

Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Оренбургский государственный университет»

Кафедра социальной психологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б.1.В.ДВ.5.2 Введение в нейролингвистическое программирование»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки)

Социальная психология

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Тип образовательной программы

Программа прикладного бакалавриата

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Год набора 2018

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедры социальной психологии

протокол № 6 от 15.01.2018

Заведующий кафедрой

Кафедра социальной психологии

Исполнитель:

Профессор кафедры социальной психологии

подпись

подпись

подпись

подпись

подпись

А.И. Вишняков

А.И. Вишняков

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки

37.03.01 Психология

подпись

подпись

Л.В. Зубова

подпись

Заведующий отделом комплектования научной библиотеки

подпись

И.И. Гринцай

подпись

Уполномоченный по качеству факультета

подпись

подпись

Л.А. Карасева

№ регистрации

© Вишняков А.И., 2018

© ОГУ, 2018

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цель (цели) освоения дисциплины: дать представления о месте, роли и значении нейролингвистического программирования в развитии психологической науки и практики; сформировать понимание базовых принципов нейролингвистического программирования и методических подходов к решению консультативных задач.

Задачи:

- Раскрыть теоретико-методологические и этические принципы нейролингвистического программирования при решении профессиональных научных и практических задач;
- обеспечить формирование системы базовых знаний о теоретических основах нейролингвистического программирования;
- изучить основные понятия и базовые пресуппозиции НЛП;
- освоить методы и техники НЛП;
- освоить модели системного и стратегического мышления;
- овладеть навыками НЛП-консультирования.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам (модулям) по выбору вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Б.1.Б.12 Общая психология, Б.1.Б.14 Психологическое исследование*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
Знать: основные информационно - коммуникационные технологии и основные требования информационной безопасности Уметь: решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с использованием техник НЛП Владеть: культурой применения информационно-коммуникационных технологий с учетом основных требований информационной безопасности	ОПК-1 способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности
Знать: • стандартные программы, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности, • специфику использования стандартных программ предупреждения отклонений в личностном развитии и социальном статусе. Уметь: • применять стандартные программы предупреждения психологической реабилитации к индивиду и группе; • организовывать психологическую помощь с использованием традиционных методов и технологий Владеть: навыками организации психологической помощи индивиду и группе направленными на предупреждение отклонений в	ПК-1 способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций статусе, развитии и проявлении профессиональных рисков	Формируемые компетенции
--	-------------------------

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц (144 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	5 семестр	всего
Общая трудоёмкость	144	144
Контактная работа:	35,25	35,25
Лекции (Л)	18	18
Практические занятия (ПЗ)	16	16
Консультации	1	1
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
Самостоятельная работа: - самостоятельное изучение разделов (перечислить); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий; - подготовка к практическим занятиям; - подготовка к рубежному контролю и т.п.)	108,75	108,75
Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)	экзамен	

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	История возникновения нейролингвистического программирования, основные идеи, базовые понятия НЛП	24	4	2	-	18
2	Особенности отражения действительности - репрезентативные системы	22	2	2	-	18
3	Психологические ресурсные состояния	26	4	2	-	20
4	Основы НЛП консультирования	26	4	4	-	18
5	Искусство речи	22	2	2	-	18
6	Основы эффективной коммуникации	24	2	4	-	18
	Итого:	144	18	16		110
	Всего:	144	18	16		110

4.2 Содержание разделов дисциплины

Раздел 1 История возникновения нейролингвистического программирования, основные идеи, базовые понятия НЛП

История возникновения НЛП. Базовые предпосылки НЛП. Соотношение субъективной и объективной реальности - карты и фильтры. Единство сознания и деятельности: мысли, чувства, поведение. Модель личной успешности: результат, чувствительность, гибкость. Настоящее и желаемое состояние. Поведенческие рамки НЛП.

Раздел 2 Особенности отражения действительности - репрезентативные системы

Особенности восприятия. Репрезентативные системы. Предпочитаемые репрезентативные системы. Речедвигательные паттерны. Предикаты. Ведущая система. Синестезия, наложение, перевод. Ключи доступа. Глазные сигналы доступа. Использование паттернов движения глаз. Субмодальности.

Раздел 3 Психологические ресурсные состояния

Извлечение состояния. Калибровка. Якоря. Якорение ресурсов. Цепочка якорей. Разрушение якорей. Присоединение к будущему. Конгруэнтность. Левое и правое полушария мозга. Доступ к подсознанию и ресурсам. Ресурсы. Ресурсные состояния. Взмах. Цель и целеполагание. Спецификация цели. «9 золотых правил» целеполагания, или как правильно ставить цели перед собой и другими людьми. Модель Т.О.Т.Е. Техники работы по достижению цели.

Раздел 4 Основы НЛП консультирования

Персонально - когнитивно - бихевиоральная модель. Результаты. Хорошо сформулированный результат. Аптайм и даунтайм. Ассоциация и диссоциация. Трехпозиционное описание. Нейрологические уровни. Линия времени. Рядом со временем и сквозь время. Язык и время. Экологическая рамка. Метафоры. Отвлечение и утилизация сознания.

Раздел 5 Искусство речи

Слова и значения. Восстановление смысла слов - мета-модель. Глубинная и поверхностная структура. Неспецифические существительные. Неспецифические глаголы. Сравнения. Суждения. Номинализация. Модальные операторы возможности. Модальные операторы необходимости. Универсальные квантификаторы. Комплексная эквивалентность. Пресуппозиции. "Чтение мыслей". Причина и следствие. Фреймы и рефрейминг. Контекстуальный и содержательный рефрейминг. Техники рефрейминга. Рамки. Шестишаговый рефрейминг.

Раздел 6 «Основы эффективной коммуникации»

Коммуникация. Смысл коммуникации. Петли и циклы обратной связи. Модель эффективной коммуникации. Раппорт - сознательное и бессознательное доверие. Присоединение и ведение. Разрыв. Виды присоединений. Присоединение по дыханию, по голосу, по ударным словам, культурально. Перекрестное присоединение. Основные понятия: взаимодействие, влияние, обратная связь, бессознательное доверие, отзеркаливание, подстройка.

4.3 Практические занятия (семинары)

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	1	Базовые предпосылки НЛП. Субъективные переживания. Мысли и поступки.	2
2	2	Ключи доступа и репрезентативные системы. Определение глазодвигательных паттернов. Субмодальности. Использование метода «Магические слова»	2
3	3	Разбор метода: «Хорошо сформулированный результат». Упражнения на развитие сенсорной чувствительности. Методу «Лесенка».	2
4,5	4	Приемы психологической помощи. Определение стратегии изменений. Модель «Мерседес». Создание образа желаемого будущего. Техника «Интеграция конфликтных частей личности». Техника «Путешествие по логическим уровням»	2
6	5	Фреймы и рефрейминг. Контекстуальный и содержательный рефрейминг. Техники рефрейминга. Рамки. Шестишаговый рефрейминг	2
7	4,6	Тренинг достижения цели	4
8	6	К совершенству личности. Моделирование успеха. Модели личной успешности: «Результат, чувствительность, гибкость»	2
		Итого:	16

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

1. Андреева, Г. М. Социальная психология [Текст]: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению специальности "Психология" / Г. М. Андреева.- 5-е изд., испр. и доп. - Москва : Аспект Пресс, 2002, 2007, 2009. - 364 с. - Имен. указ.: с. 350-354. - Библиогр.: с. 355-360. - ISBN 5-7567-0274-1.
2. Крысько, В. Г. Социальная психология [Текст]: учебник для бакалавров / В. Г. Крысько; Гос. ун-т упр.- 4-е изд., перераб. и доп. - Москва: Юрайт, 2014. - 553 с. - (Бакалавр. Базовый курс). - На тит. л.: Книга доступна в электронной библиотечной системе biblio-online.ru. - Библиогр.: с. 547-553. - ISBN 978-5-9916-2588-3.

5.2 Дополнительная литература

1. Григорьев, Н.Б. Психотехнологии группового тренинга : учебное пособие / Н.Б. Григорьев. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008. - 176 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-98238-012-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328>
2. Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики / под ред. А.А. Обознова, А.Л. Журавлева ; Российская академия наук, Институт психологии. - Москва : Институт психологии РАН, 2015. - Вып. 7. - 520 с. : ил. - (Труды Института психологии РАН). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9270-0316-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472726>
3. Альтушер, Д. Учитесь говорить «нет» / Д. Альтушер, К.А. Альтушер ; пер. с англ. Л.Г. Третьяк. - Минск : Попурри, 2015. - 128 с. - ISBN 978-985-15-2523-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429440>

5.3 Периодические издания

Вопросы психологии : журнал. - М. : Агентство "Роспечать", 2018.
Психологический журнал : журнал. - М. : Академиздатцентр "Наука" РАН, 2018

5.4 Интернет-ресурсы

<http://nlp.lgg.ru/> -Книжная полка НЛПиста - десятки книг, он-лайн текстов, информации по нейролингвистическому программированию и эриксоновскому гипнозу.
<http://nlpr.ru/> - сайт "Ресурсы НЛП" работает с 1998 года. Основная задача сайта - собрать информацию, полезную для изучающих НЛП и Эриксоновский гипноз.
<https://www.livelib.ru> –популярные книги по НЛП.
<http://www.zipsites.ru/> - Психологическая электронная библиотека. Более 3200 электронных книг по психологии: диссертации, авторефераты, периодические издания, психологическая литература, психологические тесты, словари.
<http://flogiston.ru/> -Психологическая библиотека в интернете, содержащая тексты классиков, монографии, книги по психологии
<http://www.jourclub.ru/> - Каталог статей и учебных пособий "JourClub", предназначенных для помощи студентам самых разных учебных заведений.
<http://www.portalus.ru/> - Крупнейшая онлайн-база авторских научных публикаций в России

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1. Операционная система Microsoft Windows

2. Пакет настольных приложений Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook, Publisher, Access)

3. Автоматизированная интерактивная система сетевого тестирования - АИССТ (зарегистрирована в РОСПАТЕНТ, Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ №2011610456, правообладатель – Оренбургский государственный университет), режим доступа - <http://aist.osu.ru>.

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории (проектор, экран, ноутбук).

Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой подключенной к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ОГУ.

К рабочей программе прилагаются:

- Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине;
- Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.