психологию	4	0	4	0
2	Основные конструкты позитивной психологии	12	0	12	0
3	Прикладная позитивная психология. Позитивные интервенции	16	0	16	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Теоретико-методологические основы позитивной психологии. Гедонизм и эвдемонизм как два подхода к изучению счастья. Теория потока (М. Чиксентмихай). Комбинаторная модель. Теоретические подходы к изучению	2

		смысла в психологии.	
2	1	История развития и современное состояние позитивной психологии в отечественной и зарубежной науке. Позитивная психология и экзистенциально-гуманистический подход.	2
3	2	Характеристика основных конструкторов позитивной психологии: счастье, субъективное благополучие, процветание. Факторы благополучия. Способы диагностики	2
4-6	2	Силы характера и добродетели. Вклад особенностей личности в субъективное благополучие. Понятие и критерии выделения универсальных добродетелей. Концепция психологического благополучия К. Рифф. Оптимизм. Жизнестойкость и стрессоустойчивость	6
7-8	2	Позитивные эмоции. Теория эмоций Б. Фредриксон. Понятие эмоционального интеллекта. Позитивные установки	4
9	3	Понятие, виды и эффективность интервенций в позитивной психологии.	2
10-12	3	Позитивное личностное развитие и подходы к позитивному образованию. Практическое освоение техник повышения субъективного благополучия.	6
13-15	3	Тренинг как способ повышения субъективного благополучия и удовлетворенности жизнью. Принципы разработки и реализации тренинга по повышению субъективного благополучия	6
16	3	Перспективы развития позитивной психологии. Применение позитивной психологии в сфере образования, коучинге, спорте, семейном консультировании.	2

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
аннотация статей	основная и дополнительная литература	2	13
написание эссе	основная и дополнительная литература	2	7,75
подготовка реферата	основная и дополнительная литература	2	15

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	2	Текущий	проверка	0,3	5	Эссе - это самостоятельная работа	зачет

		контроль	творческих работ (эссе)			магистранта, целью которой является анализ-рассуждение о позитивной психологии в жизни человека. Обучающийся выполняет письменную работу и сдает на проверку в электронном ЮУрГУ. Магистрант должен продемонстрировать знание и понимание феномена добродетелей и силы характера в позитивной психологии. Работа оценивается от 0 до 5 баллов по следующим критериям: 5 баллов -сделан глубокий анализ исследуемого феномена, верно определены добродетели главной героини и их влияние на окружающих, анализ сделан с опорой на теоретический материал и полно аргументирован; 4 балла - в целом анализ сделан верно, но без выявления причин, избыточный пересказ сюжета фильма; 3 балла - анализ жизненных событий героини сделан поверхностно с опорой на личные эмоциональные высказывания, ответы на вопросы даны в общем виде без аргументации; 2 балла -анализ поверхностный, представлено простое перечисление ситуаций, где проявляются добродетели героини ; 1 балл - фрагментарно пересказан сюжет, в общем виде обозначена тема характера и добродетелей; 0 баллов - работа не сдана.	
2	2	Текущий контроль	аннотация статьи	0,2	5	Магистрант самостоятельно работает с публикациями по проблемам позитивной психологии, выбирает 3 статьи: 1- теоретического характера, 2 статьи - результаты эмпирического исследования и практической консультативной работы в русле позитивной психологии. Оформляет аннотации в виде таблицы и размещает в электронном курсе на учебном портале "Электронный ЮУрГУ". Максимальная оценка за задание 5 баллов: оформление по ГОСТу библиографической записи - 1 балл; актуальность -1 балл; описаны ключевые идеи статей своими словами - 1 балл; наличие вывода о теоретической, личной и прикладной значимости - 2 балла	зачет
3	2	Текущий контроль	реферат	0,4	10	Реферат выполняется в течение всего семестра самостоятельно с публичной защитой по составленному преподавателем графику. Магистрант должен продемонстрировать знание изучаемой проблемы, умение анализировать различные подходы, применить их на практике, навык работы с научной литературой, а также критичность мышления при анализе эмпирических и	зачет

					экспериментальных данных. Оценка реферата проходит в два этапа: публичная защита в аудитории и письменный текст работы. Каждая часть оценивается от 0 до 5, а затем баллы суммируются. Максимальный балл - 10. Этап публичной защиты оценивается следующим образом: 5 баллов - тема раскрыта исчерпывающе, сопровождается эффективной презентацией, студент свободно и полно отвечает на вопросы аудитории и преподавателя, для иллюстрации привлечены аудио и видео материалы; 4 балла - тема раскрыта на теоретическом уровне полно, но без анализа проблемы, презентация соответствует требованиям, ответы на дополнительные вопросы недостаточно аргументированы; 3 балла - тема реферата раскрыта поверхностно, прослеживается непоследовательность изложения, отсутствуют выводы. При защите студент проявляет неуверенность, затрудняется с ответами на заданные вопросы, презентация малоинформативна; 2 балла - тема работы представлена формально, студент не может ответить на поставленные вопросы, допускает существенные ошибки, презентация малоинформативна либо отсутствует; 1 балл - доклад не соответствует теме реферата, либо представлен только один аспект, магистрант не может ответить на вопросы аудитории и преподавателя, презентация отсутствует; 0 баллов - магистрант не готов к публичной защите. Текст реферата оценивается следующим образом: 5 баллов - полно представлена разработанность выбранной темы в социальной психологии, проанализированы результаты эмпирических исследований, выявлены противоречия, сделаны исчерпывающие выводы. Оригинальность текста выше 65%, список литературы оформлен строго с требованиями ГОСТа; 4 балла - сделан полный литературный обзор по выбранной проблематике, представлен обзор эмпирических исследований, но самостоятельные выводы поверхностны, оригинальность текста 61 - 64%, есть неточности в оформлении списка литературы; 3 балла - представлен теоретический обзор без анализа и выводов о современном состоянии выбранной темы, оригинальность текста 60%, ошибки в оформлении литературы; 2 балла - теоретическая часть представлена	
--	--	--	--	--	---	--

						поверхностно, в назывном порядке, отсутствует параграф с анализом эмпирических исследований, оригинальность текста 60%, список литературы оформлен с грубыми ошибками; 1 балл - текст реферата не соответствует выбранной теме, сделан формально, оригинальность текста ниже 60%, список литературы не соответствует ГОСТу.	
4	2	Текущий контроль	Тестирование	0,1	10	В процессе прохождения разделов курса проводится текущее тестирование с целью оценки знаний ключевых понятий раздела. Тест состоит из 10 закрытых вопросов с одним вариантом правильного ответа. Продолжительность тестирования 10 минут. Оценка выполнения теста: за каждый правильный ответ присваивается 1 балл, максимальное количество баллов - 10.	зачет
5	2	Промежуточная аттестация	собеседование	-	5	Мероприятие промежуточной аттестации является не обязательным для прохождения. В случае, если рейтинг текущей успеваемости магистранта меньше 60%, то он проходит собеседование по базовым темам дисциплины. Критерии оценивания: 5 баллов: ответы полные, развернутые, магистрант владеет основными положениями позитивной психологии; 4 балла: владеет теоретическим положениями, но делает не существенные ошибки; 3 балла: имеет общее и поверхностное представление об изучаемом предмете; 2 балла: знания по дисциплине фрагментарны, изложение материала с опорой на наводящие вопросы преподавателя.	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Мероприятие промежуточной аттестации является не обязательным. Оценка за курс выставляется по результатам рейтинга текущей успеваемости. Согласно Положению о балльно-рейтинговой системе, студент, имеющий рейтинг 60% и выше получает зачет по курсу. В случае, если у студента текущий рейтинг меньше 60 %, он может повысить свой рейтинг за счет дополнительных мероприятий, определенных преподавателем. Итоговая оценка выставляется в ведомость и зачетную книжку..	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ
-------------	---------------------	------

		1	2	3	4	5
УК-6	Знает: базовые категории, терминологический аппарат и специфику методов позитивной психологии	+	+	+	+	+
УК-6	Умеет: использовать полученные знания для самооценки собственного потенциала, осуществлять самостоятельный поиск необходимых ресурсов для реализации творческого потенциала, оценивать самоэффективность, отстаивать собственную позицию	+	+	+		+
УК-6	Имеет практический опыт: методами самодиагностики и рефлексии, способами организации интеллектуальных, мотивационных, социальных, временных и других необходимых ресурсов для осуществления продуктивной деятельности	+	+	+		+
ПК-4	Знает: теоретические положения и методические приемы позитивной психологии; специфику применения методов позитивной психологии в консультировании с учетом клиентских запросов			+		
ПК-4	Умеет: организовывать групповую и индивидуальную работу с учетом цели, индивидуальных особенностей клиента для оптимизации эмоционального состояния			+		
ПК-4	Имеет практический опыт: подбора оптимальных методов применения позитивного подхода в консультировании и технологии их достижения			+		

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Бурлачук, Л. Ф. Психотерапия : Психологические модели [Текст] учебник для вузов Л. Ф. Бурлачук, А. С. Кочарян, М. Е. Жидко ; под общ. науч. ред. Л. Ф. Бурлачука. - 3-е изд., доп. - СПб. и др.: Питер, 2009. - 488 с.
2. Линде, Н. Д. Психологическое консультирование : теория и практика [Текст] учеб. пособие для вузов Н. Д. Линде. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Аспект Пресс, 2013. - 270, [1] с.

б) дополнительная литература:

1. Александров, А. А. Интегративная психотерапия [Текст] пособие А. А. Александров. - СПб. и др.: Питер, 2009. - 347 с. ил.
2. Льюис, К. С. Любовь. Страдание. Надежда Притчи, трактаты: Пер. с англ. Авт. предисл. Н. Трауберг; Авт. коммент. С. А. Кузина и др. - М.: Республика, 1992. - 432 с.
3. Психотерапия [Текст] учебник для мед. вузов В. А. Абабков и др.; под ред. Б. Д. Карвасарского. - 3-е изд., доп. - СПб. и др.: Питер, 2008. - 672 с.
4. Рудестам, К. Групповая психотерапия Пер. с англ. А. Голубев. - 2-е изд. - СПб.: Питер, 2000. - 373,[3] с.
5. Чернявская, А. Г. Психотерапия шаг за шагом [Текст] учеб.-практ. руководство А. Г. Чернявская. - Минск: ТетраСистемс, 2005. - 510 с.
6. Ялом, И. Групповая психотерапия : Теория и практика [Текст] И. Ялом, М. Лесц ; пер. с англ., под ред. Э. Г. Эйдемиллера. - 5-е изд., перераб. и доп. - СПб. и др.: Питер, 2009. - 683 с.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Мир психологии науч.-метод. журн. Рос. акад. образования, Моск. психол.-социал. ин-т журнал. - М., 2003-2018

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Батурина Н.В. Психологическое консультирование: методические указания. / Н.В.Батурина. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2018. – 24 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Батурина Н.В. Психологическое консультирование: методические указания. / Н.В.Батурина. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2018. – 24 с.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
2	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система Znanium.com	Джонсон, Р. Удовлетворенность. Путь к истинному счастью / Р. Джонсон, Д. Мур ; перевод с английского А. Багрянцевой. — Москва : ИОИ, 2016. — 145 с. https://znanium.com/catalog/product/940842
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система Znanium.com	Ван, Д. Э. Психотерапия и поиски счастья / Д. Э. Ван ; перевод с английского А. Багрянцевой. — Москва : ИОИ, 2016. — 298 с. https://znanium.com/catalog/product/940827
4	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система Znanium.com	Карл Роджерс и его последователи: Психотерапия на пороге XXI века : сборник научных трудов / под редакцией Дэвида Брэзиера. — Москва : Когито-центр, 2005. — 315 с. https://znanium.com/catalog/product/1066424
6	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система Znanium.com	Сапогова, Е. Е. Территория взрослости: Горизонты саморазвития во взрослом возрасте / Е. Е. Сапогова. — 2-е изд. — Москва : Генезис, 2016. — 312 с. https://znanium.com/catalog/product/939289

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические	255	Переносное компьютерное оборудование: проектор, ноутбук, колонки

занятия и семинары	(2)	
--------------------	-----	--