

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Сурат Лев Игоревич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 03.09.2022 16:25:22  
Уникальный программный ключ:  
90e61d348f2245de4566514a87350a9d89d73c851b3f3160a03a9eff20fb4800

**Негосударственное образовательное частное учреждение высшего образования  
«МОСКОВСКИЙ ИНСТИТУТ ПСИХОАНАЛИЗА»**

УТВЕРЖДЕНА  
ученым советом МИП  
(в составе ДПП)  
Протокол от «16» февраля 2022 г. № 5

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Нейролингвистическое программирование**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
профессиональной переподготовки**

Психологическое консультирование

Москва, 2022 г.

**Авторы–составители:**

Кандидат психологических наук  
психолог 1-й категории, преподаватель кафедры  
психотерапии и психологического  
консультирования Московского института  
психоанализа

\_\_\_\_\_

*(подпись)*

**М.В. Донцова**

Клинический психолог, кандидат  
психологических наук, доцент, член Московской  
ассоциации психоаналитиков

\_\_\_\_\_

*(подпись)*

**Е.С. Мордас**

Старший преподаватель кафедры основ  
клинического психоанализа Московского  
института психоанализа

\_\_\_\_\_

*(подпись)*

**К.А. Лемешко**

## СОДЕРЖАНИЕ

	<u>стр</u>
<u>1. Цель и задачи дисциплины (модуля) .....</u>	4
<u>2. Планируемые результаты обучения дисциплины (модуля) .....</u>	4
<u>3. Объем дисциплины (модуля) .....</u>	5
<u>4. Структура и содержание дисциплины (модуля) .....</u>	5
<u>4.1. Структура дисциплины (модуля) .....</u>	5
<u>4.2. Содержание дисциплины (модуля) .....</u>	6
<u>5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы слушателей дисциплины (модуля) .....</u>	6
<u>6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) .....</u>	8
<u>7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) .....</u>	10
<u>7.1. Нормативно-правовые документы .....</u>	10
<u>7.2. Основная литература .....</u>	11
<u>7.3. Дополнительная литература .....</u>	11
<u>7.4. Интернет-ресурсы .....</u>	11
<u>7.5. Справочные системы .....</u>	11
<u>7.6. Иные источники .....</u>	11
<u>8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) .....</u>	12

## 1. Цель и задачи дисциплины

Дисциплина имеет своей целью:

– формирование у слушателей целостной системы знаний об основах, базовых предпосылках и способах применения нейролингвистического программирования.

Основными задачами дисциплины являются:

– познакомить с основами, базовыми предпосылками нейролингвистического программирования;

– осветить основные вопросы, связанные с исследованием психологии человека с точки зрения НЛП;

– научить выявлять различные психические состояния людей, сделав полученную информацию основой для взаимодействия;

– предложить различные приемы для оценки психологических особенностей оппонента, алгоритмы установления и развития контакта и результативного взаимодействия;

– сформировать умения и навыки получения желаемых состояний у себя и других.

## 2. Планируемые результаты обучения дисциплины

Указываются компетенции, а также знания, умения и практический опыт, приобретаемый в результате освоения модулей (таблица 1).

Таблица 1.

Планируемые результаты обучения дисциплины

Задачи профессиональной деятельности	Профессиональные компетенции или трудовые функции (формируются и (или) совершенствуются) ПК и ПСК	Знания	Умения	Практический опыт
Консультативный	Способность и готовность к применению методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач (ПСК-6)	Знает теоретические основы нейролингвистического программирования, обеспечивающие эффективность предлагаемых технологий; сущность и основные характеристики модели мира; особенности репрезентативных систем и способы их определения; методы эмоциональной и когнитивной регуляции психологического состояния	Умеет определять ведущие репрезентативные системы по особенностям речи и движениям глаз; устанавливать раппорт (подстройку) к партнеру по общению; применять техники ассоциации и диссоциации в отношении имеющегося опыта; формулировать вопросы для определения мета-модели человека; осуществлять рефрейминг как способ изменения видения ситуации.	Владеть навыками наблюдения; способами саморегуляции, предлагаемыми НЛП; навыками сбора и конкретизации информации о мета-модели человека.

### 3. Объем дисциплины

Таблица 2

#### Объем дисциплины

Вид учебной работы	Количество часов (час.) и (или) зачетных единиц (з.е.)	С применением электронного обучения и (или) дистанционных образовательных технологий (час.) и (или) зачетных единиц (з.е.)
<b>Контактная работа слушателя с преподавателем, в том числе:</b>	28	28
лекционного типа (Л) / Интерактивные занятия (ИЗ)	8	8
лабораторные занятия (практикум) (ЛЗ) / Интерактивные занятия (ИЗ)	-	-
В форме практической подготовки		
Практические (семинарские) занятия (ПЗ) / Интерактивные занятия (ИЗ)	20	20
<b>Самостоятельная работа слушателя (СР)</b>	16	16
<b>Контактная самостоятельная работа (КСР)</b>	-	-
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>форма</b>	Зачет
	<b>час.</b>	
<b>Общая трудоемкость по учебному плану (час./з.е)</b>	44	44

### 4. Структура и содержание дисциплины

#### 4.1. Структура дисциплины

Таблица 3

#### Структура дисциплины

№п/п <sup>1</sup>	Наименование (разделов/тем) <sup>2</sup> дисциплины (модуля)	Общая трудоемкость, час. <sup>3</sup>	Контактная работа (с применением дистанционных образовательных технологий, электронного обучения), час. <sup>7</sup>					Самостоятельная работа, час. <sup>8</sup>	Текущий контроль успеваемости <sup>9</sup>	Промежуточная аттестация (форма/час) <sup>10</sup>	Код компетенции <sup>11</sup>
			Всего <sup>4</sup>	В форме практической подготовки <sup>5</sup>	В том числе						
					Лекции / в интерактивной форме <sup>6</sup>	Практические (семинарские) занятия	Контактная самостоятельная работа, час. <sup>8</sup>				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Тема 1. История и базовые предпосылки НЛП.	6			2	2		2			ПСК-6
2	Тема 2. Раппорт в НЛП.	5			1	2		2			ПСК-6

3	Тема 3. Работа с целями. Формирование цели и плана её достижения.	8			2	4		2			ПСК-6
4	Тема 4. Классификация запросов и техник НЛП по нейрологическим уровням.	11			1	6		4			ПСК-6
5.	Тема 5. Базовые техники НЛП	14			2	6		6			ПСК-6
	Итого:	44			8	20		18		Э	

## 4.2. Содержание дисциплины

Таблица 4

### Содержание дисциплины

Номер темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
Тема 1. История и базовые предпосылки НЛП.	Психология человека с точки зрения НЛП. История НЛП. Почему НЛП не психотерапия, но активно в ней применяется. Базовые пресуппозиции НЛП с точки зрения разных авторов. Системы восприятия, обработки и репрезентации информации. Понятие ведущей репрезентативной системы. Фильтры восприятия. Субмодальности.
Тема 2. Раппорт в НЛП.	Лингвистические модели, позволяющие обращаться к глубинным структурам опыта. Понятие калибровки. Способы создания и сохранения доверия, подстройка к собеседнику. Вербальное и невербальное присоединение и ведение. Лингвистические модели обращения к глубинным структурам опыта: Мета-модель, Милтон-модель
Тема 3. Работа с целями. Формирование цели и плана её достижения.	Техника «Хорошо сформированный результат». Техники ресурсирования и якорения. Естественные и специально создаваемые якоря. Их использование. Доступ к ресурсным состояниям. Техники «Круги силы» и «Коллапс якорей».
Тема 4. Классификация запросов и техник НЛП по нейрологическим уровням.	Понятие о нейрологических уровнях (Р. Дилтс). Классификация запросов и техник НЛП по нейрологическим уровням. Техника «Интеграция логических уровней».
Тема 5. Базовые техники НЛП	Демонстрация и отработка базовых техник НЛП, ориентированных на работу на различных нейрологических уровнях

## 5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы слушателей по дисциплине

Обучение по дисциплине предполагает изучение курса в ходе лекционных, практикумов, практических занятий и самостоятельной работы слушателей. Занятия проводятся в различных формах с целью формирования знаний, практических умений, навыков и компетенций с проведением контрольных мероприятий. С целью обеспечения успешного обучения слушатель должен готовиться к аудиторным занятиям, поскольку они являются важнейшей формой организации учебного процесса:

- знакомят с новым учебным материалом;
- разъясняют учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизируют учебный материал;
- ориентируют в учебном процессе.

Подготовка к аудиторному занятию заключается в следующем:

- внимательно прочитайте материал предыдущего аудиторного занятия;

- сопоставьте результаты проведенной самостоятельной работы с изученным материалом на аудиторном занятии;
- подготовьте задания, которые были даны преподавателем для подготовки дома;
- узнайте тему предстоящего занятия (по тематическому плану);
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебным пособиям;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите в аудитории.

#### Подготовка к промежуточной аттестации

Для успешной сдачи промежуточной аттестации необходимо, помимо пошагового освоения дисциплины (модуля) в течении курса, представлять структуру дисциплины, ориентироваться в связях системы понятий дисциплины, проблемах и задачах соответствующей области знания. При подготовке к промежуточной аттестации слушатель должен не только повторить содержание курса, но и сопоставить свое представление о данной области с предлагаемой в процессе преподавания курса системой понятий и закономерностей, а также практических инструментов работы.

### **6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине**

#### *Типовые тестовые задания*

1. Слуховая сенсорная модальность, включающая восприятие звуков и слов - это:
  - а) аудиальная система;
  - б) вкусовая;
  - в) визуальная.
2. Уникальная модель восприятия каждого человека, являющаяся результатом его предшествующего опыта, в «правильности» и «очевидности» которого он твердо убежден - это:
  - а) перцептивная карта реальности;
  - б) убеждение;
  - в) сознание.
3. Изменение собственного поведения на том уровне раппорта, который позволит другому человеку последовать за вами, это:
  - а) гибкость;
  - б) ведение;
  - в) якорение.
4. Термины, которые позволяют определить репрезентативную систему человека - это:
  - а) сигналы доступа;
  - б) предикаты;
  - в) язык телодвижений.
5. Обладание широким набором способов мышления и поведения для достижения некоторого результата - это:
  - а) раппорт;
  - б) гибкость;
  - в) подстройка.
6. Определенный контекст или способ истолкования высказывания, события, поведения - это:
  - а) рамка;
  - б) критерии;

- в) содержание.
7. Сенсорная модальность восприятия на тактильном уровне осязания и прикосновений, уровень напряжения мышц и внутренних телесных ощущений - это:
- а) кинестетическая система;
  - б) визуальная система;
  - в) аудиальная система.
8. Форма внутреннего представления воспоминаний и идей в мозгу человека - это:
- а) результат;
  - б) репрезентативная система;
  - в) состояние.
9. Точное узнавание по невербальным сигналам состояния, в котором находится другой человек - это:
- а) зеркальное отражение;
  - б) присоединение;
  - в) калибровка.
10. Взгляд на событие с другой точки зрения или присвоение событию другого смысла это:
- а) рефрейминг;
  - б) метафора;
  - в) ресурсы.
11. Присущее каждому человеку уникальное представление о мире, построенное из его индивидуальных переживаний и восприятия - это:
- а) метамоделль;
  - б) карта;
  - в) рамка.
12. Тонкие различия, которые мы обнаруживаем внутри каждой репрезентативной системы, качественные характеристики внутренних представлений - это:
- а) части личности;
  - б) предикаты;
  - в) субмодальности.
13. Полное соответствие между произносимыми словами и другими составляющими коммуникационного процесса, такими как мимика, поза или интонация - это:
- а) метапрограмма;
  - б) намерение;
  - в) конгруэнтность.
14. Процесс построения ассоциативной связи между двумя разными событиями - это:
- а) комплексный эквивалент;
  - б) якорение;
  - в) зеркальное отражение.
15. Неосознаваемая внутренняя организация прошлых воспоминаний и представлений о будущем - это:
- а) линия времени;
  - б) ресурс;
  - в) стратегия.
16. Постоянно хранимые в памяти обобщения о:
- 1) причине,
  - 2) значении и
  - 3) границах - это:
- а) убеждения;
  - б) состояние;
  - в) критерии.



17. Набор лингвистических приемов и вопросов, которые устанавливают связь между языком и внутренним опытом - это:
- а) предикаты;
  - б) метамодель;
  - в) субмодальности.
18. Неявно выраженные признаки, способные одновременно как вызывать действие, так и указывать, какой репрезентативной системой человек пользуется, когда мыслит - это:
- а) субмодальности;
  - б) ключи доступа;
  - в) логические уровни.
19. Процесс выделения последовательности мыслей и поведения, который может помочь справиться с определенной задачей - это:
- а) моделирование;
  - б) направление стратегии мотивации;
  - в) отражение.
20. Кто является автором книги «Из лягушек в принцы»:
- а) Гриндер Д., Бэндлер Р.;
  - б) Дилтс Р.;
  - в) Альдер Х.
21. Макростратегия высокого уровня, определяющая принципы сортировки человеком собственного опыта, ориентирования в нем и организации его - это:
- а) логические уровни;
  - б) метапрограмма;
  - в) перцептивная карта реальности.
22. Физиологические, неврологические и психологические характеристики определенного состояния мозга - это:
- а) способность;
  - б) синестезия;
  - в) состояние.
23. Описание внутренней карты субъективного опыта - это:
- а) модель мира;
  - б) метафора;
  - в) описание сенсорное.
24. Заинтересованность в процветании личности или организации как сбалансированной системы - это:
- а) экология;
  - б) рефрейминг;
  - в) моделирование.
25. Скрытое желание или цель поведения - это:
- а) неконгруэнтность;
  - б) контекстуальный рефрейминг;
  - в) намерение

### **Форма и средства (методы) проведения промежуточной аттестации**

Формой промежуточной аттестации по учебному плану является экзамен. Экзамен по дисциплине проводится в традиционной форме.

1. Тренинг в решении проблем, тренинг самоинструирования.
2. Тренинг прививки против стресса; стратегии реатрибуции

3. Оперантное угасание, ситуативное управление.
4. Жетонная система, методы наказания, лишение подкрепления
5. Самонаблюдение, Контроль стимула, Контроль контингентности; составление договоров.
6. Когнитивная гипнотерапия (Д. Дауд).
7. Работа с образами (визуализация): выявление и разъяснение пациенту природы образных представлений.
8. Поиск ответа на спонтанные образы, ответ на них. Создание образов как терапевтический прием.
9. Пошаговая мышечная релаксация Джекобсона.
10. Градуированное угасание.
11. Экспозиция и противодействие реакции.
12. Терапия реальности Дж. Глассера как вариант когнитивной терапии.
13. Фиксированные формы поведения и психическая ригидность как механизмы дезадаптации (Г.В. Залевский).
14. Позитивная психология М. Селигмана: терапевтические перспективы
15. Диагностическое интервью в БКТ: структура и техники.
16. Выявление и анализ автоматических мыслей и дезадаптивных форм поведения.
17. Автоматические мысли и эмоции в БКТ: техники выявления и работы.
18. Ранние неадаптивные схемы и дисфункциональные убеждения в клинике тревожных и соматоформных расстройств.
19. Научение по моделям *in vivo*.
20. Скрытое научение по моделям
21. Предъявление символических моделей.
22. Скрытое обуславливание; когнитивная терапия (А. Бек).
23. Рационально-эмотивная терапия (А. Эллис).

### **Интегральная шкала оценивания**

Низкий «неудовлетворительно/незачет» - компетенция не освоена или освоена в недостаточной мере. Слушатель не знает, либо знает на слабом уровне теоретический материал по модулю. Не владеет терминологией и основными понятиями из профессиональной сферы или называет неуверенно, с ошибками.

Пороговый (базовый) «удовлетворительно» - компетенция освоена удовлетворительно, но достаточно. Слушатель освоил основную базу теоретических знаний. Владеет терминологией и основными понятиями из профессиональной сферы.

Продвинутый «хорошо» - компетенция освоена достаточно хорошо. Слушатель знает теоретический материал по модулю, умеет применить эти знания на практике. Чётко и ясно формулирует свои мысли. Знает специальную литературу по профессиональным вопросам.

Высокий «отлично» - компетенция освоена в полной мере или на продвинутом уровне. Слушатель знает теоретический материал, умеет применить эти знания на практике и(или) имеет опыт в профессионально-практической деятельности. Приводит актуальные примеры из сферы профессиональной деятельности; демонстрирует способности к нестандартной интерпретации поставленного вопроса.

### **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение модуля**

#### *7.1. Нормативно-правовые документы*

1. «Федеральный закон об образовании в Российской Федерации» от 29.10.2012 №373-ФЗ;
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 841 об утверждении федерального государственного образовательного

стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.04.01 Психология (уровень магистратуры)

#### 7.2. Основная 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, 2019. — 194 с.

2. Балашова, С. В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии : учебное пособие для студентов факультета клинической психологии / С. В. Балашова, Г. И. Дереча. — Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. — 234 с.

#### 7.3. Дополнительная литература

1. Мартынова Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение/Мартынова Е. В.-Москва: Генезис,2015, ISBN 978-5-98563-320-7. -384.

2. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 211 с.

#### 7.4. Интернет-ресурсы

1. E-library.ru
2. Ebsco.com
3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»
4. ЭБС «IPRbooks»

#### 7.5. Справочные системы

1. КиберЛенинка- это научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), основными задачами которой является популяризация науки и научной деятельности, общественный контроль качества научных публикаций, развитие междисциплинарных исследований, современного института научной рецензии, повышение цитируемости российской науки и построение инфраструктуры знаний: <https://cyberleninka.ru/>

2. <http://thinkcognitive.org/ru/#.XcLRzMzY2w> – проект выпускник СПбГУ, включающий ежегодные зимние конкурсы NEISSER, KAHNEMAN и MARVIN для слушателей разных уровней, организацию и поддержку когнитивных мероприятий для слушателей, распространение информации о новостях из мира когнитивной науки, интересных научных школах и конференциях, возможностях для обучения, публикации инструкций по анализу данных, представлению результатов, и, в целом, по выживанию в мире науки

3. Scopus- реферативная база, являющаяся указателем научного цитирования. Позволяет в краткие сроки получить самую полную библиографию по интересующей теме. Не содержит полных текстов статей

4. Dryad Digital Repository – открытая база данных, в которой желающие выкладывают сырые результаты исследований, опубликованных в международных журналах.

#### 7.6. Иные источники

1. [www.azps.ru/handbook](http://www.azps.ru/handbook) (психологический словарь)
2. [www.edu.ru](http://www.edu.ru) (федеральный портал «Российское образование»)
3. [www.edu.ru](http://www.edu.ru) (федеральный портал «Российское образование»)

4. [www.psyedu.ru](http://www.psyedu.ru) (электронный журнал "Психологическая наука и образование")
5. [www.rospsy.ru](http://www.rospsy.ru) (сайт Федерации психологов образования России)
6. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) Электронная библиотечная система IPRbooks;
7. <http://www.psychiatr.ru> – Российское общество психиатров;

#### **8. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации; укомплектована специализированной мебелью, и техническими средствами обучения, обеспечивающими реализацию проектируемых результатов обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью доступа в «Интернет» и обеспечением доступа в электронную образовательную среду МИП (<http://inpsycho.ru/student/biblioteka>), в том числе, в электронные библиотечные системы.

*Технические и программные средства обучения:*

Ноутбук с ПО Windows и установленным пакетом лицензионным Microsoft  
Проектор

*Требования к программному обеспечению общего пользования:*

Специализированное оборудование и специализированное программное обеспечение при изучении дисциплины не используется.

Учебно-методические материалы, расписание занятий и ссылки на вебинары для слушателей размещаются в личном кабинете слушателя на платформе InStudy МИП: <https://dop.instudy.online/>. При зачислении на программу слушателям предоставляются персональные логин и пароль от личного кабинета.

#### **Характеристика результатов освоения программы**

В результате освоения программы у слушателя сформированы компетенции:

<b>Компетенция (код, содержание)</b>	<b>Индикаторы</b>
Способность и готовность к применению методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач (ПСК-6)	Владеет способами саморегуляции, навыками сбора и конкретизации информации о мета-модели человека.