

POZİTİF PSİKOLOJİ ve MANEVİYAT

1	Ders Adı:	POZİTİF PSİKOLOJİ ve MANEVİYAT
2	Ders Kodu:	FDB5147
3	Ders Türü:	Seçmeli
4	Ders Seviyesi	Yüksek Lisans
5	Dersin Verildiği Yıl:	1
6	Dersin Verildiği Yarıyıl	1
7	Dersin AKTS Kredisi:	8.00
8	Teorik Ders Saati (saat/Hafta)	3.00
9	Uygulama Ders Saati(saat/Hafta)	0.00
10	Laboratuvar Ders Saati (saat/hafta) :	0
11	Dersin Önkoşulu:	Yok
12	Dersin Dili:	Türkçe
13	Dersin Veriliş Şekli:	Yüz yüze
14	Dersin Koordinatörü:	Doç.Dr. AHMET ALBAYRAK
15	Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları:	
16	Koordinatör İletişim Bilgileri:	Doç. Dr. Ahmet ALBAYRAK ahmetalbayrak1@gmail.com
17	Dersin WEB adresi:	
18	Dersin Amacı:	Pozitif Psikoloji Dersi'nin amacı, hayattaki en kötü şeyleri onarma kaygısı odaklı psikolojide aynı zamanda pozitif niteliklerin inşasına odaklanmaya yönelik bir kolaylaştırmayı başlatmaktır.
19	Dersin Mesleki Gelişime Katkısı:	
20	Dersin Öğrenme Kazanımları:	
	1	Pozitif Psikoloji'nin Ortaya Çıkış Sebeplerini Anlayabilme
	2	İnsanın Anlam Arayışını Pozitif Psikoloji Kavramlarıyla İlişkilendirebilme
	3	Pozitif Psikoloji'nin Mistik Yaklaşımlarla İlgisini Kavrayabilme
	4	Kendini Gerçekleştirebilmenin Pozitif İlkelerini Belirleyebilme
	5	Psişik Korunma Modeliyle Psişik Güvenlik Hissi Oluşturabilme
	6	Mutluluk Duygusuna Ulaşabilmenin ve Bu Duyguyu Sürdürebilmenin İlkelerini Kavrayabilme
	7	Affedicilik, Maneviyat, Şükür, Hoşgörü, Diğergâmlık, Alçakgönüllülük, Yardımseverlik, Nezaket ve Merhamet Gibi Değerlerin Önemi Fark Edebilme
	8	Pozitif Duygu ve Düşünme Modelleriyle Benlik Bütünlüğüne Ulaşmanın Basamaklarını Kavrayabilme
	9	
	10	
21	Dersin İçeriği:	
Hafta	DERS İÇERİKLERİ	
	Teorik	Uygulama
1	Pozitif Psikoloji'nin Klasik ve Modern Psikoloji Tarihindeki İzleri	

2	Eleştirel Psikoloji Çerçevesinde Modern Psikolojide Yeni Tartışmalar ve İnsan Tanımında Yeni Arayışlar	
3	Kendini Gerçekleştirmek Üzere İnsanın Anlam Arayışı Açısından Pozitif Psikoloji	
4	Holografik Evren Düzleminde Entropi Yasası ile Pozitif Psikoloji İlişkileri	
5	Flow Akış Kuramı Çerçevesinde Açık Zihinli Olma Modeli	
6	Manevî ve Zihinsel Yapının Güçlenmesini Sağlayacak Pozitif Düşünme Modeli	
7	Modern Dünyanın Bunalımlı (Stresli) Bireyine Psikoterapik Yaklaşımla Pozitif Psikoloji Öğeleri	
8	Klasik Spiritüel Yaklaşımlarla Modern Psikolojinin Eleştirel Bir Sentezi Olan Psişik Korunma Modeliyle Psişik Güvenlik Hissi Oluşturma	
9	İnsanda Kaygı ve Manevî Krizleri Aşmada Bireysel Dönüşümün Temel İlkeleri	
10	Ben Ötesi Psikolojisi ve Mistik Terapik Yaklaşımlarla (İbn Arabî, Hz. Mevlânâ, Yunus Emre) Pozitif Psikoloji İlişkileri	
11	İnsanın Kendini Tanıma Sürecinde Pozitif İletişim Becerileri, Farkındalık, Motivasyon, Sebatsızlık ve Uzlaşmacılık Girişimleri	
12	Pozitif Psikoloji’de Memnuniyet, Doyum (Yaşam Doyumu), İyi Olma, Canlılık, Mutluluk, Empati ve İyimserlik Gibi Bireysel Tecrübeler	
13	Pozitif Psikoloji Yaklaşımıyla Din Psikolojisi Alanında Yapılan Affedicilik, Maneviyat, Şükür, Hoşgörü, Diğergâmlık, Alçakgönüllülük, Yardımseverlik, Nezaket ve Merhamet Gibi Değerlerle İlgili Çalışmalar	
14	Bireysel Benlikle Aşkın ve Evrensel Benliği Keşfetme Sürecinin Enerjisi Olan Reel Mutluluk Akışını Sürdürebilmek	

22		1) Kate Hefferon, Ilona Boniwell, Pozitif Psikoloji, Kuram, Araştırma ve Uygulamalar, çev. ed. Tayfun Doğan, Ankara 2014, Nobel Akademik Yay. 2) Alan Carr, Pozitif Psikoloji, çev. Ümit Şendilek, İstanbul 2016, Kaknüs Yay. 3) Akın Ahmet, Akın Ümrân (ed), Psikolojide Güncel Kavramlar-I, Pozitif Psikoloji, Ankara 2015, Nobel Yay. 4) C. R. Snyder, Shane J. Lopez (eds.), Handbook of Positive Psychology, New York 2002, Oxford Un. Press. 5) William C. Compton, Edward Hoffman, Positive Psychology: The Science of Happiness and Flourishing, USA 2012, Cengage Learning Publ. 6) Stephen Joseph, P. Alex Linley, “Positive Psychological Approaches to Therapy”, Counselling and Psychotherapy Research, March 2005, 5 (1), pp. 5-/10. 7) Abraham Maslow, İnsan Olmanın Psikolojisi, çev. Okhan Gündüz, İst. 2001, Kuraldışı Yay. 8) Victor E. Frankl, İnsanın Anlam Arayışı, çev. Selçuk Budak, Ankara 1995, Öteki Yay. 9) Abdülkerim Bahadır, İnsanın Anlam Arayışı ve Din (Logoterapik Bir Araştırma), İst. 2002, İnsan Yay. 10) Terry Eagleton, Hayatın Anlamı, çev. Kutlu Tunca, İstanbul 2015 (4. bs.), Ayrıntı Yay. 11) Gordon Allport, Olmaktan Oluşa, çev. Bilal Sambur, Ankara 2006, Katkı Yay. 12) Derl. Raymond F. Paloutzian, C. L. Park, Din ve Maneviyat Psikolojisi, Temel Yaklaşımlar ve İlgili Alanları,
----	--	--

Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar:

- çev. ed. İ. Çapcıoğlu, A. Ayten, İstanbul 2013, Phoenix Yay.
- 13) Martin E. P. Seligman, Gerçek Mutluluk (Kalıcı doyum potansiyelinizi gerçekleştirmek için yeni olumlu psikolojinin kullanılması), çev. Semra Kunt Akbaş, Ankara 2007, HYB Yay.
- 14) Martin E. P. Seligman, Öğrenilmiş İyimserlik, çev. Semra Kunt Akbaş, Ankara 2007, HYB Yay.
- 15) Derleme & C. G. Jung (Önsöz), I Ching ya da Değişimler Kitabı, çev. Richard Wilhelm, Türkçesi: Levent Özşar, Bursa 2010, Biblos Yay.
- 16) Mihaly Csikszentmihalyi, Akış (Mutluluk Bilimi-Yaşam Niteliğini Yükseltmek İçin Atılması Gereken Adımlar), çev. Semra Kunt Akbaş, Ankara 2003, HYB Yay.
- 17) Christopher Peterson & Martin E.P. Seligman, Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification, Oxford 2004, Oxford University Press.
- 18) Stanislav Grof, Christina Grof (ed.), Manevi Kriz, Kişisel Dönüşümün Buhranlarına Bir Bakış, çev. Ahu Ayan, İst. 2012, Kaknüs Yay.
- 19) Stanislav Grof, Geleceğin Psikolojisi, çev. Sezer Soner, İzmir 2002, Ege Meta Yay.
- 20) Robert E. Ornstein, Yeni Bir Psikoloji, çev. Erol Göka, Işık Feray, İst. 1990, İnsan Yay.
- 21) Sibel A. Arkonaç, Psikolojide Yeni Tartışmalar, İst. 1999, Alfa Yay.
- 22) Ali Ayten, Din Psikolojisi, Dine ve Maneviyata Psikolojik Yaklaşımlar (Çeviriler), İst. 2010, İz Yay.
- 23) Mustafa Merter, Dokuz Yüz Katlı İnsan, Tasavvuf ve Ben Ötesi Psikolojisi, İst. 2006, Kaknüs Yay.
- 24) Nevzat Tarhan ve dğr., Pozitif Psikoloji (Çoklu Zekâ Uygulamaları), İst. 2013, Timaş Yay.
- 25) Öznur Özdoğan, İsimli Hayatlar (Manevi ve Psikolojik Yaklaşımla Arınma ve Öze Dönüş), Ankara 2005, Lotus Yay.; 2007 Özdenöze Yay.
- 26) Öznur Özdoğan, Mutluluğu Seçiyorum, Ankara 2006, Lotus Yay.; 2009 Özdenöze Yay.
- 27) Öznur Özdoğan, Aşkın Yanımız Maneviyat, Ankara 2009, Özdenöze Yay.
- 28) Ali Ayten, Empati ve Din, İst. 2010, İz Yay.
- 29) Nursel Telman, Pozitif Düşüncenin Sihirli Gücü, İst. 2003, Epsilon Yay.
- 30) William Bloom, Psişik Korunma: İnsanlar ve Mekanlar İçin Pozitif Enerji Yaratma, çev. Cengiz Cevre, İzmir 1998, Ege Meta Yay.
- 31) Michael Talbot, Holografik Evren, çev. Güray Tekçe, İst. 1997, Ruh ve Madde Yay.
- 32) Jeremy Rifkin, Ted Howard, Entropi, Dünyaya Yeni Bir Bakış, çev. Hakan Okay, İst. 1992, Ağaç Yay.
- 33) Faik Özdemir, Rûmî ve Aşkın Terapi, I-II, Konya 2005, 2009, Konya Büyükşehir Belediyesi, Kültür A.Ş.
- 34) The Journal of Positive Psychology

23 Değerlendirme

YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARI	SAYISI	KATKI YÜZDESİ
Ara Sınav	0	0.00
Kısa Sınav	0	0.00
Ödev	0	0.00
Yıl Sonu Sınavı		100.00
Toplam	1	100.00
Yıl içi çalışmalarının Başarıya Oranı		0.00
Finalin Başarıya Oranı		100.00
Toplam		100.00
Kullanılan Ölçme ve Değerlendirme Yaklaşımları		

24	AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU		
ETKİNLİK	SAYISI	Süresi (Saat)	Toplam İş Yüğü (Saat)
Teorik Dersler			
Uygulamalı Dersler			
Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme)			
Ödevler			
Projeler			
Arazi Çalışmaları			
Arasınaylar			
Diğer			
Yarıyıl Sonu Sınavı			
Toplam İş Yüğü			
Toplam İş Yüğü / 30 saat			
Dersin AKTS Kredisi			8.00

25	PROGRAM YETERLİLİKLERİ İLE DERS ÖĞRETİM KAZANIMLARI İLİŞKİSİ TABLOSU															
	PY1	PY2	PY3	PY4	PY5	PY6	PY7	PY8	PY9	PY10	PY11	PY12	PY13	PY14	PY15	PY16
ÖK1	1	2	1	4	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK2	4	5	3	5	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK3	3	3	4	5	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK4	3	4	5	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK5	4	4	3	1	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK6	1	3	4	5	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK7	5	5	5	5	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK8	1	2	3	5	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK: Öğrenme kazanımlar PY: Program yeterlilikleri																
Katkı Düzeyi:	1 çok düşük		2 Düşük		3 Orta		4 Yüksek		5 Çok Yüksek							