

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич
Должность: Директор
Дата подписания: 29.08.2022 12:52:17
Уникальный программный ключ:
b683afe664d7e9f64175886cf9626a196149ad56

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

Факультет Педагогики и психологии
Кафедра Психолого-педагогического образования

Рабочая программа 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.

Разработчик (составитель)
кандидат педагогических наук, доцент
Анохина С. А.
ученая степень, должность, ФИО

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	3
2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы	3
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	4
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	4
4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	4
4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)	5
5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	6
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)	7
6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	7
6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем	7
6.3. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства	8
7. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)	8

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

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
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	
1		10	18	0	43,8
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
	Итого	10	18	0	43,8

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">1. Позитивная психология как направление развития современной психологии.2. Ее отличие и связь с классической психологией.3. Значение положительных эмоций в гармоничном развитии личности и психокоррекции имеющихся проблем.4. Основные направления деятельности.5. 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	<ol style="list-style-type: none">1. Воззрения Г. Олпорта, А. Маслоу и К.Роджерса как основа для развития позитивной психологии.2. Персоналии позитивно-психологического знания: Мартин Селигман - основоположник позитивной психологии.3. Современные представители позитивной психологии: К. Петерсон, Э. Динер, М. Чиксентмихай, А. Линли, Д. Клифтон, Р. Стернберг, Р. Мэй. - основные идеи исследований.4. Центр позитивной психологии: основные направления деятельности.5. Центр прикладной позитивной психологии.6. Центр Гэллага.7. Аналитический обзор наиболее популярных программ работы: «Личностный синтез», «Курс обучения мудрости». Их содержание и специфика реализации.
1.3	Позитивные качества личности и добродетели	<ol style="list-style-type: none">1. «Мудрость» и ее истоки.2. «Благоразумие» как качество личности.3. «Креативность» личности и творчество.4. «Любознательность» как залог непрерывного самосовершенствования.5. «Самоактуализация» личности как ведущая потребность.6. «Жизненная перспектива» в восприятии современного человека.
1.4	Метод позитивной психотерапии	<ol style="list-style-type: none">1. Позитивная психотерапия.2. Преимущества позитивной психотерапии.3. Девять тезисов позитивной психотерапии.4. Позитивная интерпретация заболеваний.5. Содержательная оценка конфликта.6. Концепции позитивной психотерапии.

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.

5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Значимость самостоятельной работы по дисциплине «Позитивная психология и психотерапия» обусловлена следующими причинами:

- разный исходный уровень готовности студентов к восприятию учебного материала, различные уровень остаточных знаний, темп, стиль, характер индивидуальной самостоятельной деятельности;
- большой объем материала по дисциплине требует самостоятельной работы, а овладение дисциплиной в полной мере является необходимым условием профессионального становления;
- самостоятельная работа позволяет обучающимся проявить свою индивидуальность в рамках интерактивной работы на лекциях и выступлениях на практических занятиях,

выявить спектр мнений по изучаемой проблеме.

В первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться с целью и задачами дисциплины «Позитивная психология и психотерапия», учебно-тематическим планом, содержанием дисциплины, основной и дополнительной литературой.

Для успешного освоения курса обязательно посещение лекции, во время которой рекомендуется вести записи: выделять основные понятия, факты, выводы.

При подготовке к занятиям студентам необходимо:

- тщательно изучить содержание программы и теоретический материал, изложенный в лекции;
- изучить основные термины и понятия по теме, при необходимости дополнить новыми определениями;
- изучить и законспектировать материал, не рассмотренный на лекциях и практических занятиях, и предложенный преподавателем для самостоятельного изучения, ориентируясь на вопросы к практическому занятию.

Перечень тем, выносимых на самостоятельное изучение по дисциплине соответствует п.4.1. РПД.

Самостоятельная работа по дисциплине «Позитивная психология и психотерапия» может реализовываться:

- непосредственно в процессе контактной работы – на лекциях, практических занятиях и др.;
- в контакте с преподавателем вне рамок аудиторных занятий – на консультациях по учебным вопросам, по вопросам выполнения заданий для самостоятельной работы и т.д.;
- в библиотеке, дома, в общежитии, на кафедре и других местах при выполнении студентом учебных и творческих заданий.

Самостоятельная работа способствует закреплению и систематизации знаний (работа с конспектом, обработка текста, повторная работа над учебным материалом учебника), помогает подготовить ответы на вопросы контроля и зачёта (экзамена).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Основная учебная литература:

1. Андрианова, Л. В. Методологические и теоретические основы понимающей психотерапии детей и подростков / Л. В. Андрианова. – Москва : Издательский дом ЯСК, 2022. – 225 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695053> (дата обращения: 02.12.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-907498-25-9.

Дополнительная учебная литература:

1. Правдина, Л. Р. Психология профессионального здоровья : учебное пособие / Л. Р. Правдина ; Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. – Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2016. – 208 с. : схем., ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493283> (дата обращения: 04.06.2023).

6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

№ п/п	Наименование документа с указанием реквизитов
1	Договор на доступ к ЭБС ZNANIUM.COM между БашГУ в лице директора СФ

	БашГУ и ООО «Знаниум» № 3/22-эбс от 05.07.2022
2	Договор на доступ к ЭБС «ЭБС ЮРАЙТ» (полная коллекция) между БашГУ в лице директора СФ БашГУ и ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» № 1/22-эбс от 04.03.2022
3	Договор на доступ к ЭБС «Университетская библиотека онлайн» между БашГУ и «Нексмедиа» № 223-950 от 05.09.2022
4	Договор на доступ к ЭБС «Лань» между БашГУ и издательством «Лань» № 223-948 от 05.09.2022
5	Договор на доступ к ЭБС «Лань» между БашГУ и издательством «Лань» № 223-949 от 05.09.2022
6	Соглашение о сотрудничестве между БашГУ и издательством «Лань» № 5 от 05.09.2022
7	ЭБС «ЭБ БашГУ», бессрочный договор между БашГУ и ООО «Открытые библиотечные системы» № 095 от 01.09.2014 г.
8	Договор на БД диссертаций между БашГУ и РГБ № 223-796 от 27.07.2022
9	Договор о подключении к НЭБ и о предоставлении доступа к объектам НЭБ между БашГУ в лице директора СФ БашГУ с ФГБУ «РГБ» № 101/НЭБ/1438-П от 11.06.2019
10	Договор на доступ к ЭБС «ЭБС ЮРАЙТ» (полная коллекция) между УУНиТ в лице директора СФ УУНиТ и ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» № 1/23-эбс от 03.03.2023

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»)

№ п/п	Адрес (URL)	Описание страницы
1	Консультант + http://www.consultant.ru/popular/	Справочно-правовая система. Содержит законодательную базу, нормативно-правовое обеспечение, статьи.
2	http://www.iqlib.ru	Интернет-библиотека образовательных изданий, в которой собраны электронные учебники, справочные и учебные пособия. Удобный поиск по ключевым словам, отдельным темам и отраслям знания.
3	www.koob.ru	Электронная библиотека по научной и популярной психологии, педагогики и др.

6.3. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

Наименование программного обеспечения
office Standart 2007 Russian OpenLicensePack NoLevel Acdmc 200 / ООО «Общество информационных технологий». Государственный контракт № 13 от 06.05.2009

7. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Тип учебной аудитории	Оснащенность учебной аудитории
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, учебная аудитория групповых и	Учебная мебель, доска, проектор, экран, учебно-наглядные пособия

индивидуальных консультаций, учебная аудитория текущего контроля и промежуточной аттестации	
Читальный зал: помещение для самостоятельной работы	Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, компьютеры с доступом к сети «Интернет» и ЭИОС Филиала