



СИЛАБУС
навчальної дисципліни

ПОЗИТИВНА ПСИХОЛОГІЯ

(назва)

1. Основна інформація про дисципліну

Тип дисципліни: вибіркова Форма навчання: денна

Освітній ступінь: бакалавр

Галузь знань: для всіх галузей знань

Спеціальність: для всіх спеціальностей

Рік навчання: 2-4 Семестр: 3-8 1

Кількість кредитів (годин) денна: 4 кр. (120 год.: 20 - лекції; 28 - семінарські; 72 - самостійна робота); заочна: 4 кр. (120 год.: 6 - лекції; 6 - семінарські; 108 - самостійна робота)

Мова викладання: українська

Презентаційні матеріали: <http://moodle.idgu.edu.ua/moodle/my/>

2. Інформація про викладача (викладачів)

ПІБ: Радкіна Валентина Федорівна

Науковий ступінь, вчене звання, посада: кандидат педагогічних наук, доцент

Кафедра: загальної та практичної психології

Робочий e-mail: radkina.valentina@gmail.com

Години консультацій на кафедрі: понеділок 15:00 – 16:20

3. Цілі дисципліни та результати навчання

Предмет дисципліни: позитивна психологія-галузь психологічного знання і психологічної практики, в центрі якої знаходиться позитивний потенціал людини (як особистості і як професіонала). Тому знання і уміння, що передбачені дисципліною «Позитивна психологія» є актуальними і необхідними для оволодіння в контексті ОПП фахової підготовки.

Мета дисципліни: визначити позитивну психологію як галузь психології, що вивчає позитивний потенціал людини; розкрити зміст позитивного благополуччя та позитивного психологічного здоров'я особистості; дати уявлення про методи та техніки позитивної психології

Результати навчання: вивчення навчальної дисципліни «Позитивна психологія» передбачає формування та розвиток у студентів загальних компетентностей та програмних результатів навчання відповідно до освітньо-професійної програми будь-якої галузі знань та спеціальності; накопичення знань з рис характеру, значущі для психологічного благополуччя і позитивного здоров'я, диспозиційних і атрибутивних підходів до пояснення оптимізму, актуальних методів дослідження вибору в контексті особистісної самореалізації та професійного успіху.

Матеріал курсу «Позитивна психологія» дозволяє: сформувати вміння оцінювати критичні аргументи на адресу позитивної психології; визначати основні ефекти позитивних емоцій і якостей; опанувати ефективними практичними прийомами для підвищення якості психологічного благополуччя, застосовувати практичні прийоми підвищення позитивних емоцій у себе і в інших, описувати можливості застосування позитивного підходу в професійній діяльності та особистісній самореалізації.

4. Зміст дисципліни.

Змістовий модуль 1. Позитивна психологія як галузь психології, що вивчає позитивний потенціал людини.

Тема 1. Предмет, задачі та методи дослідження позитивної психології. Історія розвитку позитивної психології (А.Маслоу, М.Селігман, І.Бонівел, Д.Леонт'єв).

Тема 2. Психологічний «поток» М. Чиксентмихайі. Гуманістична психологія як предтеча позитивної психології.

Змістовий модуль 2. Зміст щастя і благополуччя в позитивній психології.

Тема 3. Відмінності щастя від благополуччя. Основні елементи благополуччя. Соціально-психологічні чинники психологічного благополуччя.

Тема 4. Особистісні фактори позитивного відношення до світу. Сили характеру і чесноти. Соціальна і духовна спрямованість та благополуччя.

Тема 5. Психологічне здоров'я, психологічна адаптація, особистісна відповідальність за своє життя, щастя і благополуччя. Ефект позитивних емоцій.

Змістовий модуль 3. Позитивна психологія в освіті.

Тема 6. Переваги позитивної психології в освітянському просторі. Позитивна психологія як важлива складова освітнього лідерства.

Тема 7. Основні якості сучасного освітнього лідера. Зміст позитивної дисципліни.

Змістовий модуль 4. Методи та техніки позитивної психології.

Тема 8. Роль внутрішніх позитивних установок. Методи позитивної психології (аформацій, афірмацій, візуалізації, метод браслетів тощо). Техніки позитивної психології (арт-терапія, казко терапія, техніки вишивання та ін.).

5. Політика курсу

Відвідування навчальних занять

Згідно з «Положенням про порядок оцінювання рівня навчальних досягнень студентів в умовах ЄКТС в ІДГУ» студенти мають обов'язково бути присутніми на семінарських заняттях. Студент, який з поважних причин, підтверджених документально, не мав був відсутній на семінарському занятті, має право на відпрацювання у двотижневий термін після повернення до навчання. Студент, який не використав надане йому право у встановлений термін або пропустив заняття без поважних причин, отримує за кожне пропущення заняття 0 балів.

Студенти, які навчаються за індивідуальним графіком, мають в повному обсязі виконати додаткові індивідуальні завдання, попередньо узгодивши їх з викладачем. Присутність на модульній контрольній роботі є обов'язковою. У випадку відсутності студента на проміжному контролі з поважної причини, підтвердженої документально, йому призначається інша дата складання модульної контрольної роботи.

Академічна доброчесність

Студенти мають дотримуватись правил академічної доброчесності відповідно до «Кодексу академічної доброчесності та корпоративної етики ІДГУ». Наявність академічного плагіату в студентських роботах є підставою для виставлення негативної оцінки. Списування студентів під час проведення модульної контрольної роботи є підставою для дострокового припинення її складання та виставлення негативної оцінки.

Використання технологій штучного інтелекту

З метою підвищення академічної доброчесності та сприяння особистісного розвитку, студентам заборонено використовувати будь-які технології штучного інтелекту у підготовці будь-яких завдань.

6. Контрольні заходи та критерії оцінювання

Проміжний і підсумковий контроль

Форма проміжного контролю – модульна контрольна робота, яка проводиться у формі письмової роботи (на платформі Moodle)

Зразок модульної контрольної роботи

1. Визначте основні етапи розвитку позитивної психології.
2. Розкрийте зміст психологічного здоров'я.
3. Розкрийте основні критерії вашого позитивного відношення до майбутньої професії

Форма підсумкового контролю - залік

Критерії оцінювання результатів навчання

Схема формування підсумкової оцінки

Максимальна кількість балів	70 балів (поточний контроль) – середньозважений бал оцінок за відповіді на семінарських заняттях, участі у роботі на лабораторних заняттях, виконання індивідуальних завдань, який переводиться у 100-бальну шкалу з ваговим коефіцієнтом 0,7	30 балів (проміжний контроль) – за результатами виконання МКР
Мінімальний рівень	35 балів (поточний контроль)	16 балів (проміжний контроль)

Шкала переведення підсумкового балу за 100-бальною шкалою оцінювання в оцінку за традиційною шкалою

Підсумковий бал	Оцінка за традиційною шкалою
90-100	зараховано
70-89	
51-69	
26-50	не зараховано
1-25	не зараховано (повторний курс)

Критерії оцінювання під час аудиторних занять

Оцінювання під час аудиторних занять враховує активність студентів на занятті, рівень розуміння матеріалу та використання його при розв'язанні практичних завдань, грамотна побудова усних відповідей та якість оформлення письмових відповідей, презентацій чи інших видів завдань

Оцінка	Критерії оцінювання навчальних досягнень
5 балів	Оцінюється робота студента, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому

	обов'язкову та додаткову літературу, вільно послуговується науковою термінологією, розв'язує задачі стандартним або оригінальним способом, наводить аргументи на підтвердження власних думок, здійснює аналіз та робить висновки.
4 бали	Оцінюється робота студента, який достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає, в основному розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову літературу, розв'язує задачі стандартним способом, послуговується науковою термінологією. Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неістотні неточності та незначні помилки.
3 бали	Оцінюється робота студента, який відтворює значну частину навчального матеріалу, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень, записує основні формули, рівняння, закони. Не здатний до глибокого, всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, не користується необхідною літературою, допускає істотні неточності та помилки.
2 бали	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, проте фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни, не розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань.
1 бал	Оцінюється робота студента, який не в змозі викласти зміст більшості питань теми та курсу, володіє навчальним матеріалом на рівні розпізнавання явищ, допускає істотні помилки, відповідає на запитання, що потребують однослівної відповіді.
0 балів	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом та не в змозі його висвітлити, не розуміє змісту теоретичних питань та практичних завдань.

Критерії оцінювання модульної контрольної роботи. Максимальна кількість балів за МКР- 10: 1 і 2 питання – по 3 бали; третє питання оцінюється в 4 бали. Критеріями оцінювання є: повнота відповіді, здатність критичного аналізу теоретичного матеріалу, вміння наводити аргументи та робити висновки.

Критерії оцінювання індивідуальних завдань

Вид	Максимальна кількість балів
Робота з термінологічним словником	5
Розробка методичних рекомендацій	5
проведення діагностичних обстежень	10

Критеріями оцінювання *термінологічних визначень* є науковість та уміння роботи з довідковою літературою.

Критеріями оцінювання *методичних рекомендацій* є науковість, самостійність та аргументованість відповіді.

Критеріями оцінювання *діагностичних обстежень* є науковість, валідність та академічна доброчесність

Критерії оцінювання під час підсумкового контролю. Підсумкова оцінка виставляється за результатами поточного та проміжного контролю.

7. Основна література та інформаційні ресурси

1. Гуляєва О.В. До проблеми структурного аналізу поняття «психологічного благополуччя»// Вісник Харківського національного університету, випуск 59. <file:///C:/Users/User/Downloads/6029-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-12360-1-10-20160615.pdf>
2. Гурлева Т.С. Дослідження поняття «гармонія» в аспекті життєвих смислів особистості// Psychological journal °6(16) – 2018
3. Данильченко Т. В. Суб'єктивне соціальне благополуччя: психологічний вимір : монографія / Т. В. Данильченко ; Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. – Чернігів : Десна Поліграф, 2016. – 543 с.
4. Жоха С. П. Креативність як ресурс особистісного та професійного зростання //Психологічні ресурси особистості: соціально-психологічний зміст. Збірник наукових праць за матеріалами науково-практичної конференції. Ізмаїл: РВВ ІДГУ. 2019. С.46-50.
5. Кічук А. В. Вираженість психологічної ресурсності як основа психоемоційного здоров'я особистості. Проблеми сучасної психології Науковий журнал Запоріжжя: «Вид. Дім Гельветика». 2020. №3(19). С.47-52.
6. Михайлюк Л. М. Розвиток особистості в гуманістичній психології А. Маслоу та К. Роджерса / Л. М. Михайлюк // Вісник національного технічного університету України "Київський політехнічний інститут". Філософія. Психологія. Педагогіка : [зб. наук. пр.] / Нац. техн. ун-т України "Київський політехнічний інститут" ; [редкол.: Б. В. Новіков (голова) та ін.]. - Київ, 2007. - № 2 (20), [ч. 1]. - С. 89-92. <https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/8545/1/18.pdf>
7. Пахоль Б. Є. Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі та чинники / Б. Є. Пахоль // Український психологічний журнал. - 2017. - № 1. - С. 80-104. - Режим доступу: file:///C:/Users/User/Downloads/ukpsj_2017_1_9.pdf
8. Помиткіна Л.В., Помиткін Д.Е. Моделювання етапів прийняття особистістю стратегічних життєвих рішень як психологічна проблема / Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка. – К.: «Інформаційно-аналітичне агентство», 2012. – Том. X. – Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип. 22. – С. 560-569. <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/18610>
9. Психологічні технології самодетермінації розвитку особистості: монографія / Л.З. Сердюк, І.В. Данилюк, В.В. Турбан, О.І. Пенькова, Н.Д. Володарська [та ін.] ; за ред. Л.З. Сердюк. – К.: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. – 192 с. https://lib.iitta.gov.ua/712878/1/%D0%9C%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D1%96%D1%8F%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B4%D1%8E%D0%BA_2018.pdf
10. Радкіна В.Ф. Критичне мислення як компонент професійної ідентичності сучасного фахівця// The XX XV International Scientific and Practical Conference «Science, development and the latest development trends», September 06 –09, 2022. Paris, France. –Р. 341-345. <https://isg-konf.com/science-development-and-the-latest-development-trends/>
11. Seligman M. Positive psychology //J.A. Gillham (ed.).The science of optimism and hope: Research essays in honor of Martin E.P. Seligman. Phi la delphia: Templeton Foundation Press, 2000. P. 415–429. <https://psycnet.apa.org/record/2001-16094-025>
12. Csikszentmihalyi M. The promise of positive psychology // Psychological Topics. 2009. 18. 2. 203–211. <https://psycnet.apa.org/record/2010-23922-002>

Затверджено на засіданні кафедри загальної та практичної психології від «15» січня 2024 р., протокол № 8