

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури і спорту
Кафедра психології та педагогіки



СИЛАБУС

Навчальна дисципліна Позитивна психотерапія

Освітньо-професійна програма Психологія

Рівень вищої освіти Другий (магістерський)

Загальна інформація

Позиція	Зміст інформації
Викладач(і)	Ханецька Наталя Вікторівна
Профайл викладача	Ханецька Наталя Вікторівна – Кафедра психології та педагогіки (khmnu.edu.ua)
Е-mail викладача(ів)	khanetskan@khmnu.edu.ua
Контактний телефон	+380677867121
Сторінка дисципліни в ІСУ	https://msn.khnu.km.ua/enrol/index.php?id=2536
Навчальний рік	2022-2023
Консультації	Очні: згідно розкладу; он-лайн: за необхідністю та попередньою домовленістю

Загальна характеристика дисципліни

Статус дисципліни	Форма навчання	Курс	Семестр	Обсяг дисципліни		Кількість годин						Форма семестрового контролю			
				Кредити ЄКТС	Години	Аудиторні заняття				Індивідуальна робота студента	Самостійна робота студента, в т.ч. ІРС	Курсовий проект	Курсова робота	Залік	Іспит
						Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття						
В	Д	2	3	4	120	42	14		28		78			+	
В	З	2	3	4	120	8	4		4		112			+	

Анотація навчальної дисципліни

Дисципліна «Позитивна психотерапія» сприяє формуванню у студентів теоретичних знань про історію становлення і розвитку та принципи позитивної психотерапії, заснованої Носсратом Пезешкіаном, а також практичних умінь і навичок психотерапевтичного самопостереження і самопізнання та застосування прийомів позитивної психотерапії в міжособистісній взаємодії. Ці знання, уміння й навички необхідні для розуміння закономірностей власних душевних переживань і поведінки, а також інших людей, для успішного розв'язання внутрішніх конфліктів. При викладанні дисципліни використовуються традиційні та сучасні технології, зокрема: лекції (з використанням методів проблемного навчання і візуалізації); практичні заняття (з використанням групової форми роботи, дискусій та практичного опрацювання прийомів позитивної психотерапії), самостійна робота.

Мета і завдання дисципліни

Мета дисципліни – підготовка майбутніх фахівців до психологічно обґрунтованого вирішення комплексу актуальних проблем у професійній сфері практичного психолога.

Завдання дисципліни – вивчення науково-теоретичних основ роботи практичного психолога; ознайомлення з функціональними обов'язками, змістом основних напрямків діяльності практичних психологів в закладах освіти, категоріями дітей та дорослих, які потребують допомоги, та найбільш актуальними психологічними проблемами, які наявні на теперішній час у закладах освіти; ознайомлення з основним інструментарієм психологічної роботи (методами, методиками, прийомами, техніками і ін.), з нормативно-правовою базою діяльності; ознайомлення з сучасними науковими концепціями побудови психологічної допомоги та взаємодії; вивчення психологічних особливостей навчально-виховного процесу та психології педагога; формування практичних вмінь та навичок роботи з дітьми різного віку; формування професійної позиції майбутніх практичних психологів за допомогою інтеграції теоретичних та практичних знань; підготовка студентів до творчої самостійної роботи практичним психологом в закладах освіти.

Очікувані результати навчання

Магістр, який успішно завершив вивчення дисципліни, повинен: робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій; розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість; розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість; вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності; вміти застосовувати інноваційні психологічні технології при роботі з вразливими категоріями населення; визначати напрями соціально-психологічного супроводу, розробляти та впроваджувати програми реабілітації та реадптації учасників бойових дій та їх сімей.

Тематичний і календарний план вивчення дисципліни

№ теми	№ тижня	Тема лекції	Тема практичного заняття*	Самостійна робота студентів		
				Зміст	Год.	Література
1	2	3	4	5	6	7
1	1	Історія, статус і освіта в Позитивній психотерапії. Особливості позитивної психотерапії та відмінності від інших методів.	Історія, статус і освіта в Позитивній психотерапії.	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: підготувати лекцію-презентацію.	11	[2, с. 147-157]; [4] с.7-52]
	2		Особливості позитивної психотерапії та відмінності від інших методів.	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: підготувати практичний елемент до лекції.		
2	3	Транскультуральний і междисциплінарний підхід в Позитивній психотерапії. Позитум-підхід в позитивній психотерапії	Транскультуральний і междисциплінарний підхід в Позитивній психотерапії.	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: підготувати лекцію-презентацію за темою.	11	[1, с. 1-2]; [4, с.52-99]
	4		Позитум-підхід в позитивній психотерапії	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: підготувати лекцію-презентацію за темою, захист практичних робіт		
3	5	Чотири сфери розв'язання конфлікту. Схема розв'язання конфліктів у Позитивній терапії.	Чотири сфери розв'язання конфлікту.	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: підготувати лекцію-презентацію за темою.	11	[1, с. 1-2]

№ теми	№ тижня	Тема лекції	Тема практичного заняття*	Самостійна робота студентів		
				Зміст	Год.	Література
1	2	3	4	5	6	7
	6		Схема конфліктів у Позитивній терапії.	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: розробити карту конфлікту		
4	7	Види конфліктів у Позитивній терапії.	Види конфліктів	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: підготувати лекцію-презентацію за темою.	11	[1, с. 2-3]; [4, с. 48-54, 67-72]; [7, с. 150-179]; [11, с. 224–233]
	8	Чотири моделі для наслідування.	Чотири моделі для наслідування	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: описати результати апробації карти конфлікту		
5	9	Первинні актуальні здібності. Вторинні актуальні здібності.	Первинні актуальні здібності.	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: розробити карту ресурсу.	11	[1, с. 4-6]; [4, с. 54-56]
	10		Вторинні актуальні здібності	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: описати результати апробації карти ресурсу.		
6	11	П'ять кроків консультування в Позитивній психотерапії.	П'ять кроків консультування в Позитивній психотерапії	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: підготувати лекцію-презентацію за темою.	11	[4, с. 72-75]
	12		П'ять кроків самопомоги в Позитивній психотерапії	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: підготувати лекцію-презентацію за темою.		
7	13	Первинне інтерв'ю в Позитивній психотерапії.	Особливості первинного інтерв'ю в Позитивній психотерапії.	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання: підготувати первинне інтерв'ю.	12	[7, с. 404–421]
	14		Структура первинного інтерв'ю в Позитивній психотерапії.	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання домашнього завдання, захист практичних робіт.		

Політика дисципліни

Організація освітнього процесу в Університеті відповідає вимогам положень про організаційне і навчально-методичне забезпечення освітнього процесу, освітній програмі та навчальному плану. Студент зобов'язаний відвідувати лекції і практичні заняття згідно з розкладом, не запізнюватися на заняття, практичні завдання виконувати відповідно до графіка. Пропущене практичне заняття студент зобов'язаний опрацювати самостійно у повному обсязі і відзвітувати перед викладачем не пізніше, ніж за тиждень до чергової атестації. До практичних занять студент має підготуватися за відповідною темою і проявляти активність. Набуті особою знання з дисципліни або її окремих розділів у неформальній освіті зараховуються відповідно до Положення про порядок визнання та перезарахування результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ <http://surl.li/codwt>

Виконуючи самостійну роботу з дисципліни, студент має дотримуватися політики доброчесності. У разі наявності плагіату він отримує незадовільну оцінку і має виконати завдання за новою темою.

Критерії оцінювання результатів навчання

Оцінювання академічних досягнень студента здійснюється відповідно до «Положення про контроль і оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ». Кожний вид роботи з дисципліни оцінюється за інституційною чотирибальною шкалою. Семестрова підсумкова оцінка визначається як середньозважена з усіх видів навчальної роботи, виконаних і зданих позитивно з урахуванням коефіцієнта вагомості. Вагові коефіцієнти визначаються відповідно до структури дисципліни і важливості окремих видів її робіт.

Оцінювання студентів денної форми навчання складається з таких елементів: усний (або письмовий) контроль, практичні роботи, індивідуальне навчально-дослідне завдання.

Структурування дисципліни за видами робіт і оцінювання результатів навчання студентів денної форми навчання за ваговими коефіцієнтами

Аудиторна робота		Самостійна робота		Семестровий контроль (залік)
Усне опитування		Захист практичних робіт		За рейтингом
Т 1-4	Т 5-7	Т 1-4	Т 5-7	
ВК:	0,3	0,3	0,4	0

Примітка: ВК – ваговий коефіцієнт, Т - тема

Критерії оцінювання за видами робіт

Критерії оцінювання теоретичного матеріалу (усне опитування) під час практичного заняття

Оцінка за інституційною шкалою	Узагальнений критерій
Відмінно	Студент глибоко і у повному обсязі опанував зміст навчального матеріалу, легко в ньому орієнтується і вміло використовує понятійний апарат; уміє пов'язувати теорію з практикою, вирішувати практичні завдання, впевнено висловлювати і обґрунтовувати свої судження. Відмінна оцінка передбачає грамотний, логічний виклад відповіді (як в усній, так і у письмовій формі), якісне зовнішнє оформлення роботи. Студент не вагається при видозміні запитання, вміє робити детальні та узагальнюючі висновки. При відповіді допустив дві-три несуттєві <i>помилки</i> .
Добре	Студент виявив повне засвоєння навчального матеріалу, володіє понятійним апаратом, орієнтується у вивченому матеріалі; свідомо використовує теоретичні знання для вирішення практичних задач; виклад відповіді грамотний, але у змісті і формі відповіді можуть мати місце окремі неточності, нечіткі формулювання закономірностей тощо. Відповідь студента має будуватися на основі самостійного мислення. Студент у відповіді допустив дві-три <i>несуттєві помилки</i> .
Задовільно	Студент виявив знання основного програмного матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання та практичної діяльності за професією, справляється з виконанням практичних завдань, передбачених програмою. Як правило, відповідь студента будується на рівні репродуктивного мислення, студент має слабкі знання структури курсу, допускає неточності і <i>суттєві помилки</i> у відповіді, вагається при відповіді на видозмінене запитання. Разом з тим набув навичок, необхідних для виконання нескладних практичних завдань, які відповідають мінімальним критеріям оцінювання і володіє знаннями, що дозволяють йому під керівництвом викладача усунути неточності у відповіді.
Незадовільно	Студент виявив розрізнені, безсистемні знання, не вміє виділяти головне і другорядне, допускається помилок у визначенні понять, перекручує їх зміст, хаотично і невпевнено викладає матеріал, не може використовувати знання при вирішенні практичних завдань. Як правило, оцінка «незадовільно» виставляється студенту, який не може продовжити навчання без додаткової роботи з вивчення дисципліни.

Критерії оцінювання практичних робіт

Оцінка за інституційною шкалою	Узагальнений критерій оцінювання лабораторних робіт
Відмінно	<i>Оформлення</i> (якщо письмово представлено) – охайне та естетичне, подані всі елементи дослідження або завдання. Якщо практична робота полягає у виконанні вправ, то дотримана процедура виконання і пропрацьований кожен елемент завдання. <i>Представлено висновки процедури практичної роботи та рефлексія</i> – самоусвідомлення та самоаналіз.
Добре	<i>Оформлення</i> – охайне та естетичне. Представлені не всі елементи дослідження. У виконанні вправ пропущені деякі елементи. <i>Представлено висновки процедури практичної роботи та відсутня рефлексія.</i>
Задовільно	<i>Оформлення</i> – неохайне, елементи практичної роботи не прописані. Вправи виконані з пропусками основних елементів чи недотримана процедура. <i>Процедура практичної роботи представлена</i> неповно, немає висновків та відсутня рефлексія.
Незадовільно	<i>Оформлення</i> неохайне з відсутністю більшості елементів. Вправи виконувались частково. В <i>процедурі практичної роботи</i> не представлені висновки та рефлексія відсутня.

Критерії оцінювання самостійної роботи (індивідуального навчально-дослідного завдання)

Оцінка за інституційною шкалою	Узагальнений критерій оцінювання індивідуального навчально-дослідного завдання
Відмінно	<i>Оформлення</i> – охайне та естетичне. Представлений план. Теоретичні питання розкриті детально. Представлені та описані <i>всі пункти і блоки плану-схеми</i> завдання. <i>Висновки</i> щодо чіткі і логічні.
Добре	<i>Оформлення</i> – охайне. Опис питань подається стислий, без деталей. <i>Висновки</i> надто загальні.
Задовільно	<i>Оформлення</i> – неохайне, значні порушення вимог до форматування тексту. Не повністю розкриті питання. В описі звужений підхід узагальненими фразами, не дається практичне підтвердження. <i>Висновки</i> відсутні.
Незадовільно	<i>Оформлення</i> – неохайне. Не розкрита теорія і відсутнє підкріплення практичними техніками і методиками. <i>Висновки</i> відсутні.

Семестровий контроль (залік)

Підсумкова оцінка за семестр згідно з інституційною шкалою і шкалою ЄКТС встановлюється в автоматизованому режимі після внесення викладачем усіх оцінок до Електронного журналу. Залік виставляється, якщо середньозважений бал, який отримав студент з дисципліни, знаходиться у межах від 3,00 до 5,00 балів. При цьому за інституційною шкалою ставиться оцінка «зараховано», а за шкалою ЄКТС – буквене позначення оцінки, що відповідає набраній студентом кількості балів відповідно до таблиці співвідношення.

Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС

Оцінка ЄКТС	Інституційна інтервальна шкала балів	Інституційна оцінка	Критерії оцінювання	
A	4,75 – 5,00	5	Зараховано	Відмінно – глибоке і повне опанування навчального матеріалу і виявлення відповідних умінь і навичок.
B	4,25 – 4,74	4		Добре – повне знання навчального матеріалу з кількома незначними помилками.
C	3,75 – 4,24	4		Добре – в загальному правильна відповідь з двома-трьома суттєвими помилками.
D	3,25 – 3,74	3		Задовільно – неповне опанування програмного матеріалу, але достатнє для практичної діяльності за професією.
E	3,00 – 3,24	3		Задовільно – неповне опанування програмного матеріалу, що задовольняє мінімальні критерії оцінювання.
FX	2,00 – 2,99	2	Не зараховано	Незадовільно – безсистемність одержаних знань і неможливість продовжити навчання без додаткових знань з дисципліни.
F	0,00 – 1,99	2		Незадовільно – необхідна серйозна робота і повторне вивчення дисципліни.

Питання для підсумкового контролю з дисципліни

1. Історія, статус і освіта в Позитивній психотерапії.
2. Історія розвитку метода Позитивної психотерапії.
3. Міжнародний статус Позитивної психотерапії.
4. Основні етапи становлення и розвитку ПП в Україні. Психотерапевтична освіта.
5. Позитивна психотерапія и інші методи.
6. Частота и тривалість терапії.
7. Особистість психотерапевта як інструмент. Вимоги до особистості психотерапевта в Позитивній психотерапії.
8. Транскультуральний і междисциплінарний підхід в Позитивній психотерапії
9. Цілі Позитивної психотерапії.
10. Позитивний підхід.
11. Міжкультуральний підхід.
12. Позитивна інтерпретація захворювань.
13. Історії, притчи, метафори, концепції в Позитивній психотерапії.
14. Чотири сфери розв'язання конфлікту.
15. Чотири якості життя в рамках інтегрованої медицини.
16. Тіло (відчуття).
17. Діяльність (усвідомлення).
18. Контакти (традиції).
19. Фантазія (інтуїція).
20. Практичне застосування чотирьох сфер.
21. Схема конфліктів у Позитивній терапії
22. Актуальний конфлікт
23. Особистість клієнта
24. Ситуація в теперішній час.
25. Базовий (основний) конфлікт.
26. Чотири моделі для наслідування.
27. Первинні и вторинні актуальні здібності.
28. Ключевий конфлікт
29. П'ять кроків в Позитивній психотерапії
30. П'ятикрокова модель в Позитивній психотерапії.
31. 1 крок: Спостереження і дистанціювання.
32. 2 крок: Інвентаризація.
33. 3 крок: Ситуативне підбадьорення.
34. 4 крок: Вербалізація.
35. 5 крок: Розширення цілей.
36. Формалізована модель 5-крокової терапії.
37. Практичне застосування аспектів Позитивної психотерапії
38. Перше інтерв'ю в Позитивній психотерапії.
39. Вісбаденський опитувальник

Рекомендована література

Основна:

1. Messias E., Peseschkian H, Cagande C. (editors). Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology – Clinical Applications. Springer International Publishing, Cham. 2020. 268 p.
2. Ханецька Н. В. Позитивна психотерапія: теоретико-практичний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Хмельницький, 2019. 51 с.

Додаткова:

3. Peseschkian, Nossrat: Oriental Stories as Techniques in Positive Psychotherapy. Author House UK. 2016.
4. Dobiała E., Winkler P. Positive psychotherapy' according to Seligman and 'Positive Psychotherapy' according to Peseschkian: A Comparison. International Journal of Psychotherapy. 2016. Vol. 20(3). P. 5-13.
5. Peseschkian, Nossrat (2016): Psychosomatics and Positive Psychotherapy (Positive Psychotherapy in Psychosomatic Medicine). Author House UK.
6. PESECHKIAN, N. (2021). Positive Psychotherapy in the Time of Global Crisis. "The Global Psychotherapist", Vol. 1, No.1, Jan. 2021. pp. 9-10.
7. Життя, конфлікти і любов у транскультуральному світі : Збірник матеріалів ІХ Міжнародної науково-практичної конференції з позитивної психотерапії Н.Пезешкіана (м. Одеса, 2-4 червня 2017 року). – Одеса, 2017. – 289 с.
8. Карикаш В. І., Босовська Н. А., Кравченко Ю. Є., Кириченко С. А. Основи психологічного консультування в позитивному підході. Черкаси, 2009. 78 с.
9. Пеньковська Н. М., Шептицький Р. В. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії: навчально-методичний посібник для студентів спеціальностей «Психологія» та «Практична психологія». Тернопіль: Крок, 2014. 286 с.