

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова

Кафедра консультационной психологии

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета психологии



Карпов А.В.

15 мая 2023 года

**Рабочая программа дисциплины  
«Нейро -лингвистическое программирование»**

Направление подготовки  
37.04.01 Психология

Профиль  
«Психологическое консультирование»

Квалификация выпускника  
Магистр

Форма обучения  
Очная

Программа рассмотрена на заседании  
кафедры консультационной психологии  
протокол №8 от 10 апреля 2023 года

Программа одобрена НМК  
факультета психологии  
протокол №7 от 26 апреля 2023 года

Ярославль, 2023

### 1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Нейролингвистическое программирование» (НЛП) является формирование способности оказывать индивидуальную психологическую помощь клиенту, расширение инструментально-технологических возможностей магистранта.

### 2. Место дисциплины в структуре ОП магистратуры

Дисциплина «Нейролингвистическое программирование» является дисциплиной по выбору и относится к части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений. Логически и содержательно-методически курс связан с дисциплинами консультационной направленности, включенными в программу бакалавриата и магистратуры такими как «Методологические проблемы психологии», «Психологические основы консультирования», «Научные школы и теории в современной психологии», «Методы изучения личности, группы и организации». В результате освоения этих дисциплин студент должен обладать рядом «входных» знаний и умений, в частности: иметь представление о структуре и закономерностях психических процессов, технологии организации консультирования. Курс «НЛП» является важным в плане прикладной подготовки психолога консультанта, ориентированного на решение личных, семейных, некоторых организационных проблем. Изучение курса дает возможность целенаправленного и осознанного применения психотехнологий в практической психолога-консультанта.

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОП магистратуры

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих элементов компетенций в соответствии с ФГОС ВО, ОП ВО и приобретения следующих знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности:

Формируемая компетенция (код и формулировка)	Индикатор достижения Компетенции (код и формулировка)	Перечень планируемых результатов обучения
<b>Профессиональные компетенции</b>		
ПК-3: Способен оказывать индивидуальную психологическую помощь клиенту	И-ПК-3.1. Разрабатывает программу индивидуальной психологической помощи клиенту с учетом его потребностей и целей, используя различные методы и формы (дистанционные, очные) И-ПК 3.2. Реализует программу индивидуальной психологической помощи клиенту с учетом его потребностей и целей, оценивает ее эффективность,	<i>Знает:</i> -Современные концепции и методы индивидуального консультирования -методы диагностики и решения проблем клиента <i>Умеет:</i> -Разрабатывать программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач -Организовывать психологическое сопровождение клиентов, нуждающихся в психологической помощи -Оказывать психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций -Обосновывать применение конкретных психологических технологий для преодоления клиентами трудностей <i>Владеет:</i> -Приемами установления продуктивных отношений с клиентом

#### 4.Объем, структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 акад.часа.

№ п/п	Темы (разделы) дисциплины, их содержание	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу студентов, и их трудоемкость (в академических часах)						Формы текущего контроля успеваемости  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Контактная работа						
			лекции	практические	лабораторные	консультации	аттестационные испытания	самостоятельная работа	
1.	Понятие НЛП. Концептуальные положения НЛП: модальности, мета- модель,	3		5		2		15	Задание для СРС №1 Проверочная работа 1
	<i>в том числе с ЭО и ДОТ</i>								
2.	Стратегия эффективной коммуникации: калибровка, подстройка, ведение, раппорт.	3		6		2		15	Задание для СРС №2 тест
	<i>в том числе с ЭО и ДОТ</i>							2	<i>тест</i>
3.	Структура внутреннего опыта. Технологии доступа к внутреннему опыту: якорение, рефрейминг, диссоциация.	3		6		2		15	Задание для СРС №3
	<i>в том числе с ЭО и ДОТ</i>								
	<i>Промежуточная аттестация</i>						0,3	3,7	зачет
4. Итого				17		6		48,7	
	<i>в том числе с ЭО и ДОТ</i>							2	

#### 4.1 Информация о реализации дисциплины в форме практической подготовки

Информация о разделах дисциплины и видах учебных занятий,  
реализуемых в форме практической подготовки

№ п/п	Темы (разделы) дисциплины, их содержание	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу студентов, и их трудоемкость (в академических часах)						Место проведения занятий в форме практической подготовки
			Контактная работа						
			лекции	практические	лабораторные	консультации	аттестационные испытания	самостоятельная работа	
	Стратегия эффективной коммуникации: калибровка, подстройка, ведение, раппорт			6					ЯрГУ
	Структура внутреннего опыта. Технологии доступа к			6					ЯрГУ

	внутреннему опыту: якорение, рефрейминг, диссоциация.								
	<b>ИТОГО</b>			12					

### **Описание разделов дисциплины:**

#### **Тема 1:**

Понятие НЛП. Модальности внутреннего опыта.

Виды модальностей. Ведущие, репрезентативные и референтные системы. Субмодальности как микроэлементы опыта. Внутренние стратегии. Способы определения модальностей. Развитие модальностей. Мета-модель – обогащение опыта субъекта. Понятие мета-модели. Процессы моделирования, их функции и ограничения. Модели опыта субъекта, язык и чувственный опыт. Возможности использования мета-модели в консультировании.

#### **Тема 2:**

Стратегия эффективной коммуникации. Калибровка- «чтение» тонких физиологических реакций клиента. Значение калибровки для диагностики и понимания внутреннего состояния партнеров по общению. Раппорт. Понятие «раппорт» в НЛП. Функции раппорта. Подстройка, как основа достижения раппорта. Виды и способы подстройки. Значение раппорта для взаимодействия консультант-клиент

#### **Тема 3:**

Ресурсное состояние, доступ к ресурсному состоянию. Якорение – средство развития. Якоря-условные стимулы психологических состояний человека. Возможности якорения в консультировании. Ассоциации, диссоциации. Модель психологического благополучия. Ассоциированное, диссоциированное состояние сознания. Возможности в процессе консультирования. Рейфреминг - изменение отношения к процессам и событиям. Концептуальные положения, лежащие в основе рефрейминг-технологии. Функции и виды рефрейминга.

### **5.Образовательные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

При преподавании курса используются следующие образовательные технологии:

Инновационный семинар, проектная работа; групповая дискуссия, тренинг.

#### *Методика проведения практических (семинарских) занятий*

Приводится краткое содержание практических занятий, более подробно упражнения описаны в методических указаниях: Драпак Е.В. Нейролингвистическое программирование / Ярославль: 2014. — 104 с. <http://www.lib.uni-yar.ac.ru/edocs/iuni/20140501.pdf>

#### **Тема 1**

#### **Практическое занятие №1: Нейролингвистическое программирование – направление в психологии и психотерапии.**

*Инновационный семинар «Инструменты в деятельности психолога-консультанта»*

*Цель:* Сформировать готовность магистрантов к усвоению новой дисциплины.

*Задача:* Актуализировать противоречие между целями и задачами, поставленными перед магистрантами в процессе прохождения практик и средствами их достижения.

#### **Практическое занятие №2: Модальности внутреннего опыта.**

*Задание 1. Научиться определять актуальные модальности клиента.*

*Тренинг:*

Упражнение 1. «Прочистка каналов»

Упражнение 2 «Предикаты модальностей»

Упражнение 3 «Взаимный перевод языка модальностей»

Упражнение 4 «Изучение глазных сигналов доступа»

Упражнение 5 «Освоение глазных сигналов доступа»

Упражнение 6 «Диагностика актуальной модальности»

Упражнение 7 «Диагностика предпочитаемой модальности»

## Упражнение 8 «Поведенческие индикаторы модальностей»

*Задание 2. Научиться определять внутренние стратегии клиента.*

Тренинг:

Упражнение 1 «Определение индивидуальных внутренних стратегий при решении задач»

Упражнение 2. «Определение индивидуальных внутренних стратегий мотивации»

*Задание 3. Определить возможности представления информации в разных модальностях.*

Тренинг:

Упражнение 1. «Организация информации в разных модальностях»

Упражнение 2. «Изучение процесса формирования стратегии усвоения информации»

### **Практическое занятие №3: Мета-модель – обогащение опыта субъекта.**

*Задание 1. Изучить мета-модель как средство восстановления соответствия языка опыту.*

Тренинг:

Упражнение 1. Освоение технологии Л.Ллойд.

Упражнение 2. Изучить технику изменения убеждений.

*Задание 2. Изучить мета-модель как средство контроля над эмоциональным состоянием.*

Тренинг:

Упражнение 1. Направлено на осознание полидетерминированности эмоциональных состояний

Упражнение 2. Направлено на экспликацию связи между мыслью, ее лингвистическим оформлением и эмоцией.

Упражнение 3. Направлено на осознание разницы между рациональными и иррациональными убеждениями.

Упражнение 4. Направлено на распознавание ограничивающих убеждений.

Упражнение 5. Направлено на изучение процесса замены иррациональных убеждений рациональными.

*Задание 3. Научиться распознавать пресуппозиции.*

Тренинг:

Упражнение 1. Направлено на распознавание пресуппозиций в рекламе.

Упражнение 2. Направлено на создание пресуппозиций похвалы.

Упражнение 3. Направлено на создание пресуппозиции желаемого поведения.

## **Тема 2**

### **Практическое занятие №1 Раппорт. Понятие «раппорт» в НЛП:**

*Задание 1. Научиться присоединяться к другому человеку. Обсудить условия эффективного присоединения.*

Тренинг:

Упражнение 1. Присоединение к позе.

Упражнение 2. Присоединение к движению

Упражнение 3. Присоединение к дыханию.

Упражнение 4. Присоединение к внутренним ритмам.

Упражнение 5. Присоединение к интонации.

Упражнение 6. Присоединение к репрезентативным системам.

### **Практическое занятие №2 Невербальное общение. Калибровка.**

*Задание 1. Увеличить сенсорную чувствительность, остроту восприятия.*

Тренинг:

Упражнение 1. Направлено на усиление способности различать сенсорные сигналы.

Упражнение 2. Направлено на определение несловесных сигналов, сопутствующих согласию-несогласию.

Упражнение 3. Направлено на различение состояний 1,2,3 (В.Б.Черных)

Упражнение 4. Направлено на различение конгруэнтности сообщений.

*Задание 2. «Разработать приемы тренировки сенсорной чувствительности»*  
Проектная работа.

### **Тема 3:**

#### **Практическое занятие №1 Якорение – средство развития.**

*Задание 1. Научиться процессу якорения.*

Тренинг:

Упражнение 1. Направлено на освоение правил постановки якорей.

Упражнение 2. Направлено на изучение феномена интеграции якорей.

Упражнение 3. Направлено на освоение приема выявления истории нежелательного поведения или нежелательного переживания.

Упражнение 4 - 5. Направлены на актуализацию ресурсного состояния.

*Задание 2. Обсудить проявление якорей в разных сферах жизнедеятельности человека.*

Групповая дискуссия.

*Задание 3. Освоить психотехнологию «Изменение личной истории».*

Тренинг.

#### **Практическое занятие №2 Ассоциации, диссоциации. Модель психологического благополучия.**

*Задание 1. Выяснить связь между ассоциированным/диссоциированным состоянием человека и характером его переживаний.*

Упражнение 1. «Посмотри на себя через плечо другого». Направлено на понимание целесообразности диссоциированного состояния в конфликтной ситуации.

Упражнение 2. Направлено на осознание факта изменения образа ситуации при изменении точки зрения.

Упражнение 3. Направлено на установление связи между ассоциированным состоянием и положительным воспоминанием, с одной стороны, и диссоциированным состоянием и неприятными переживаниями – с другой.

Упражнение 4. Направлено на изучение влияния ассоциированного воспоминания неприятных воспоминаний на актуальное эмоциональное переживание.

*Задание 2. Освоить психотехнологию «визуально-кинестетическая диссоциация»*

Тренинг

#### **Практическое занятие №3: Рейфреминг - изменение отношения к процессам и событиям**

*Задание 1. Научиться использовать техники переформирования.*

Тренинг:

Упражнение 1. Направлено на освоение техники переформирования и изменения рамок ситуации.

Упражнение 2. Направлено на освоение техники «ловкость рук».

Упражнение 3. Направлено на освоение техники «точки зрения»

Упражнение 4. Направлено на освоение техники «переворачивание проблемы»

Упражнение 5. Направлено на освоение шестишагового рефрейминга.

### **6. Перечень лицензионного и (или) свободно распространяемого программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

В процессе осуществления образовательного процесса по дисциплине используются: для формирования материалов для текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации, для формирования методических материалов по дисциплине: программы MicrosoftOffice; AdobeAcrobatReader.

## **7. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

1. Электронные каталоги НБ ЯрГУ ([http://www.lib.uni Yar.ac.ru/opac/bk\\_cat\\_find.php](http://www.lib.uni Yar.ac.ru/opac/bk_cat_find.php))
2. Личный кабинет ([http://lib.uni Yar.ac.ru/opac/bk\\_login.php](http://lib.uni Yar.ac.ru/opac/bk_login.php))
3. Электронная библиотека учебных материалов ЯрГУ ([http://www.lib.uni Yar.ac.ru/opac/bk\\_cat\\_find.php](http://www.lib.uni Yar.ac.ru/opac/bk_cat_find.php))
4. Электронно-библиотечная система «Юрайт» ([www. urait.ru/](http://www.urait.ru/))
5. Научная электронная библиотека «eLIBRARY.ru» - <http://elibrary.ru> (свободный доступ).

## **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

### **а) основная литература**

1. Драпак Е.В. Нейролингвистическое программирование / Ярославль.: 2014. — 104 с. — ISBN 978-5-8397-0956-0. <http://www.lib.uni Yar.ac.ru/edocs/iuni/20140501.pdf>
2. Дереча, В. А. Психотерапевтическая пропедевтика : учебник для вузов / В. А. Дереча. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 294 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14681-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/479045>

### **б) дополнительная литература**

1. Залевский, Г. В. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учебное пособие для вузов / Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11802-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496040>
2. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учебное пособие для вузов / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08880-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494533>

### **в) ресурсы сети «Интернет»:**

Электронно-библиотечная система «Юрайт» ([www. urait.ru/](http://www.urait.ru/))

## **9. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине включает в свой состав специальные помещения:

- учебные аудитории для проведения практических занятий ;
- учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций,
- учебные аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации;
- помещения для самостоятельной работы;
- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью.

Специальные помещения укомплектованы средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, хранящиеся на электронных носителях и обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочей программе дисциплины:

используемые графические, аудио- и видеоматериалы;  
мультимедийная презентация,

проведение электронных презентаций рефератов, курсовых по дисциплине  
и т.д.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

Число посадочных мест в аудитории для практических занятий равно списочному составу группы обучающихся.

Автор:

Старший преподаватель

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Грицай', enclosed within a blue oval stroke.

Грицай А.О.



**Приложение №1 к рабочей программе дисциплины  
«Нейролингвистическое программирование»**

**Фонд оценочных средств  
для проведения текущей и промежуточной аттестации студентов по дисциплине**

**1. Контрольные задания и иные материалы,  
используемые в процессе текущей аттестации**

В рамках текущей аттестации оценка уровня сформированности элементов компетенции ПК-3 проводится на основе оценки преподавателем знаний, умений и владений продемонстрированных студентом на практических занятиях и при выполнении заданий для СРС.

В процессе текущего контроля оценивается:

1. Работа на занятиях
2. Выполнение проверочных работ
3. Выполнение заданий для СРС

***Работа на занятиях***

***Критерии оценки студентов за работу на занятиях***

- Студент опирается на фундаментальную литературу и современные научные исследования.
- Студент проводит анализ фактов, явлений и процессов, проявляет способность делать обобщающие выводы
- Студент имеет свое видение решения проблем.
- Студент задает содержательные вопросы, ведущие к развитию дискуссии.
- Студент дает ответы на дополнительные вопросы

*Работа студента на занятиях оценивается по пятибалльной шкале.*

Критерии оценки	Оценка
студент уверенно владеет фактическим материалом, использует фундаментальную литературу и современные исследования научно-объективного характера (монографии, статьи в сборниках и периодической печати); анализирует факты, явления и процессы, проявляет способность делать обобщающие выводы, обнаруживает свое видение решения проблем; активно участвует в конференции, стремясь к развитию дискуссии	<i>отлично</i>
студент в целом владеет фактическим материалом, но допускает отдельные неточности непринципиального характера; дает ответы на дополнительные вопросы, но не исчерпывающего характера, участвует в конференции, стремясь к развитию дискуссии.	<i>хорошо</i>
студент частично владеет фактическим материалом, допускает неточности принципиального характера; проявляет неглубокие знания при освещении принципиальных вопросов и проблем; не умеет делать выводы обобщающего характера и давать оценку значения освещаемых рассматриваемых вопросов и т.п.	<i>удовлетворительно</i>
если студент отказался участвовать в работе конференции или принимает формальное участие	<i>неудовлетворительно</i>

***Проверочная работа 1(примерные задания)***

*Закончите предложения:*

1. Нейро-лингвистическое программирование – это
2. Основными концептуальными положениями НЛП являются
3. Модальности – это
4. Основные виды модальностей.
5. Ведущая система- это

### ***Критерии оценки проверочной работы***

Количество правильно выполненных заданий	оценка
правильное выполнение более 85% заданий	отлично
70-85% правильно выполненных заданий.	хорошо
за 50-70% правильно выполненных заданий	удовлетворительно
Менее 50% правильно выполненных заданий	неудовлетворительно

### ***Примерные задания для проверочной работы (тест) 2 (электронный вариант)***

#### **1. Нейролингвистическое программирование - это:**

- способ понимания общества и методы воздействия на него;
- искусство и наука о личном мастерстве;
- язык программирования.

#### **2. НЛП возникло:**

- в конце 80-х и стало плодом сотрудничества Фрица Перлза и Милтона Эриксона;
- в середине 60-х; основоположниками стали Вирджиния Сатир и Роберт Дилтс;
- в начале 70-х, когда Ричард Бендлер и Джон Гриндер именно в таком виде сформулировали область собственных научных интересов.

#### **3. Если человеку задать вопрос, требующий сконструировать зрительный образ, куда он будет смотреть?**

- вправо вверх;
- влево вверх;
- «сквозь» собеседника

#### **4. Что значит "установить раппорт"?**

- войти в доверие к человеку;
- отзеркалить тембр голоса человека;
- подстроиться к языку телодвижений собеседника, к тону, темпу, громкости и ритму речи

#### **5. Что такое "коммуникация" с точки зрения НЛП?**

- это циклы или петли обратных связей, которые включают, по крайней мере, двух человек
- это средство массовой связи;
- это все способы обмена информации у людей с окружающим.

### ***Критерии оценки проверочной работы***

Количество правильно выполненных заданий	оценка
правильное выполнение более 85% заданий	отлично
70-85% правильно выполненных заданий.	хорошо
за 50-70% правильно выполненных заданий	удовлетворительно
Менее 50% правильно выполненных заданий	неудовлетворительно

### ***Практические задания для СРС***

Самостоятельная работа студентов по курсу «Нейролингвистическое программирование» предполагает выполнение следующих видов работ: самостоятельная подготовка и проведение полевого наблюдения

### **Задание для СРС №1**

В полевых условиях организуйте наблюдение:

- За глазами доступами и предикатами модальностей у окружающих.
- За проявлением внутренних стратегий
- За конфликтным и сотрудничающим общением
- За характером общения и присоединением
- За постановкой естественных якорей

После выполнения наблюдений подготовьте отчет по каждому пункту из вышеизложенного списка.

### **Задание для СРС №2**

В полевых условиях пронаблюдайте и проведите самоанализ:

- Внутренних стратегий мотивирования и решения задач
- Процессы визуализации
- Успешности установления раппорта
- Процессы моделирования
- Поведение, детерминируемое якорями.
- Умения управлять эмоциональным состоянием.

После выполнения наблюдений подготовьте отчет по каждому пункту из вышеизложенного списка.

### **Задание для СРС №3**

В полевых условиях организуйте наблюдение за проявлениями собственных навыков:

- Определения актуальной модальности и индивидуальной стратегии партнеров по общению
- Выявлять предпочитаемые модальности
- Калибрования
- Присоединения
- Ведения за собой
- Управления процессом визуализации
- Распознавания лингвистических схем других людей.
- Замены ограничивающих убеждений.
- Якорения, интеграции якорей.
- Актуализации собственного ресурсного состояния и ресурсного состояния другого человека.
- Ассоциирования /диссоциирования себя и другого.
- После выполнения наблюдений подготовьте отчет по каждому пункту из вышеизложенного списка.

### ***Критерии оценки выполнения заданий для СРС***

<b>Критерии оценки:</b>	<b>Оценка</b>
студентом проведена и письменно представлена глубокая, содержательная работа по самоанализу, сформулированы свои ресурсы и ограничения по применению предложенных навыков.	«отлично»
студентом проведена и письменно представлена работа по самоанализу, сформулированы свои ресурсы и ограничения по применению предложенных навыков.	«хорошо»
студентом проведена и письменно представлена работа по самоанализу которая содержит противоречия, не достаточно ясные формулировки, частично обозначены свои ресурсы и ограничения по применению предложенных навыков	«удовлетворительно»
студентом проведена, но не представлена работа по самоанализу. устные ответы не достаточно ясно сформулированы, не обозначены свои ресурсы и ограничения по применению предложенных навыков.	«неудовлетворительно»

**Таблица соответствия контрольных мероприятий, компетенций  
и индикаторов их достижения**

<b>Контрольное мероприятие</b>	<b>Индикатор освоения компетенции</b>
<i>Работа на занятиях</i>	И-ПК-3.1, И-ПК-3.2
<i>Задание для СРС-1</i>	И-ПК-3.1; И-ПК-3.2
<i>Задание для СРС-2</i>	И-ПК-3.1; И-ПК-3.2
<i>Задание для СРС-3</i>	И-ПК-3.1; И-ПК-3.2
<i>Проверочная работа 1</i>	И-ПК-3.1
<i>Тест</i>	И-ПК-3.1

## **2. Список вопросов и (или) заданий для проведения промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация по курсу проводится в форме зачета. Основанием для допуска к зачету является выполнение всех заданий для СРС и посещение практических аудиторных занятий.

### **Вопросы к зачету:**

1. Этимология и сущность понятия «нейролингвистическое программирование». Концептуальные положения НЛП
2. История возникновения НЛП. Связь НЛП с другими современными направлениями в психологии. Критика НЛП.
3. Модальность как общее свойство познавательных процессов. Виды модальностей.
4. Влияние особенностей репрезентации чувственного опыта на эмоциональное состояние человека, эффективность принятия решений.
5. Ведущие, репрезентативные и референтные системы. Проблемы, возникающие при расхождении систем модальностей.
6. Субмодальности как микроэлементы опыта.
7. Внутренние стратегии.
8. Предикаты модальностей.
9. Глазные доступы.
10. Приемы, методы развитие модальностей.
11. Типология личностей по основанию «предпочитаемая модальность». Диагностика предпочитаемой модальности.
12. Творческая визуализация. Визуализация как основа технологий НЛП.
13. Развитие визуализации
14. Раппорт. Понятие «раппорт» в НЛП.
15. Функции раппорта. Присоединение, как основа достижения раппорта.
16. Виды и способы присоединения. Значение раппорта для взаимодействия консультант-клиент.
17. Калибровка. Значение калибровки для диагностики и понимания внутреннего состояния партнеров по общению.
18. Понятие мета-модели. Процессы моделирования, их функции и ограничения.
19. Модели опыта субъекта, язык и чувственный опыт.
20. Лингвистические паттерны, порождающие ограничения.
21. Возможности использования мета-модели в консультировании.
22. Якорение. Правила постановки якорей.
23. Специфика якорей в разных модальностях.
24. Феномен «негативного якоря»
25. Интеграция якорей
26. Ресурсное состояние, доступ к ресурсному состоянию.
27. Возможности якорения в консультировании
28. Ассоциации, диссоциации. Модель психологического благополучия
29. Рейфреминг. Концептуальные положения, лежащие в основе рефрейминг-технологии.
30. Функции и виды рефрейминга.

### **Правила выставления оценки на экзамене**

**Оценка «Зачтено»** выставляется студенту, который демонстрирует достаточно полное владение содержанием материала и понятийным аппаратом дисциплины; умеет связывать теорию с практикой. Студент дает достаточно развернутые, полные и четкие ответы на вопросы и дополнительные вопросы, соблюдает логическую последовательность при изложении материала. Грамотно использует терминологию.

**Оценка «Незачтено»** выставляется студенту, который демонстрирует разрозненные, бессистемные знания; беспорядочно и неуверенно излагает материал; не умеет выделять главное и второстепенное, не умеет соединять теоретические положения с практикой; допускает грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, явлений, вследствие непонимания их существенных и несущественных признаков и связей; дает неполные ответы, логика и последовательность изложения которых имеют существенные и принципиальные нарушения, в ответах отсутствуют выводы. Дополнительные и уточняющие вопросы не приводят к коррекции ответов студента. На основную часть дополнительных вопросов студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы.

Оценка «Незачтено» выставляется также студенту, который взял вопросы, но отвечать отказался.

### **Критерии оценивания степени овладения знаниями, умениями, навыками и (или) опытом деятельности, определяющие уровни сформированности компетенций**

#### **Пороговый уровень:**

- владение основным объемом знаний по программе дисциплины;
- знание основной терминологии дисциплины, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы без существенных ошибок;
- владение инструментарием дисциплины, умение его использовать в решении практических задач;
- способность самостоятельно применять типовые решения в рамках рабочей программы дисциплины;
- усвоение основной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- знание базовых теорий, концепций и направлений по изучаемой дисциплине;
- самостоятельная работа на практических и лабораторных занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий.

#### **Продвинутый уровень:**

- достаточно полные и систематизированные знания в объёме программы дисциплины;
- использование основной терминологии данной области знаний, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;
- владение инструментарием дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно решать практические задачи (проблемы) в рамках рабочей программы дисциплины;
- усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку;
- самостоятельная работа на практических и лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

**Высокий уровень:**

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам дисциплины;
- точное использование терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;
- безупречное владение инструментарием дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно и творчески решать сложные задачи (проблемы) в рамках рабочей программы дисциплины;
- полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку;
- активная самостоятельная работа на практических и лабораторных занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

**Описание процедуры выставления оценки**

В зависимости от уровня сформированности каждой компетенции по окончании освоения дисциплины студенту выставляется оценка.

Оценка «зачтено» выставляется студенту, у которого формируемые дисциплиной элементы компетенции ПК – 3 сформированы не ниже чем на пороговом уровне.

Оценка «незачтено» выставляется студенту, у которого формируемые дисциплиной элементы компетенции ПК – 3 сформированы ниже чем на пороговом уровне.

## **Приложение №2 к рабочей программе дисциплины «Нейролингвистическое программирование»**

### **Методические указания для студентов по освоению дисциплины**

#### **Рекомендации по выполнению СРС, задания для СРС**

В рамках освоения курса студенты реализуют следующие виды самостоятельной работы:

##### **Подготовка к текущим семинарским занятиям.**

Подготовка к текущим семинарским занятиям предполагает работу с рекомендованной преподавателем литературой. Поскольку практические (семинарские) занятия проводятся в активной форме и не предполагают репродуктивного воспроизведения материала, для участия в семинарских занятиях необходимо усвоение и понимание изучаемых концепций. Для этого студенту рекомендуется не только прочесть, но и законспектировать предложенную литературу с выделением наиболее значимых позиций и положений. Каждое семинарское занятие начинается с обсуждения сложных и не до конца понятных студенту моментов, во время которого студент может задать интересующие его вопросы.

Грамотная работа с книгой, особенно если речь идет о научной литературе, предполагает соблюдение ряда правил, овладению которыми необходимо настойчиво учиться. Организуя самостоятельную работу студентов с книгой, преподаватель обязан настроить их на серьезный, кропотливый труд.

Прежде всего, при такой работе невозможен формальный, поверхностный подход. Не механическое заучивание, не простое накопление цитат, выдержек, а сознательное усвоение прочитанного, осмысление его, стремление дойти до сути — вот главное правило. Другое правило — соблюдение при работе над книгой определенной последовательности. Вначале следует ознакомиться с оглавлением, содержанием предисловия или введения. Это дает общую ориентировку, представление о структуре и вопросах, которые рассматриваются в книге. Следующий этап — чтение. Первый раз целесообразно прочитать книгу с начала до конца, чтобы получить о ней цельное представление. При повторном чтении происходит постепенное глубокое осмысление каждой главы, критического материала и позитивного изложения, выделение основных идей, системы аргументов, наиболее ярких примеров и т. д.

Непременным правилом чтения должно быть выяснение незнакомых слов, терминов, выражений, неизвестных имен, названий. Важная роль в связи с этим принадлежит библиографической подготовке студентов. Она включает в себя умение активно, быстро пользоваться научным аппаратом книги, справочными изданиями, каталогами, умение вести поиск необходимой информации, обрабатывать и систематизировать ее.

Научная методика работы с литературой предусматривает также ведение записи прочитанного. Это позволяет привести в систему знания, полученные при чтении, сосредоточить внимание на главных положениях, зафиксировать, закрепить их в памяти, а при необходимости и вновь обратиться к ним. Конспект ускоряет повторение материала, экономит время при повторном, после определенного перерыва, обращении к уже знакомой работе.

Конспектирование — один из самых сложных этапов самостоятельной работы. Каких-либо единых, пригодных для каждого студента методов и приемов конспектирования, видимо, не существует. Однако это не исключает соблюдения некоторых, наиболее оправдавших себя общих правил, с которыми преподаватель и обязан познакомить студентов:

Главное в конспекте не его объем, а содержание. В нем должны быть отражены основные принципиальные положения источника, то новое, что внес его автор, основные методологические положения работы. Умение излагать мысли автора сжато, кратко и собственными словами приходит с опытом и знаниями. Но их накоплению помогает соблюдение одного важного правила — не торопиться записывать при первом же чтении, вносить в конспект лишь то, что стало ясным.

Форма ведения конспекта может быть самой разнообразной, она может изменяться, совершенствоваться. Но начинаться конспект всегда должен с указания полного наименования работы, фамилии автора, года и места издания; цитаты берутся в кавычки с обязательной ссылкой на страницу книги.

Конспект не должен быть «слепым», безликим, состоящим из сплошного текста. Особо важные места, яркие примеры выделяются цветным подчеркиванием, пометками на полях специальными знаками, чтобы как можно быстрее найти нужное положение. Дополнительные материалы из других источников можно давать на полях, где записываются свои суждения, мысли, появившиеся уже после составления конспекта.

### ***Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента***

Для самостоятельного подбора литературы в библиотеке ЯрГУ рекомендуется использовать:

**1. Личный кабинет** ([http://lib.uniyar.ac.ru/opac/bk\\_login.php](http://lib.uniyar.ac.ru/opac/bk_login.php)) дает возможность получения online доступа к списку выданной в автоматизированном режиме литературы, просмотра и копирования электронных версий изданий сотрудников университета (учеб. и метод. пособия, тексты лекций и т.д.) Для работы в «Личном кабинете» необходимо зайти на сайт Научной библиотеки ЯрГУ с любой точки, имеющей доступ в Internet, в пункт меню «Электронный каталог»; пройти процедуру авторизации, выбрав вкладку «Авторизация», и заполнить представленные поля информации.

**2. Электронная библиотека учебных материалов ЯрГУ** ([http://www.lib.uniyar.ac.ru/opac/bk\\_cat\\_find.php](http://www.lib.uniyar.ac.ru/opac/bk_cat_find.php)) содержит более 2500 полных текстов учебных и учебно-методических материалов по основным изучаемым дисциплинам, изданных в университете. Доступ в сети университета, либо по логину/пароллю.

**3. Электронная картотека «Книгообеспеченность»** ([http://www.lib.uniyar.ac.ru/opac/bk\\_bookreq\\_find.php](http://www.lib.uniyar.ac.ru/opac/bk_bookreq_find.php)) раскрывает учебный фонд научной библиотеки ЯрГУ, предоставляет оперативную информацию о состоянии книгообеспеченности дисциплин основной и дополнительной литературой, а также цикла дисциплин и специальностей. Электронная картотека «Книгообеспеченность» доступна в сети университета и через Личный кабинет.