

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич  
Должность: Директор  
Дата подписания: 29.08.2022 12:53:03  
Уникальный программный ключ:  
b683afe664d7e9f64175886cf9626a196149ad56

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ  
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет  
Кафедра

*Педагогики и психологии*  
*Психолого-педагогического образования*

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)**

дисциплина

***Б1.В.ДВ.02.01 Позитивная психология и психотерапия***

часть, формируемая участниками образовательных отношений

Направление

***37.04.01***  
код

***Психология***  
наименование направления

Программа

***Клиническая психология***

Форма обучения

***Очно-заочная***

Для поступивших на обучение в  
***2022 г.***

Стерлитамак 2022

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций**

<b>Формируемая компетенция (с указанием кода)</b>	<b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>	<b>Результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>
ПК-1. Способен разрабатывать индивидуальные программы психологического сопровождения клиентов, оказывать индивидуальную психологическую помощь клиентам	ПК-1.1. знает особенности индивидуальных программ психологического сопровождения клиентов, оказания индивидуальной психологической помощи клиентам	Обучающийся должен: знать особенности индивидуальных программ психологического сопровождения клиентов, оказания индивидуальной психологической помощи клиентам
	ПК-1.2. умеет разрабатывать индивидуальные программы психологического сопровождения клиентов, оказывать индивидуальную психологическую помощь клиентам	Обучающийся должен: уметь разрабатывать индивидуальные программы психологического сопровождения клиентов, оказывать индивидуальную психологическую помощь клиентам
	ПК-1.3. владеет навыками разработки индивидуальных программы психологического сопровождения клиентов, оказывать индивидуальную психологическую помощь клиентам	Обучающийся должен: владеть навыками разработки индивидуальных программы психологического сопровождения клиентов, оказывать индивидуальную психологическую помощь клиентам

**2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Цели изучения дисциплины:

1. Усвоение студентами базовых понятий позитивной психологии и психотерапии, методов диагностики состояния целостного здоровья в единстве всех компонентов (физического, психического, психологического, социального, духовно-нравственного).
2. Рассмотрение теоретических основ позитивной психологии и психотерапии, основных подходов и концепций, раскрывающих особенности психического и психологического здоровья в различные периоды онтогенеза.
3. Ознакомление студентов с формами и методами профессиональной деятельности психолога по сохранению и укреплению психического и психологического здоровья человека.

Дисциплина «Позитивная психология и психотерапия» относится к части, дисциплины по выбору.

Дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре

**3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 2 зач. ед., 72 акад. ч.

Объем дисциплины	Всего часов
	Очно-заочная обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	10
практических (семинарских)	18
другие формы контактной работы (ФКР)	0,2
Учебных часов на контроль (включая часы подготовки):	
зачет	
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	43,8

Формы контроля	Семестры
зачет	5

**4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)**

№ п/п	Наименование раздела / темы дисциплины	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			
		Контактная работа с преподавателем			СР
		Лек	Пр/Сем	Лаб	
<b>1</b>		<b>10</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>43,8</b>
1.1	Теоретико-методологические основы позитивной психологии и психотерапии	2	2	0	11,8
1.2	История развития и современное состояние позитивной психологии и психотерапии в России и за рубежом	2	4	0	2
1.3	Позитивные качества личности и добродетели	2	6	0	12
1.4	Метод позитивной психотерапии	2	6	0	4
1.5	Терапевтическая модель позитивной психотерапии	2	0	0	14
	<b>Итого</b>	<b>10</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>43,8</b>

## 4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Курс практических/семинарских занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1		
1.1	Теоретико-методологические основы позитивной психологии и психотерапии	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Позитивная психология как направление развития современной психологии.</li><li>2. Ее отличие и связь с классической психологией.</li><li>3. Значение положительных эмоций в гармоничном развитии личности и психокоррекции имеющихся проблем.</li><li>4. Основные направления деятельности.</li><li>5. Феноменология позитивной психологии. Гуманистическая психология и экзистенциальная психология как теоретико-методологические основы развития позитивно-психологических идей.</li></ol>
1.2	История развития и современное состояние позитивной психологии и психотерапии в России и за рубежом	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Воззрения Г. Олпорта, А. Маслоу и К. Роджерса как основа для развития позитивной психологии.</li><li>2. Персоналии позитивно-психологического знания: Мартин Селигман - основоположник позитивной психологии.</li><li>3. Современные представители позитивной психологии: К. Петерсон, Э. Динер, М. Чиксентмихай, А. Линли, Д. Клифтон, Р. Стернберг, Р. Мэй. - основные идеи исследований.</li><li>4. Центр позитивной психологии: основные направления деятельности.</li><li>5. Центр прикладной позитивной психологии.</li><li>6. Центр Гэллапа.</li><li>7. Аналитический обзор наиболее популярных программ работы: «Личностный синтез», «Курс обучения мудрости». Их содержание и специфика реализации.</li></ol>
1.3	Позитивные качества личности и добродетели	<ol style="list-style-type: none"><li>1. «Мудрость» и ее истоки.</li><li>2. «Благоразумие» как качество личности.</li><li>3. «Креативность» личности и творчество.</li><li>4. «Любознательность» как залог непрерывного самосовершенствования.</li><li>5. «Самоактуализация» личности как ведущая потребность.</li><li>6. «Жизненная перспектива» в восприятии современного человека.</li></ol>
1.4	Метод позитивной психотерапии	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Позитивная психотерапия.</li><li>2. Преимущества позитивной психотерапии.</li><li>3. Девять тезисов позитивной психотерапии.</li><li>4. Позитивная интерпретация заболеваний.</li><li>5. Содержательная оценка конфликта.</li><li>6. Концепции позитивной психотерапии.</li></ol>

Курс лекционных занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1		
1.1	Теоретико-методологические основы позитивной психологии и психотерапии	Позитивная психология как направление развития современной психологии. Ее отличие и связь с классической психологией. Значение положительных эмоций в гармоничном развитии личности и психокоррекции имеющихся проблем. Основные направления деятельности. Феноменология позитивной психологии. Гуманистическая психология и экзистенциальная психология как теоретико-методологические основы развития позитивно-психологических идей.
1.2	История развития и современное состояние позитивной психологии и психотерапии в России и за рубежом	Достижения Г. Олпорта, А. Маслоу и К.Роджерса.М. Селигман - основатель позитивной психологии как академической области. Современные представители позитивной психологии: К. Петерсон, Э. Динер и М.Чиксентмихай, А. Линли, Д. Клифтон, Р.Стернберг, Р.Мэй. Основные идеи исследований. Школы позитивной психологии: Центр позитивной психологии, Центр прикладной позитивной психологии, Центр Гэллапа. Программы работы «Личностный синтез», «Курс обучения мудрости», их содержание и специфика реализации.
1.3	Позитивные качества личности и добродетели	Любознательность, креативность и творчество. Жизнестойкость и стрессоустойчивость. Установка личности на оптимизм. Эмпатия, доброта, благородство и любовь
1.4	Метод позитивной психотерапии	Позитивная психотерапия. Преимущества позитивной психотерапии. Девять тезисов позитивной психотерапии. Позитивная интерпретация заболеваний. Содержательная оценка конфликта. Концепции позитивной психотерапии.
1.5	Терапевтическая модель позитивной психотерапии	Четыре формы переработки конфликтов (физиология и психосоциальная ситуация напряжения). Пятиступенчатая терапевтическая модель позитивной психотерапии.