



**Міжнародний гуманітарний університет
Факультет лінгвістики та перекладу
Кафедра педагогіки та психології**

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПОЗИТИВНА ПСИХОЛОГІЯ

**Галузь знань
Спеціальність
Назва освітньої програми
Рівень вищої освіти**

**05 – Соціальні та поведінкові науки
053 – Психологія
Психологія
перший (бакалаврський) рівень**

Розробники і викладачі	Контактний тел.	E-mail
доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри педагогіки та психології Єрмакова Світлана Станіславівна	0982101888	ermakovasvitlana2011@ukr.net

1. АНОТАЦІЯ ДО КУРСУ

Програма навчальної дисципліни «**Позитивна психологія**» є теоретичною й практичною основою сукупності знань та вмінь, що формують профіль психолога у сфері практичної психології.

Позитивна психологія – новітній напрям наукової психології, орієнтований на з'ясування сутності психологічного здоров'я і факторів, що сприяють оптимальному функціонуванню людини та її благополуччя.

Позитивна психологія ставить в якості своєї наукової проблеми пошук відповідей на питання про те, як жити хорошим, гідним життям, отримуючи від життя задоволення, знаходячи в ній сенс, реалізуючи в ній свої сильні сторони, розвиваючись і вносячи свій внесок в життя

близьких людей і суспільства. Курс містить огляд витоків та історичних передумов виникнення позитивної психології як наукового напрямку досліджень в галузі психології особистості, внесок провідних вчених галузі у становленні та розвитку позитивної психології

Метою дисципліни «Позитивна психологія» - ознайомити студентів з основними сучасними тенденціями у розвитку сучасних психологічних уявлень про особистість та її розвиток, дати студентам систематизовані знання у рамках новітнього напрямку сучасної психології, який вивчає роль позитивних цінностей та рис особистості у забезпеченні досягнення людиною суб'єктивного, психологічного та соціального благополуччя

Передумови для вивчення дисципліни. «Психологія бізнесу» є складовою частиною дисциплін психологічного циклу вибіркового блоку. Її вивчення передбачає підвищення професійної компетентності практичних психологів та сприяє ефективній самореалізації їх, як фахівців.

2. ОЧІКУВАНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ, ЯКІ ПЛАНУЄТЬСЯ СФОРМУВАТИ ТА ДОСЯГНЕННЯ ПРОГРАМНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

У процесі реалізації програми дисципліни «Позитивна психологія» формуються наступні компетентності із передбачених освітньою програмою:

Інтегральна компетентність

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов.

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК9. Здатність працювати в команді.

Спеціальні (фахові) компетентності (СК):

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Навчальна дисципліна «Позитивна психологія» забезпечує досягнення програмних результатів навчання (ПР), передбачених освітньою програмою:

ПР11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій (в т.ч. у роботі з особами, що отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.

ПР14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.

ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

Заплановані результати навчання за навчальною дисципліною

знати:

- категоріальний апарат психології бізнесу;
- передумови виникнення позитивної психології як одного з впливових сучасних напрямків вивчення психології особистості;
- основні напрями розвитку позитивної психології на сучасному етапі дослідження психіки людини; - внесок провідних представників психологічної науки у становлення ідей позитивної психології;

вміти:

- встановлювати причинно-наслідкові зв'язки впливу емоцій на людину при взаємодії з оточуючими; володіти:
- прийомами роботи, спрямованої на формування позитивних рис характеру та лідерських умінь.
- користуватись психодіагностичним інструментарієм, розробленим у межах позитивної психології;
- адекватно тлумачити зміст тих чи інших «сильних» рис характеру, їх роль у досягненні людиною цілей самореалізації, підтриманні доброзичливих стосунків з оточуючими, забезпеченні саморозвитку особистості;
- сприяти формуванню позитивного клімату в родині, трудовому колективі;
- стимулювати переживання позитивних емоцій при взаємодії з оточуючими;
- набувати загальнолюдські компетенції розуміння психологічних передумов відчуття людиною суб'єктивного, психологічного та соціального благополуччя;
- опанувати прийоми роботи, спрямованої на формування позитивних рис характеру та лідерських умінь.

3. ОБСЯГ ТА ОЗНАКИ КУРСУ

Загалом		Вид заняття (денне відділення / заочне відділення)			Ознаки курсу		
ЄКТС	годин	Лекційні заняття	Практичні заняття	Самостійна робота	Курс, (рік навчання)	Семестр	Обов'язкова / вибіркова
4	120	14/6	28/6	78/108	2/3	4/6	Вибіркова

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				заочна форма			
	усього	у тому числі			усього			
		лекц.	практ	сам. роб.		лекц.	практ	сам. роб.
Тема 1. Теоретичне підґрунтя позитивної психології та її представники	10	2	4	4	10	2	2	6
Тема 2. Щастя та психологічне благополуччя.	10	2	4	4	10	-	-	10
Тема 3. Оптимізм, самооцінка та надія	20	2	4	14	20	-	-	20
Тема 4. Використання інструментів позитивної психології в особистісній саморегуляції	20	2	4	14	20	-	-	20
Тема 5. Осмисленість життя та шляхи її досягнення	20	2	4	14	20	2	2	16
Тема 6. Позитивне здоров'я: фізичне благополуччя та довголіття	20	2	4	14	20	-	-	20
Тема 7. Розвиток духовного благополуччя.	20	2	4	14	20	2	2	16
Усього годин	120	14	28	78	120	6	6	108
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ - ЗАЛІК								

5. ТЕХНІЧНЕ Й ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ / ОБЛАДНАННЯ

Здобувачі вищої освіти отримують теми та питання курсу, основну і додаткову літературу, рекомендації, завдання та оцінки за їх виконання як традиційним шляхом, так і з використанням університетської платформи он-лайн навчання на базі Moodle. Окрім того, практичні навички у пошуку та аналізу інформації за курсом, з оформлення індивідуальних завдань, тощо, студенти отримують, користуючись університетськими комп'ютерними класами та бібліотекою.

6. САМОСТІЙНА РОБОТА

Самостійна робота здобувачів вищої освіти щодо вивчення дисципліни «Позитивна психологія» передбачає:

1. Знайомство з науковою та навчальною літературою відповідно зазначених у програмі тем.
2. Опрацювання лекційного матеріалу.
3. Підготовка до практичних занять.
4. Консультації з викладачем протягом семестру.
5. Самостійне опрацювання окремих питань навчальної дисципліни.
6. Підготовка та виконання індивідуальних завдань у вигляді есе, рефератів тощо.

7. Підготовка до підсумкового контролю.

ТЕМАТИКА ТА ПИТАННЯ ДО САМОСТІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ТА ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЗАВДАНЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	Тема 1. Теоретичне підґрунтя позитивної психології та її представники Підготувати доповіді 1. Історичні передумови виникнення позитивної психології 2. Ключові поняття позитивної психології 3. Представники наукового напрямку позитивної психології Практична частина Підготувати презентацію. 1. Відмінності наукової позитивної психології від теорій «Happiology» (науки про щасливе життя). 2. Адаптивний потенціал стратегії активного вирішення проблем, з якими стикається людина..	4	6
2	Тема 2. Щастя та психологічне благополуччя Підготувати доповіді 1.Щастя та психологічне благополуччя 1. Концепція щастя в психології та проблема його психодіагностики 2. Суб'єктивне благополуччя: структура та діагностика 3. Чинники суб'єктивного благополуччя: сучасні дослідження та висновки 4. Евдемонічне благополуччя. 5. Теорія самодетермінації (Райан та Десі) та потоку (М. Чиксентміхай). Практична частина Підготувати презентацію 1. Збереження позитивної життєвої орієнтації як передумова подолання психологічних проблем. 2. Роль любові, емпатії та альтруїзму як ознак позитивної орієнтації у забезпеченні позитивного самовідчуття.	4	10
3	Тема 3. Оптимізм, самооцінка та надія Підготувати доповіді: 1. Оптимізм, самооцінка та надія. 2. Феноменологія оптимізму. 3. Переваги оптимізму. Оптимізм як позитивна ілюзія. 4. Моделі самооцінки та теорія самоефективності. Надія та невизначеність. 5. Позитивне мислення та віра в себе.	14	20

	Практична частина Підготувати доповідь 1. Позитивна етика у професійній діяльності. 2. Конструктивізм і позитивна психологія. 3. Позитивна психологія у міжкультурному контексті.		
4	Тема 4. Використання інструментів позитивної психології в особистісній саморегуляції Підготувати доповіді. 1. Резильєнтність, посттравматичне зростання та позитивне старіння. 2. Резильєнтність, екзистенційні думки та рефреймінг 3. Феномен посттравматичного зростання 4. Компоненти позитивного старіння. 5. Мудрість та її місце в саморозвитку Практична частина Підготувати ессе. 1.. Позитивна психологія у клінічній практиці. 2. Позитивна психологія в роботі організаційного психолога	14	20
5	Тема 5. Осмисленість життя та шляхи її досягнення. Підготувати доповіді. 1. Осмисленість життя та шляхи її досягнення. 2. Теорії цілей та роль цінностей у досягненні цілей. 3. Теорія самодетермінації та психологічні потреби. 4. Часова перспектива та використання часу Практична частина Підготувати доповідь 1.Розвиток лідерських якостей за допомогою позитивної психології. 2.Подолання емоційного вигорання за допомогою позитивної психології. 3.Позитивна психологія та життєві труднощі і проблеми.	14	16
6	Тема 6. Позитивне здоров'я: фізичне благополуччя та довголіття 1. Позитивне здоров'я: фізичне благополуччя та довголіття 2. Фізичне благополуччя 3. Особистісна зрілість. 4. Психічне здоров'я 5. Модель позитивної активності та кейси інтервенцій. 6. Розвиток здорових звичок. Практична частина	14	20

	<i>Підготовка доповіді</i> 1.Свобода вибору і як її пережити. 2.Майбутнє позитивної психології		
7	Тема 7. Розвиток духовного благополуччя. 1. Розвиток духовного благополуччя 2. Духовні практики, які підтримують особистісне благополуччя. 3. Технології роботи з тілом в ТОП (тілесноорієнтованій психотерапії) 4. Майндфулнес та медитація 5. Позитивна психотерапія та коучинг Практична частина <i>Підготувати презентацію.</i> 1. Поняття балансу в психології.	14	16
	Всього	78	108

7. ВИДИ ТА МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Види контролю	Складові оцінювання	
	Для екзамену	Для заліку
поточний контроль , який здійснюється у ході: проведення практичних (лабораторних) занять, виконання самостійної роботи, індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача тощо.	50%	100%
підсумковий контроль	50%	

Методи діагностики знань (контролю)	фронтальне опитування; наукова доповідь, реферати, усне повідомлення, індивідуальне опитування; робота у групах; ділова гра, розв'язання ситуаційних завдань, кейсів, практичних завдань, екзамен(залік)
--	--

Питання до заліку

1. Позитивна психологія як наукова і навчальна дисципліна
2. Позитивний підхід до вивчення особистості
3. Ключові поняття позитивної психології та їх інтерпретація
4. Методи дослідження особистості позитивно психологічного напрямку.
5. Етичні аспекти психологічного дослідження особистості з точки зору позитивної психології

6. Історичні передумови виникнення позитивної психології
7. Представники наукового напрямку позитивної психології та їх внесок
8. Емоційність, емоційні стани та базові людські емоції.
9. «Позитивні» емоції та їх місце в житті людини.
10. Нейропсихологічні механізми утворення емоцій
11. Моделі емоційного інтелекту
12. Концепція щастя та проблема його психодіагностики. Індекс щастя
13. Суб'єктивне благополуччя: структура та діагностика
14. Чинники суб'єктивного благополуччя
15. Оптимізм як позитивна ілюзія.
16. Позитивне мислення та віра в себе.
17. Надія та невизначеність.
18. Самооцінка та самоефективність особистості
19. Поняття та механізми дії резильєнтності
20. Екзистенційні думки та рефреймінг
21. Феномен пост-травматичного зростання
22. Позитивне старіння. Мудрість та її місце в системі саморозвитку.
23. Осмисленість життя та шляхи його досягнення
24. Позитивне здоров'я: фізичне благополуччя та довголіття
25. Модель позитивної активності
26. Духовні практики, які підтримують особистісне благополуччя
27. Тілесно-орієнтована психотерапія та її використання в позитивній психології
28. Майндфулнес та медитація та їх значення в позитивній психології
29. Позитивна психотерапія та коучинг
30. Щастя і вибір
31. Щастя і час
32. Часова перспектива та тайм-менеджмент
33. Теорія потоку
34. Позитивні стосунки: використання методів позитивної психології
35. Емоційні копінг-стратегії.

**8. ОЦІНЮВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ТА ФАХОВОЇ ПЕРДВИЩОЇ ОСВІТИ ЗА НАВЧАЛЬНУ ДИСЦИПЛІНУ У
МІЖНАРОДНОМУ ГУМАНІТАРНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ**
(поточний контроль, підсумковий контроль, загальний результат оцінювання)

ЕКЗАМЕН

<i>Поточний контроль</i>			
Види роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання
Систематичність і активність роботи на практичних (лабораторних) заняттях			
1.1. Підготовка до практичних (лабораторних) занять	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час практичних (лабораторних) занять	30
Виконання завдань для самостійного опрацювання			
1.2. Індивідуальне тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою	Відповідно до робочої програми тарозкладу занять	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ¹ , перевірка конспектів навчальних текстів тощо	10
Виконання індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача			
1.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч.підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	Відповідно до робочої програми тарозкладу занять	Обговорення результатів проведеної роботи під часаудиторних занять, наукових конференцій та круглих столів.	10
Разом балів за поточний контроль			50
Підсумковий контроль екзамен			50
<i>Загальний результат оцінювання</i>			100

Поточний контроль знань здобувачів освіти при формі контролю **екзамен** (максимум 50 балів) оцінюється за шкалою («2», «3», «4», «5»), з обов'язковим переведенням балів за кожний вид роботи таким чином:

- за підготовку до аудиторних занять (максимум 30 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості

¹ Індивідуально-консультативна робота викладача зі здобувачами

практичних (лабораторних) занять, для переводу балів за підготовку до аудиторних занять середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 6;

- за виконання завдань для самостійного опрацювання (тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою) (максимум 10 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості програмного матеріалу, що виноситься на самостійне вивчення, для переводу зазначених балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 2;
- за інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовку наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо (максимум 10- балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості інших видів індивідуальних завдань, для переводу балів за підготовку середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 2.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ

- «2» - виставляється за неправильну відповідь (письмову роботу), яка не відповідає змісту теми та свідчить про нерозуміння її основних положень;
- «3» - виставляється за відповідь (письмову роботу), яка відповідає змісту теми, але є неповною і неточною у визначенні понять, свідчить про неповне розуміння основних положень навчального матеріалу, свідчить про те, що знання студента мають фрагментарний, поверховий характер;
- «4» - оцінюється правильна і обґрунтована відповідь (письмова робота), з якої видно, що студент знає й розуміє теоретичний матеріал в обсязі навчальної теми, володіє необхідними навичками, не допускає суттєвих помилок.
- «5» - оцінюється повна, правильна, ґрунтовна відповідь (письмова робота) на запитання теми, що передбачає логічність і послідовність викладу матеріалу, володіння термінологією, показує вміння повно й глибоко використовувати теоретичні знання в практичній площині.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ ЗА ЕКЗАМЕН (максимум 50 балів)

Рівень знань оцінюється:

- від 40 до 50 балів - студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно знаходити та опрацьовувати необхідну інформацію, демонструє знання матеріалу, проводить узагальнення і висновки;
- від 30 до 40 балів - студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді;
- 20 - 30 балів - студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, але дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки.
- 10 - 20 балів - володіє навчальним матеріалом на середньому рівні, допускає помилки, серед яких є значна кількість суттєвих;
- 0 - 10 балів - володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні, на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки.

ЗАЛІК

Поточний контроль			
Види роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання
Систематичність і активність роботи на практичних (лабораторних) заняттях			
1.1. Підготовка до практичних (лабораторних) занять	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час практичних (лабораторних) занять	60
Виконання завдань для самостійного опрацювання			
1.2. Індивідуальне тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ² , перевірка конспектів навчальних текстів тощо	20
Виконання індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача			
1.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять, наукових конференцій та круглих столів.	20
Разом балів за поточний контроль			100
Загальний результат оцінювання			100

Поточний контроль знань здобувачів освіти при формі контролю **залік** (максимум 100 балів) оцінюється за шкалою («2», «3», «4», «5»), з обов'язковим переведенням балів за кожний вид роботи таким чином:

- за підготовку до аудиторних занять (максимум 60 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості практичних (лабораторних) занять, для переводу балів за підготовку до аудиторних занять середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 12;

² Індивідуально-консультативна робота викладача зі здобувачами

- за виконання завдань для самостійного опрацювання (тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою) (максимум 20 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості програмного матеріалу, що виноситься на самостійне вивчення, для переводу зазначених балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 4;
- за інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовку наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо (максимум 20- балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості інших видів індивідуальних завдань, для переводу балів за підготовку середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 4.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ

- «2» - виставляється за неправильну відповідь (письмову роботу), яка не відповідає змісту теми та свідчить про нерозуміння її основних положень;
- «3» - виставляється за відповідь (письмову роботу), яка відповідає змісту теми, але є неповною і неточною у визначенні понять, свідчить про неповне розуміння основних положень навчального матеріалу, свідчить про те, що знання студента мають фрагментарний, поверховий характер;
- «4» - оцінюється правильна і обґрунтована відповідь (письмова робота), з якої видно, що студент знає й розуміє теоретичний матеріал в обсязі навчальної теми, володіє необхідними навичками, не допускає суттєвих помилок.
- «5» - оцінюється повна, правильна, ґрунтовна відповідь (письмова робота) на запитання теми, що передбачає логічність і послідовність викладу матеріалу, володіння термінологією, показує вміння повно й глибоко використовувати теоретичні знання в практичній площині.

9. КРИТЕРІЇ ЗАГАЛЬНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ

(для екзамену / заліку)

Рівень знань оцінюється:

- «відмінно» / «зараховано» А - від 90 до 100 балів. Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно знаходити та опрацьовувати необхідну інформацію, демонструє знання матеріалу, проводить узагальнення і висновки. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, під час яких давав вичерпні, обґрунтовані, теоретично і практично правильні відповіді, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;
- «добре» / «зараховано» В - від 82 до 89 балів. Студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;
- «добре» / «зараховано» С - від 74 до 81 балів. Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, але дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, реферату та активність у науково-дослідній роботі;
- «задовільно» / «зараховано» D - від 64 до 73 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним

матеріалом на середньому рівні, допускає помилки, серед яких є значна кількість суттєвих. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, рефератів (есе);

- «задовільно» / «зараховано» E - від 60 до 63 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні, на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки, має неповний конспект з завданнями до самостійної роботи.

- «незадовільно з можливістю повторного складання» / «не зараховано» FX – від 35 до 59 балів. Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.

- «незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни» / «не зараховано» F – від 0 до 34 балів. Студент не володіє навчальним матеріалом.

ТАБЛИЦЯ ВІДПОВІДНОСТІ РЕЗУЛЬТАТІВ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ЗА РІЗНИМИ ШКАЛАМИ

100-бальною шкалою	Шкала за ECTS	За національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100 (10-12)	A	Відмінно	зараховано
82-89 (8-9)	B	Добре	
74-81(6-7)	C		
64-73 (5)	D	Задовільно	
60-63 (4)	E		не зараховано
35-59 (3)	FX	незадовільно	
1-34 (2)	F		

10. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна:

1. Гірченко О.Л. Позитивна психотерапія: навч.-метод. посібник для здобувачів вищої освіти спеціальності 053 «Психологія» / укладач Гірченко О.Л.; Національний університет «Чернігівський колегіум імені Т.Г. Шевченка». Чернігів: Національний університет «Чернігівський колегіум імені Т.Г. Шевченка», 2023. 86 с.
2. Галецька І., Сосновський Т. Психологія здоров'я: теорія та практика. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2006. 338 с
3. Зубалій Н. П., Лазарева Н. В. Практична психологія: навчально-методичний посібник К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. 928 с.
4. Титаренко, Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Т. М. Титаренко ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
5. Шевченко, Н. Ф. Духовний потенціал сучасної молоді : монографія / Н.Ф.Шевченко, З.М. Шевчук ; Запоріж. нац. ун-т. Запоріжжя : Запоріж. нац. ун-т, 2014. 200 с.
6. Бісвас-Дінер Р. Прикладна позитивна психологія: прогрес і виклики. *Європейський психолог охорони здоров'я*, 13, 24-26.

Допоміжна:

1. Гриценко Т., Гриценко С., Іщенко Т. Етика ділового спілкування : Навчальний посібник. К. : Центр учбової літератури, 2019. 344 с.
2. Максименко С.Д. Загальна психологія : Підруч. для студентів вищ. навч. закладів.– К. : Центр навчальної літератури, 2019. 272 с.
3. Конфліктологія : Навчальний посібник / Л.М. Ємельяненко, В.М. Петюх, Л.В. Торгова, А.М. Гриненко. Київ : КНЕУ, 2013.
4. Соціальна психологія : навчальний посібник / Н. Ю. Волянчук, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська, І. О. Блохіна, М. О. Кононець, О. В. Москаленко, О. І. Боковець, Б. В. Андрійцев. К. : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019.
5. Конфліктологія : Навчальний посібник / Л.М. Ємельяненко, В.М. Петюх, Л.В. Торгова, А.М. Гриненко. Київ : КНЕУ, 2013.
6. Argyle, M. The Psychology of Happiness. East Sussex: Routledge, 2001.
7. Carr, A. Positive Psychology. East Sussex: Routledge, 2004.
8. Linley, A. and Joseph, S. Positive Psychology in Practice. Hoboken, NJ: John Wiley and Sons, 2004.
9. Н.Н. Dalai Lama and Cutler, H. The Art of Happiness: a Handbook for living. London. Hodder and Stoughton, 1999.
10. Positive Psychology. Theory, Research and applications. London, Open university press, 2019. 314 p.

Інформаційні ресурси

1. Бібліотека Міжнародного гуманітарного університету: офіційний сайт. URL: https://mgu.edu.ua/science_library
2. Бібліотека Університету Ушинського : офіційний сайт. URL: <https://library.pdpu.edu.ua>
3. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт. URL: <http://www.mon.gov.ua>
4. Національна бібліотека України імені В.І.Вернадського: офіційний сайт. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
5. Одеська національна наукова бібліотека: офіційний сайт. URL: <http://odnb.odessa.ua/>