

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Факультет психологии

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета психологии

Л.Н. Аксеновская

"25" 05 2022 г.

Рабочая программа дисциплины

Позитивная психология

Направление подготовки магистратуры
37.04.01 Психология




Профиль подготовки магистратуры
«Позитивное психологическое консультирование»

Год начала подготовки по учебному плану 2022

Квалификация (степень) выпускника
Магистр

Форма обучения
очная

Саратов,
2022

Статус	ФИО	Подпись	Дата
Преподаватели-разработчики	Жижина М.В.		25.05.22
Председатель НМК	Балакирева Е.И.		25.05.22
Заведующий кафедрой	Аксеновская Л.Н.		25.05.22
Специалист Учебного управления			

1. Цели освоения дисциплины

Цели освоения дисциплины «Позитивная психология»:

- ознакомить слушателей с позитивной психологией как бурно развивающимся в последние два десятилетия направлением психологических исследований;
- ознакомить с историей развития представлений о факторах жизненного благополучия в философии и психологии, с основными понятиями, теориями и эмпирически установленными закономерностями;
- сформировать основные представления о позитивной психологии как области изучения закономерностей психологического благополучия и достойной жизни;
- дать представление о методиках диагностики и мониторинга жизненного благополучия и позитивных интервенций;
- показать источники формирования здоровой и активной личности в современных условиях, заложить ориентиры для понимания собственных возможностей и преимуществ.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Позитивная психология» (Б1.В.05) относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины (модули)».

Дисциплина «Позитивная психология» способствует интеграции социально-психологических знаний, полученных в процессе освоения других профессиональных дисциплин, и формированию готовности их практического применения в деятельности психолога.

3. Результаты обучения по дисциплине «Позитивная психология»

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	1.1_М.УК-1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. 1.2_М.УК-1. Осуществляет поиск алгоритмов решения поставленной проблемной ситуации на основе доступных источников информации. Определяет в рамках выбранного алгоритма вопросы (задачи), подлежащие дальнейшей детальной разработке. Предлагает способы их решения. 1.3_М.УК-1. Разрабатывает стратегию достижения поставленной цели как последовательность шагов, предвидя результат каждого из них и оценивая их влияние на внешнее окружение планируемой деятельности и на взаимоотношения участников этой деятельности	Знать: основные методологические и этические принципы конструирования и проведения фундаментальных и прикладных исследований в рамках гуманистической парадигмы психологии. Уметь: использовать современные научные методы решения исследовательских проблем в профессиональной психолого-педагогической деятельности в русле позитивно-психологических идей; анализировать научные тексты с точки зрения их методологических оснований и принципов Владеть: понятийно-категориальным аппаратом позитивной психологии; навыками позитивно-психологического профессионального мышления, необходимого для анализа, интерпретации рефлексии данных психической действительности.
ПК-1 Способен создавать и реализовывать программы	ПК-1. 1.1. Успешно применяет навыки анализа, обобщения, систематизации	Знать: место, роль, значение и задачи позитивной психологии

<p>научных исследований факторов оптимизации психологических ресурсов самоактуализации, совладания с трудными жизненными ситуациями, адаптивного и успешного функционирования личности и группы, опирающиеся на теорию и методологию позитивного психологического консультирования.</p>	<p>достижений в области консультативной психологии, знание психологических теорий и системы методологических принципов позитивного психологического консультирования для постановки и решения актуальных научных задач изучения факторов оптимизации психологических ресурсов самоактуализации, совладания с трудными жизненными ситуациями, успешного функционирования личности и группы.</p> <p>ПК-1. 1.2. Выдвигает научно обоснованные гипотезы, операционализирует изучаемые и измеряемые переменные, планирует эмпирическое исследование в проблемном поле позитивного психологического консультирования.</p> <p>ПК-1. 1.3. Эффективно использует релевантный психодиагностический инструментарий и методы сбора эмпирических данных, выбранные адекватно поставленным исследовательским задачам в области позитивного психологического консультирования.</p> <p>ПК-1. 1.4. Осуществляет качественный и количественный анализ первичных данных, интерпретирует и обобщает результаты, полученные в ходе исследования факторов оптимизации успешного функционирования личности и группы в условиях совладания с трудными жизненными ситуациями, на основе теории и методологии позитивного психологического консультирования; готовит научные отчеты и публикации по результатам выполненных исследований.</p>	<p>в системе психологического знания и психологических методов; соотношение позитивной психологии со смежными областями научного знания о человеке и трудовой деятельности.</p> <p>Уметь: формулировать цели психологической помощи с позиции позитивной психологии; выбирать методы создания условий и психологического климата, способствующих развитию способностей и талантов человека; работать с биографической информацией и составлять индивидуальные программы личностного развития с учетом сильных сторон личности</p> <p>Владеть: понятийным аппаратом позитивной психологии; навыками позитивного мышления при решении практических задач в психологическом сопровождении личности и группы</p>
<p>ПК-2 Способен разрабатывать на основе теории и методологии позитивного психологического консультирования научно обоснованный методический инструментарий, служащий оптимизации личностных ресурсов самоактуализации, совладания с трудными жизненными ситуациями, успешного функционирования личности и группы, и осуществлять проверку его эффективности.</p>	<p>ПК-2 1.1. Осуществляет постановку целей и задач разработки позитивно-психологического методического инструментария для оптимизации личностных ресурсов самоактуализации, успешного функционирования и совладания с трудностями в соответствии с особенностями жизненной ситуации индивидуальных и групповых субъектов.</p> <p>ПК-2 1.2. Самостоятельно конструирует методический инструментарий, служащий решению актуальных проблем оптимизации личностных ресурсов самоактуализации, совладания с трудными жизненными ситуациями, успешного функционирования личности и группы, с опорой на знание основных теоретико-методологических моделей консультативной психологии, теоретических положений, методологических принципов, базовых и специальных методов позитивного психологического консультирования.</p> <p>ПК-2 1.3. Осуществляет технологию апробации созданных методик и психотехнических средств позитивного психологического консультирования,</p>	<p>Знать: теоретические и практические основы позитивной психологии с учетом межпредметных связей; основы практической работы в русле позитивной психологии в индивидуальном и групповом психологическом сопровождении</p> <p>Уметь: учитывать своей профессиональной деятельности многообразие подходов к личности руководствоваться при этом гуманистическими ценностями; определять границы применимости методов позитивного подхода в психологии</p> <p>Владеть: навыками в использовании методических приемов позитивной психологии в организации индивидуальной и тренинговой работы.</p>

	готовит научные отчеты и публикации по результатам выполненных исследований эффективности полученных разработок.	
--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины «Позитивная психология»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы 108 часов.

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия		ИКР	КСР	
					Общая трудоемкость	Из них – практическая подготовка			
1	Позитивная психология как новая отрасль психологической науки: история и перспективы развития	2		2	2	-	-	2	контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и проверка письменных заданий
2	Основные направления и методы позитивной психологии. Научные школы и центры позитивной психологии: содержание и специфика	2		4	4	-	-	2	контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и проверка письменных заданий
3	Феноменология позитивной психологии. Субъективное благополучие: предикторы и слагаемые	2		4	4	-	-	2	контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и проверка письменных заданий
4	Тема счастья в ракурсе позитивной психологии	2		2	2	-	-	2	контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и проверка письменных заданий
5	Позитивная коммуникация	2		2	2	-	-	2	контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и проверка письменных заданий

6	Позитивная психология бизнеса. Позитивная организация	2		4	4	-	2	2	контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и проверка письменных заданий
7	Прикладная позитивная психология. Позитивные интервенции	2		2	2	-	4	2	контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и проверка письменных заданий
8	Мини-тренинг	2			6	-	6		
9	Промежуточная аттестация	2							Экзамен (36 часов)
	Итого: 108			20	26	-	12	14	

Содержание разделов дисциплины «Позитивная психология»

Тема 1. Позитивная психология как новая отрасль психологической науки: история и перспективы развития

Позитивная психология как наука нового века или смещение исследовательского фокуса внимания на позитивные аспекты жизнедеятельности человека.

История становления: зарождение и причины возникновения позитивной психологии. Ее отличие и связь с гуманистической и экзистенциальной психологией. Позитивная психология: предмет и задачи. История развития и современное состояние позитивной психологии. Манифест 2000 г. позитивной психологии М. Селигмана и М. Чиксенмихай. Три столпа позитивной психологии. Профилактика как предпосылка позитивной психологии по М. Селигману.

Позитивная психология в России. Критика и потенциал позитивной психологии. Мифы о позитивной психологии. Перспективы развития позитивной психологии.

Тема 2. Основные направления и методы позитивной психологии. Научные школы и центры позитивной психологии: содержание и специфика.

Основные направления исследования в позитивной психологии. Методы позитивной психологии.

Зарубежная и российская психологическая школа позитивной психологии. Современные представители позитивной психологии.

Научная школа позитивной психологии Д. А. Леонтьева. Международная лаборатория позитивной психологии личности и мотивации ВШЭ Д. А. Леонтьева. Российский Форум счастья.

Центр позитивной психологии Пеннсильванского университета. Центр прикладной позитивной психологии Великобритании. Центр Гэллапа.

Программа устойчивости Пеннсильванского университета. Английский курс программы «Личностный синтез». «Курс обучения мудрости».

Тема 3. Феноменология позитивной психологии. Субъективное благополучие: предикторы и слагаемые.

Основные конструкты позитивной психологии и способы их измерения. Позитивная психологии как область изучения закономерностей психологического благополучия и достойной жизни. История развития представлений о факторах жизненного благополучия в философии и психологии. Основные теоретические подходы и модели к изучению

субъективного благополучия личности. Обзор зарубежных и отечественных эмпирических исследований психологических закономерностей субъективного благополучия личности. Черты личности, значимые для субъективного благополучия. Психологический инструментальный измерения благополучия личности.

Тема 4. Тема счастья в ракурсе позитивной психологии.

Философские и психологические теории счастья. Гедонизм и эвдемонизм как два подхода к изучению счастья. Представления о слагаемых счастья или эксклюзивность формулы счастья. Мифы о счастье. Умение быть счастливым как важнейшая поведенческая стратегия человека в 21 веке. Счастье как ключевое конкурентное преимущество и мощнейший ресурс в любом деле. Преимущества счастливых людей. Счастье как надежный показатель состояния дел человека на данный момент. Составляющие счастья по К. Юнгу. Счастье и оптимизм.

Концепция потока М. Чиксентмихайи. Характеристики и основные компоненты переживания состояния потока. Способы вхождения в поток.

Концепт PERMA М. Селигмана как теоретическая модель счастья. Модель счастья С. Любомирски и К. Шелдона. Балансная модель счастья Н. Пезешкиане. Архетипы счастья Т. Бен-Шахара. Две модели счастья Т. Шея.

Методики диагностики уровня счастья.

Курс Лори Сантос «Наука о благополучии» в Йельском университете. 14-недельная программа позитивной психологии (PPI Happiness) для студентов Объединенных Арабских Эмиратов.

Тема 5. Позитивная коммуникация.

Понятие позитивной коммуникации. Проблема позитивной коммуникации в психологической науке. Основные характеристики и показатели позитивной коммуникации. Виды коммуникативной реакции по М. Селигману.

Вербальный портрет позитивной личности. Факторы позитивной коммуникации. Зависимость позитивного настроения от степени межличностной аттракции. Взаимосвязь вовлеченности в коммуникацию и коммуникативной компетентностью личности. Слова «самопророчества» счастья. Факторы, определяющие речь человека «счастливого», «человека влияния» и «неудачника» по Е. Варданын.

Тема 6. Позитивная психология бизнеса. Позитивная организация.

История позитивной психологии бизнеса. Позитивная психология бизнеса в России. Роль и функции позитивной эмоций в эффективности деятельности и активизации мотивации.

Принципы «живой организации» или как собрать счастливую команду. Счастье в деятельности (концепция Ф. Гузенюка). Структура корпоративной «практики счастья».

«Аутотелическая» личность по М. Чиксентмихайи. Позитивный лидер и его социально-психологические функции в организации. Модель успешного сотрудника. Зоны развития сотрудников. Коэффициент Марселя Лосада: золотое правило соотношения позитива и негатива в команде.

Состояние потока сотрудников как способ и условие повышения производительности труда. Психология позитивного стимулирования персонала. Позитивные методы и бизнес-инструменты для повышения эффективности сотрудников.

Тема 7. Прикладная позитивная психология. Позитивные интервенции.

Теория выученной беспомощности и выученного оптимизма как базовый концепт психотерапевтических интервенций позитивной психологии. Теория построения позитивных эмоций Барбары Фредриксон. Позитивные эмоции как психологический бензин личности. Концепция достоинств и добродетелей К. Петерсона и М. Селигмана. Гэллаповский определитель сильных сторон Д. Клифтона и Э. Андерсена.

Влияние мыслей, убеждений и представлений на эмоции и психологическое

самочувствие человека. Развитие позитивного мышления, креативности и вовлеченности. Стиль реагирования на ситуацию как личностный выбор. Обзор техник и упражнений позитивной психологии. Интервенции, направленные на повышение субъективного благополучия. Позитивная визуализация. Позитивное личностное развитие и подходы к позитивному образованию.

5. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины

В ходе реализации различных видов учебной работы по освоению дисциплины «Позитивная психология» используются образовательные технологии, направленные на актуализацию творческой активности и инициативы студента, повышение уровня его мотивации, ответственности за качество освоения образовательной программы и позволяющие формировать у обучающихся требуемые образовательной программой универсальные и профессиональные компетенции. Этому способствуют активные методы обучения.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки «Психология» в ходе учебного процесса по освоению дисциплины «Позитивная психология» в целях формирования и развития профессиональных навыков обучающихся предусматривается широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения практических занятий:

- элементы социально-психологического тренинга;
- групповые дискуссии;
- ролевые, интеллектуальные игры.

Для студентов-инвалидов и лиц с ОВЗ предусмотрены следующие формы организации педагогического процесса и контроля знаний:

а) для слабовидящих:

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- для выполнения контрольных заданий при необходимости предоставляется увеличивающее устройство;
- задания для выполнения, а также инструкция о порядке выполнения контрольных заданий оформляются увеличенным шрифтом (размер 16-20);

б) для глухих и слабослышащих:

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости студентам предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

в) для лиц с тяжелыми нарушениями речи, глухих, слабослышащих все контрольные задания по желанию студентов могут проводиться в письменной форме.

Основной формой организации педагогического процесса является интегрированное обучение инвалидов, т.е. все студенты обучаются в смешанных группах, имеют возможность постоянно общаться со сверстниками, легче адаптируются в социуме.

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, определяется главной целью (миссией) программы, особенностью контингента обучающихся и содержанием конкретных дисциплин, и в целом в учебном процессе они должны составлять не менее 20% аудиторных занятий. Занятия лекционного типа для соответствующих групп студентов не могут составлять более 50% аудиторных занятий

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Рабочей программой дисциплины предусмотрена самостоятельная работа студентов в объеме 14 часов.

При изучении дисциплины следует особое внимание обращать на термины и определения. Они зачастую специфичны, несут в себе сложную смысловую нагрузку, от правильного их уяснения и использования зависит грамотное, квалифицированное применение на практике психологических методов, инструментов, технологий.

Данный учебный курс предполагает достаточный объем самостоятельной работы студентов. Желательно аудиторные занятия посещать после самостоятельного ознакомления с основными и дополнительными источниками согласно рекомендуемому списку, в результате чего на лекционных и практических занятиях будет возможно уделять больше внимания уяснению особенностей, так называемых «тонкостей» рассматриваемых вопросов, обсуждению и анализу проблем, возникающих в области практической деятельности, что несомненно, будет способствовать повышению качества подготовки студентов.

В широком смысле под самостоятельной работой студента следует понимать совокупность всей самостоятельной деятельности обучаемых как в отсутствие преподавателя, так и в контакте с ним, в учебной аудитории, и за ее пределами (в том числе и в ходе учебных занятий). Сюда же и входит работа с первоисточниками: конспектирование, устные выступления с анализом первоисточника. Для успешной работы на практических занятиях студент должен прочесть указанную преподавателем литературу и активно участвовать в дискуссии, уметь изложить основные идеи прочитанных источников и дать им аргументированную оценку. Именно устные выступления на семинарах являются главным критерием высокой итоговой оценки.

Самостоятельная работа проводится с целью углубления знаний студентов по данной дисциплине и предусматривает изучение дополнительной литературы и выполнение заданий, представленных в фонде оценочных средств, а также подготовку к промежуточной аттестации по представленным вопросам. Фонд оценочных средств дисциплины включает в себя темы рефератов, тестовые задания, задачи, вопросы к промежуточной аттестации.

Виды самостоятельной работы, используемые в ходе изучения дисциплины:

1. Конспектирование.
2. Реферирование социально-психологической литературы.
3. Аннотирование книг, статей.
4. Выполнение заданий поисково-творческого характера.
5. Углубленный анализ научно-методической литературы.
6. Работа на лекции: составление или слежение за планом чтения лекции, проработка конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой.
7. Участие в работе практических занятий: подготовка конспектов выступлений на занятии, рефератов, выполнение творческих заданий.

Другими словами, подготовка к практическим занятиям обучающегося включает в себя моделирование следующих форм работы:

- анализ литературы (определение вопросов, по которым необходимо прочитать или законспектировать литературу; подготовка вопросов по содержанию лекции; составление схем на основе текста лекций, учебника, монографии; повторение пройденного теоретического материала; установление главных вопросов темы; определение глубины и содержания знаний по теме, составление тезисов по теме);

- изучение и обобщение результатов научных исследований (определение актуальности исследования, его практической значимости, цели, задач, методов и анализ результатов исследования);

- самоанализ приобретенных умений и навыков;
- подготовка индивидуальных творческих заданий.

В систему самостоятельной работы студентов включены также: работа со словарями и литературными источниками; написание реферата; участие в мини-тренинге

6.1. Виды самостоятельной работы

Раздел / Тема дисциплины	Вид самостоятельной работы	Литература
Темы 1-8	проработка конспектов лекций и вопросов, вынесенных на самостоятельное изучение с помощью основной и дополнительной литературы	Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма. М.: Институт психологии РАН, 2019. 272 с. - URL: http://www.iprbookshop.ru/88378.html . - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. Жижина М.В. Практикум по технологии формирования позитивного мышления (образовательная тренинговая программа «Оптимизм: искусство мыслить позитивно»): учебное пособие. Саратов: ИЦ «Наука», 2019. Молокостова А.М. Позитивная психология: метод. указания. Оренбург: ОГУ, 2013. 66 с. - URL: https://lib.rucont.ru/efd/231732 .
	подготовка рефератов по определенной проблеме, теме, решение творческих заданий. Участие в мини-тренинге	Позитивная психология личности / Р. М. Шамионов [и др.]; под ред. Р. М. Шамионова; Саратов. нац. исслед. гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского. Саратов: Издательство Саратовского университета, 2018. Шамионов Р.М. Позитивная психология личности: монография / Р. М. Шамионов, И. Е. Гарбер, Е. Е. Бочарова, Т. Ю. Фадеева [и др.]. Саратов: СГУ, 2018. 200 с. - URL: https://e.lanbook.com/book/148875 https://e.lanbook.com/img/cover/book/148875.jpg . Книга из коллекции СГУ
Итого часов на самостоятельную работу: 14		

6.2. Вопросы для промежуточной аттестации

1. Современные исследования и перспективы позитивной психологии.
2. Опишите в чем состоят основные мифы о позитивной психологии.
3. Прокомментируйте основные идеи М. Селигмана и его коллег в отношении позитивной психологии.
4. Почему профилактика является согласно М. Селигману предпосылкой позитивной

психологии.

5. Как соотносятся идеи гуманистической психологии и позитивной психологии? Что у них общего? В чем различия?
6. В чем состоят проблемы методологии позитивной психологии?
7. Позитивная психология в России. Научная школа позитивной психологии Д. А. Леонтьева: основные направления исследований.
8. Опишите направления исследования, проводимые в русле позитивной психологии?
9. Методы позитивной психологии: психологический инструментарий.
10. Дайте научное определение счастья. Что, по вашему мнению, все-таки делает людей счастливыми или несчастными?
11. Дайте определение субъективному благополучию человека. Какие факторы его определяют?
12. В чем заключаются нейрофизиологические механизмы позитивного поведения и счастья.
13. Кратко охарактеризуйте список положительных черт характера (добродетелей), разработанный М. Селигманом и Петерсенем.
14. Опишите основные показатели позитивной коммуникации. Виды коммуникативной реакции по М. Селигману.
15. Охарактеризуйте вербальный портрет позитивной личности.
16. В чем состоят факторы позитивной коммуникации?
17. Раскройте функции позитивной эмоций в эффективности деятельности и активизации мотивации.
18. Опишите основные принципы «живой организации»
19. Почему на Ваш взгляд сейчас «Счастье в деятельности» сейчас является мировым трендом?
20. Опишите источники энергии в работе по Ф. Гузенюку.
21. Опишите техники повышения вовлеченности сотрудников.
22. В чем заключается коэффициент Марселя Лосады?
23. Опишите факторы, способствующие вхождению в состояние потока
24. Какие позитивные методы и бизнес-инструменты для повышения эффективности сотрудников Вам знакомы?
25. Обоснуйте почему теория выученной беспомощности и выученного оптимизма является базовым концептом психотерапевтических интервенций позитивной психологии?
26. В чем состоит роль позитивных эмоций в жизнедеятельности человека?
27. Охарактеризуйте основные положения теории построения позитивных эмоций Барбары Фредриксон.
28. Какие техники и упражнения позитивной психологии Вам известны?

6.3. Порядок выполнения самостоятельной работы

Самостоятельная подготовка к занятиям осуществляется регулярно по каждой теме дисциплины и определяется календарным графиком изучения дисциплины. Для успешной работы на практическом занятии студент должен прочесть указанную преподавателем литературу, проанализировать теоретический материал, активно участвовать в дискуссии, уметь изложить основные идеи прочитанных источников и дать им аргументированную оценку. Именно устные выступления слушателей на семинарах являются главным критерием высокой итоговой оценки.

7. Данные для учета успеваемости студентов в БАРС

Таблица максимальных баллов по видам учебной деятельности.

	1	2	3	4	5	6	7	8
Семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Автоматизированное тестирование	Другие виды учебной деятельности	Промежуточная аттестация	Итого
2	10	-	40	20	-	-	30	100
Итого	10	-	40	20	-	-	30	100

Программа оценивания учебной деятельности студента

2 семестр

Лекции

Оценивается посещаемость, активность – от 0 до 10 баллов.

Лабораторные занятия

не предусмотрено

Практические занятия

Оценивается активность, полнота ответов, их правильность, уровень подготовки – от 0 до 40 баллов

Самостоятельная работа

Выполнение заданий для самостоятельной в соответствии методическими указаниями для выполнения. Оценивается правильность оформления, раскрытие вопроса, обоснованность – от 0 до 20 баллов

Автоматизированное тестирование

не предусмотрено

Другие виды учебной деятельности

Не предусмотрены

Промежуточная аттестация - экзамен

22-30 баллов – ответ на «отлично»;

16-21 балл – ответ на «хорошо»;

10-15 баллов – ответ на «удовлетворительно»

0-9 баллов – ответ на «неудовлетворительно».

Пересчет полученной студентом суммы баллов во 2 семестре по дисциплине «Позитивная психология» в оценку (экзамен)

85-100 баллов	«отлично»
75-84 балла	«хорошо»
60-74 балла	«удовлетворительно»
0-59 баллов	«неудовлетворительно»

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за 2 семестр по дисциплине «Позитивная психология» составляет 100 баллов.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Позитивная психология»

а) литература:

1. Джидарьян И. А. Психология счастья и оптимизма. М.: Институт психологии РАН, 2019. 272 с. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/88378.html> - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS.
2. Жижина М.В. Практикум по технологии формирования позитивного мышления (образовательная тренинговая программа «Оптимизм: искусство мыслить позитивно»):

учебное пособие. Саратов: ИЦ «Наука», 2019.

3. Молокостова А.М. Позитивная психология : метод. указания. М. - Оренбург: ОГУ, 2013. 66 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/231732>.

4. Позитивная психология личности / Р. М. Шамионов [и др.]; под ред. Р. М. Шамионова; Саратов. нац. исслед. гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского. Саратов: Издательство Саратовского университета, 2018.

5. Шамионов Р. М. Позитивная психология личности: монография / Р. М. Шамионов, И. Е. Гарбер, Е. Е. Бочарова, Т. Ю. Фадеева [и др.]. Саратов: СГУ, 2018. 200 с. - URL: <https://e.lanbook.com/book/148875https://e.lanbook.com/img/cover/book/148875.jpg> - Книга из коллекции СГУ

б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Московский городской психолого-педагогический университет -
<http://www.fpo.ru/conditions4apply/prof.htm/>

Российская психологическая библиотека:

<http://www.rospsy.ru/index.php&area=1&p=staticpage=biblioteka>

Библиотека русского гуманитарного Интернет – университета: <http://www.vusnet.ru/biblio/>
Электронная библиотека института психологии Л.С. Выготского РГГУ

<http://psychology.rsuh.ru/index5.html>

Microsoft Windows 7, 8 Pro

Microsoft Office 7, 10, 13 Plus

WinRar

Adobe Acrobat Reader X

Google Chrome

Aby Fine Reader

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Позитивная психология»

Ресурсное обеспечение дисциплины формируется на основе требований к условиям реализации основных образовательных программ, определяемых ФГОС ВО по направлению подготовки Психология с учетом рекомендаций ООП.

Для реализации данной рабочей программы используются компьютерные классы с выходом в Интернет (ауд. 133, 134, XII корпус СГУ), аудитории (кабинеты), оборудованные мультимедийными демонстрационными комплексами (102, 103, 110, 113).

Материально-техническое обеспечение включает в себя современные лицензионные компьютерные статистические системы для анализа данных и обработки результатов эмпирических исследований (SPSS, Stadia, Statistika и др.).

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к одной или нескольким электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам), содержащим все издания основной литературы, перечисленные в рабочей программе дисциплины, сформированным на основании прямых договорных отношений с правообладателями. Кроме того, обучающийся может пользоваться фондом Зональной научной библиотеки им. В.А. Артисевич.

Электронно-библиотечная система СГУ (электронная научная библиотека) и электронная информационно-образовательная среда обеспечивают возможность индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет, как на территории образовательной организации, так и вне ее.

Используемая для реализации образовательных программ общая площадь помещений составляет не менее 10 квадратных метров на одного обучающегося (приведенного

контингента) с учетом учебно-лабораторных зданий, двухсменного режима обучения и применения электронного обучения и (или) дистанционных образовательных технологий. Для проведения практических занятий с элементами обучающего психологического тренинга на факультете психологии имеется тренинговый зал.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению и профилю подготовки 37.04.01 «Психология» (квалификация (степень) «магистр»).

Автор:

к. пед н., доцент кафедры общей и социальной психологии М.В. Жижина

Программа одобрена на заседании кафедры общей и социальной психологии от 25.05.2022, протокол №11.