

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

Кафедра практичної психології та безпеки життєдіяльності



ЗАТВЕРДЖЕНО

**Проректор з науково-педагогічної і
навчальної роботи та рекрутації**

проф. Гаврилюк С. В.

С. В. Гаврилюк
Протокол № 2 від 18.10. 2017 р.

ПРОГРАМА

вибіркової навчальної дисципліни

Футуропрактика в роботі психолога

підготовки Бакалавр

напряму 6.030102 Психологія

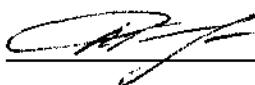
галузі знань 0301 Соціально-політичні науки

Програма навчальної дисципліни «Футуропрактика в роботі психолога» підготовки «Бакалавр», галузі знань 0301 Соціально-політичні науки; спеціальності 6.030102 Психологія


Розробник: Шкарлатюк К.І., кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології та безпеки життєдіяльності Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки

Рецензент: Вірна Ж.П., доктор психологічних наук, професор кафедри загальної та соціальної психології

Програма навчальної дисципліни затверджена на засіданні кафедри практичної психології та безпеки життєдіяльності
протокол № 1 від 29.08. 2017 р.

Завідувач кафедри:  (Мушкевич М.І.)

Програма навчальної дисципліни схвалена науково-методичною комісією факультету психології
протокол № 1 від 30. 08. 2017 р.

Голова науково-методичної комісії факультету психології  (Іванашко О.Є.)

Програма навчальної дисципліни схвалена науково-методичною радою університету

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Таблиця 1

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
Денна форма навчання	0301 Соціально-політичні науки 6. 030102- Психологія	Вибіркова
Кількість годин/кредитів 120/4		Рік навчання 3
		Семестр 5-ий
		Лекції - 20 год.
		Практичні (семінарські) 20 год.
		Лабораторні 24 год.
		Індивідуальні -
ІНДЗ: немає	Самостійна робота 48 год.	
	Консультації 8 год.	
	Форма контролю: залік	

2. АНОТАЦІЯ КУРСУ:

Курс «Футуропрактика в роботі психолога» є вибірковою дисципліною циклу навчальних дисциплін професійної та практичної підготовки фахівців-психологів. Тематика дисципліни призначена для вивчення студентами наукових теорій у межах дослідження психологічного часу, життєвих перспектив особистості, вивчення особливостей самопроекування майбутнього, життєвого та професійного прогнозування. Вивчення курсу не обмежується засвоєнням теоретичного матеріалу. Навчальна дисципліна має на меті сформувати у студентів практичні навички індивідуальної та групової роботи, спрямованої на побудову адекватної і реалістичної картини майбутнього життєвого шляху.

Навчальна дисципліна «Футуропрактика в роботі психолога» запропонована як одна із вибірових дисциплін для студентів факультету психології. Її зміст і програма будуються на вивченні основних базових навчальних дисциплін – загальної психології, соціальної психології,

психодіагностики.

Метою викладання навчальної дисципліни «Футуропрактика в роботі психолога» є оволодіння студентами теоретичними знаннями та практичними навичками життєвого та професійного прогнозування через побудову життєвих планів, перспектив, цілей та подій майбутнього.

Завдання курсу полягає у вивченні теоретичних та прикладних аспектів футуропрактики, диференціації діагностичних та корекційних можливостей цього методу, дослідженні перспектив та обмежень даного напрямку роботи.

3. КОМПЕТЕНЦІЇ

До кінця вивчення навчальної дисципліни студенти будуть компетентними у таких питаннях:

- основні методи, прийоми та інструменти футуропрактики;
- принципи застосування, процедурні особливості і психотехнічні прийоми футуропрактики;
- сфера та межі застосування цього терапевтичного методу.
- особливості практичного застосування психодіагностичних методик в межах футуропрактики для вивчення життєвого шляху особистості;
- використання методів футуропрактики у психологічному консультуванні та психотренінговій роботі;

4. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Таблиця 2

№	Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
		Усього	у тому числі					
			Лекц	Практ	Лабор.	Інд.	Сам. роб.	Консул.
Змістовий модуль 1. Особливості самофутурування особистості								
1.	Життєві перспективи та їх структурно-функціональні характеристики	8	2	2			4	
2.	Особливості життєвого та професійного прогнозування особистості	16	4	4	2		6	
	Разом за модулем 1	24	6	6	2		10	

Змістовий модуль 2. Діагностичні та корекційні можливості футуโรปрактики								
3.	Можливості та обмеження футуโรปрактики	24	4	4	6		8	2
4.	Інтегративний підхід у футуโรปрактиці	22	2	2	6		10	2
	Разом за модулем 2	46	6	6	12		18	4
Змістовий модуль 3. Футуโรปрактика в індивідуальній та груповій роботі психолога								
5.	Футуโรปрактика у роботі з різними категоріями клієнтів	14	4	4	4		8	2
6.	Методи футуโรปрактики у груповій роботі	32	4	4	6		12	2
	Разом за модулем 3	50	8	8	10		20	4
	Всього годин	120	20	20	24		48	8

5. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ

Таблиця 3

№	Тема	Кількість годин
1.	<p>Тема 1: Життєві перспективи та їх структурно-функціональні характеристики</p> <p>Перелік питань для обговорення</p> <p>Поняття життєвих перспектив у психології. Зміст і функції життєвих перспектив. Психологічні детермінанти становлення життєвої перспективи. Особистісна організація часу. Особливості становлення життєвих перспектив у юнацькому віці. Життєві перспективи та самофутурування особистості.</p>	4
2.	<p>Тема 2: Особливості життєвого та професійного прогнозування особистості</p> <p>Перелік питань для обговорення</p> <p>Поняття антиципації та прогнозування в сучасній психології. Психологічні можливості життєвого та професійного прогнозування особистості. Аналіз структурно-функціональних характеристик прогнозу. Роль особистісних, поведінкових та мотиваційних особливостей у психологічному прогнозуванні.</p>	6
3.	<p>Тема 3: Можливості та обмеження футуропрактики</p> <p>Перелік питань для обговорення</p> <p>Футуропрактика як метод практичної психології. Завдання футуропрактики у діагностичній та психокорекційній роботі. Основні правила роботи на занятті з футуропрактики. Основні фактори психотерапевтичного впливу у футуропрактиці. Етапи процесу самофутурування. Внутрішньогрупові процеси і відносини в групі, яка працює з футуротехніками.</p>	8
4.	<p>Тема 4: Інтегративний підхід у футуропрактиці</p> <p>Перелік питань для обговорення</p> <p>Діагностично-корекційні можливості футуропрактики. Біографічний метод у футуропрактиці. Використання арт-терапевтичних технік при роботі з майбутнім. Можливості застосування музики та звуків. Використання елементів символдрами та психодрами у футуропрактиці. Техніка спрямованої візуалізації.</p>	8
5.	<p>Тема 5: Футуропрактика у роботі з різними категоріями</p>	4

	<p><i>клієнтів</i></p> <p>Перелік питань для обговорення</p> <p>Методи самофутурування у роботі з психосоматичними хворими. Футуропрактика в ситуації суїцидального ризику. Використання футуротехнік у роботі з психотравмою. Проектування майбутнього осіб з посттравматичним стресовим розладом. Реконструкція майбутнього у випадку невиліковного захворювання.</p>	
6.	<p><i>Діагностичні методи вивчення психологічного майбутнього особистості</i></p> <p>Перелік питань для обговорення</p> <p>Методи аналізу і проектування життєвого шляху. Діагностичні показники життєвої перспективи. Каузометрія. Біографічна методика «Лінії життя». Метод мотиваційної індукції. Модифікований тест «метафори часу». Тест смисложиттєвих орієнтацій.</p>	6
7.	<p>Тема Футуропрактика в тренінговій роботі психолога</p> <p>Перелік питань для обговорення</p> <p>Особливості особистісного та професійного самовдосконалення. Аналіз життєвих цілей і причин подій, які відбуваються у професійному та особистому житті. Формування навичок біографічного мислення та навичок довготривалого планування. Пошук ресурсів для професійного самовираження та професійного росту. Прогнозування вектору особистісного та професійного розвитку.</p>	4
8.	<p>Тема Особливості застосування футуротехнік у груповій роботі</p> <p>Перелік питань для обговорення</p> <p>Застосування технологій осмислення власного професійного майбутнього. Побудова цільового профілю реалізації майбутнього життя. Специфіка використання психомалюнків в ході психотренінгу. Ігрові форми роботи. Використання малюнку для визначення життєвої перспективи.</p>	6
	Разом	48

6. РОЗПОДІЛ БАЛІВ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

В оцінюванні змістових модулів враховується аудиторна робота студента та результати написання модульних контрольних робіт. Окремо оцінюється виконання ІНДЗ.

Таблиця 4

Поточне оцінювання						Модульний контроль			Сума балів
Змістовий модуль 1		Змістовий модуль 2		Змістовий модуль 3		МКР 1	МКР 2	МКР 3	
Теми						20	20	20	100
1	2	3	4	5	6				
6	6	6	6	8	8				

Шкала оцінювання (національна та ECTS)

Таблиця 5

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену	Для заліку
90 - 100	A	Відмінно	зараховано
82 - 89	B	Добре	
75 - 81	C	Задовільно	
67 - 74	D		
60 - 66	E		
1 - 59	Fx	Незадовільно	Незараховано (з можливістю повторного складання)

7. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Акмеологические основы профессионального самосознания личности: учебное пособие /А.А.Деркач, О.В. Москаленко, В.А.Пятин, Е.В. Селезнева. - Астрахань: Изд-во Астр. гос. пед ун-та, 2000. - 329с.

2. Баранова Т. С. Теоретические модели социальной идентификации личности / Т. С. Баранова Психология самосознания : хрестоматия / [под ред. Д. Я. Райгородского]. – Самара : Издательский Дом "БАХРАХ-М", 2000. – 672с.
3. Батраченко І.Г. Психологія антиципації. / І.Г Батраченко. - Дніпропетровськ.: Вид-во ДНУ, 2009. – 264 с.
4. Батраченко І.Г. Структура та рівні розвитку автобіографічної антиципації особистості / І.Г. Батраченко // Вісник Прикарпатського університету. Філософські і психологічні науки. Спец. Випуск., Івано-Франківськ, 2008. – С. 146 – 150.
5. Бергер П., Социальное конструирование реальности. / П. Бергер, Т. Лукман. – М. : Мир, 1995. – 226 с.
6. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : [учеб. пособие] / И. В. Вачков. – М. : Изд-во "Ось-89". – 2001. – 224 с.
7. Вірна Ж.П. Адаптаційні ресурси професійної часової компетентності / Ж.П. Вірна // Вісник Харківського національного педагогічного університету ім. Г.С.Сковороди. – Психологія. – Випуск 25. – Харків: ХНПУ, 2008. – С.28-34.
8. Вірна Ж.П. Мотиваційно-сміслова регуляція у професіоналізації психолога: Монографія / Ж.П. Вірна – Луцьк: РВВ „Вежа”, 2003. – 320с.
9. Вірна Ж.П. Основи професійної орієнтації: Навч. посібник. / Ж.П. Вірна - Луцьк, РВВ Вежа. - 156с.
10. Захаров В. П. Социально-психологический тренинг / В. П. Захаров, Н. Ю. Хрящева. – Л. : Изд-во ЛГУ, 1989. – 55 с.
11. Клищевская М. В. К проблеме профессионального развития / М. В. Клищевская // Вестник МГУ. "Психология". – 2001. – № 4. – С. 3–11.
12. Козлов Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения / Н. И. Козлов – Екатеринбург : Изд-во АРД ЛТД, 1997. – 144 с.
13. Кроник А.А. Психологические основания типологии индивидуальных стилей жизни. - Стиль жизни личности: теоретические и методологические проблемы / А.А. Кроник - К.: Наукова думка, 1982. - с.165-200.
14. Мартинюк И.О. Жизненные цели личности: понятие, структура, механизмы формирования / И.О. Мартинюк– К.:Наукова думка, 1990. – 120с.
15. Нюттен Ж. Процесс формирования цели. - Хрестоматия по общей психологии.

- Раздел 2. Субъект деятельности // Под общ. ред. В.В.Петухова. – М.: Учебно-методический коллектор «Психология», 2000. – С. 189-191.
16. Осипова А.А. Общая психокоррекция / А.А. Осипова – М.: Сфера, 2000. – 512с.
17. Основи практичної психології / В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін. : Підручник. – К. : Либідь, 1999. – 536 с.
18. Панок В.Г. Психологія життєвого шляху особистості: Монографія / В.Г. Панок, Г.В. Рудь //– К.: Ніка-Центр, 2006. – 280с.
19. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии / Под ред. А.А. Крылова. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1990. - 271с.
20. Прутченков А. С. Тренинг личностного роста : Методические разработки занятий социально-психологического тренинга / А. С. Прутченков. – М., 1993. – 47 с.
21. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение / Н.С. Пряжников. - М.: Ин-т практ. психологии; Воронеж: НПО “МОДЭК”, 1996. - 256с.
22. Психологический словарь // под ред. В.П.Зинченко, Б.Г. Мещерякова. – М.: Педагогика-Пресс, 1996. – 440с.
23. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям: кол. моногр. / М. Мушкевич, Р.Федоренко, А. Мельник [та ін.] ; за заг. ред. М. Мушкевич. – Луцьк : Вежа-Друк, 2015. – 254 с.
24. Психология профессионального здоровья: Уч. пособие // Под ред. проф. Г.С.Никифорова. – СПб.: Речь, 2006. – 480с.
25. Психологія життєвої кризи // За ред. Т.М.Титаренко. - К.: Агропромвидав України, 1998. - 348с.
26. Психологія професійної безпеки: технології конструктивного самозбереження особистості: кол. моногр. / О. Лазорко, Ж. Вірна, Л. Акімова [та ін.] ; за заг. ред. Ж. Вірної. – Луцьк : Вежа-Друк, 2015. – 588 с.
27. Рабочая книга практического психолога: технология эффективной профессиональной деятельности (пособие для специалистов, работающих с персоналом). - М.: Изд. дом “Красная площадь”, 1996. - 400с.
28. Райгородский Д.Я. Психология личности. Хрестоматия. Т.1. // Изд. 2-ое,

допол. – Самара: Издат. дом «Бахрах», 1999. – 448с.

29. Регуш Л.А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего / Л.А. Регуш. – СПб.: Речь, 2003. – 352с.

30. Регуш Л.А. Развитие прогнозирования как познавательной способности личности. – Автореф. дис.... доктора психол. наук / Л.А. Регуш. – Л., 1985. – 37с.

31. Рихальська О.Г. Психологічні особливості життєвої антиципації особистості. – Дис. Канд.. психол. Наук: 19.00.01. / О.Г. Рихальська. – К., 2004. – 195с.

32. Руфова Н.Л. Психологические условия адаптации молодых специалистов к современному рынку труда (на примере психолого-педагогических профессий). – Дис. на соиск. науч. степени канд. психол. наук / Н.Л. Руфова. – М., 1998. – 156с.

33. Сарджвеладзе Н.И. Личностная позиция и репрезентация жизненного пути у молодежи / Н.И. Сарджвеладзе. – Психология личности и образ жизни. – М., 1987. – С.213-217.

34. Ситников А.П. Акмеологический тренинг: теория, методика, психотехнологии / А.П. Ситников. – М.: Технологическая школа бизнеса, 1996. – 428с..

35. Смит Г. Тренинг прогнозирования поведения: тренинг сенситивности / Г. Смит. – СПб.: Речь, 2001. – 256с.

36. Сохань Л.В. Жизненный путь личности / Л.В. Сохань, Е.Г. Злобина, В.А. Тихонович. – К.: Наукова думка, 1987. – 279с.

37. Технологія тренінгу / [упорядник О. Главник, Г. Бевз] / за заг. ред. С. Максименка. – К. : Главник, 2005. – 112 с.

8. ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДО ЗАЛІКУ

1. Життєві перспективи та їх структурно-функціональні характеристики.
2. Поняття життєвих перспектив у психології.
3. Психологічні детермінанти становлення життєвої перспективи.
4. Особливості становлення життєвих перспектив у юнацькому віці.
5. Життєві перспективи та самофутурування особистості.
6. Особливості життєвого та професійного прогнозування особистості.
7. Поняття антиципації та прогнозування в сучасній психології.
8. Психологічні можливості життєвого та професійного прогнозування особистості.
9. Аналіз структурно-функціональних характеристик прогнозу.

10. Роль особистісних, поведінкових та мотиваційних особливостей у психологічному прогнозуванні.
11. Можливості та обмеження футуропрактики.
12. Футуропрактика як метод практичної психології.
13. Завдання футуропрактики у діагностичній та психокорекційній роботі.
14. Основні правила роботи на занятті з футуропрактики.
15. Основні фактори психотерапевтичного впливу у футуропрактиці.
16. Етапи процесу самофутурування.
17. Внутрішньогрупові процеси і відносини в групі, яка працює з футуротехніками.
18. Інтегративний підхід у футуропрактиці
19. Діагностично-корекційні можливості футуропрактики.
20. Біографічний метод у футуропрактиці.
21. Використання арт-терапевтичних технік при роботі з майбутнім.
22. Можливості застосування музики та звуків у футуропрактиці.
23. Використання елементів символдрами та психодрами у футуропрактиці.
24. Техніка спрямованої візуалізації.
25. Футуропрактика у роботі з різними категоріями клієнтів.
26. Методи самофутурування у роботі з психосоматичними хворими.
27. Футуропрактика в ситуації суїцидального ризику.
28. Використання футуротехнік у роботі з психотравмою.
29. Проектування майбутнього осіб з посттравматичним стресовим розладом.
30. Реконструкція майбутнього у випадку невиліковного захворювання.
31. Методи футуропрактики у груповій роботі
32. Специфіка використання психомалюнків в ході психотренінгу.
33. Ігрові форми роботи у футуропрактиці.
34. Використання малюнку для визначення життєвої перспективи.
35. Прогнозування вектору професійного розвитку.
36. Технології осмислення власного професійного майбутнього.
37. Характеристика побудови цільового профілю реалізації майбутнього життя.
38. Діагностичні методи вивчення психологічного майбутнього особистості
39. Методи аналізу і проектування життєвого шляху.
40. Діагностичні показники життєвої перспективи.
41. Особливості методу каузометрії.
42. Біографічна методика «Лінії життя».
43. Метод мотиваційної індукції.
44. Модифікований тест «метафори часу».
45. Особливості використання тесту смисложиттєвих орієнтацій.
46. Характеристика опитувальника часової перспективи Зімбардо (ZPTI).
47. Методика діагностики самоактуалізації особистості (А.В.Лазукін, в адаптації Н.Ф. Каліна);
48. Методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К.Роджерс, Р.Даймонд);
49. Написання автобіографії та аналіз її смислової структури.
50. Каузометрія як метод дослідження суб'єктивної картини життєвого шляху і психологічного часу особистості.

51. Формування списку значимих подій. Причинний аналіз подій. Цільовий аналіз.
52. Оцінка емоційної привабливості подій.
53. Деформації картини життєвого шляху.
54. Масштабність, осмисленість і реалізованість життєвих планів. Задоволеність власним минулим, теперішнім і майбутнім.
55. Побудова каузограми. Графік подій і зв'язків між ними.
56. Мотиваційний статус подій.
57. Локалізація особистого часового центру.
58. Дослідження індивідуального та спільного життєвого шляху.
59. Аналіз та проектування життєвих сценаріїв.
60. Методи діагностики життєвих прогнозів особистості.
61. Футурологічне опитування. Методика «Прогностична задача».
62. Оцінювання п'ятирічних інтервалів.
63. Методи аналізу усвідомлення потреб та розстановки пріоритетів.
64. Методи самооцінки реалізації життєвих цілей особистості.
65. Футуропрактика у роботі з психотравмою.
66. Вплив дитячих психотравм на життя в майбутньому.
67. Психотравма і життєва перспектива особистості.
68. Формування життєстійкості і вибір майбутнього.
69. Узгодження життєвих цілей.
70. Технологія самофутурування Ф.Мелджеса.
71. Використання арт-технік для реконструкції майбутнього.
72. Реконструкція майбутнього у випадку соматичного захворювання.
73. Використання елементів казкотерапії у футуропрактиці.
74. Роль психомалюнків у прогнозуванні майбутнього.
75. Методи футуропрактики в індивідуальній роботі з клієнтом.