МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Львівський національний університет імені Івана Франка
Факультет філософії
Кафедра психології

Затверджено
На засіданні кафедри психології
факультету філософії
Львівського національного університету
імені Івана Франка
протокол № 1 від 29/08/2024

Завідувач кафедри _____
проф. Грабовська С.Л.

Силабус з навчальної дисципліни
«Нейролінгвістичне програмування**» ПП2.1.2.04**

що викладається в межах ОПП «Психологія»
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 053 Психологія
галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Освітня кваліфікація: бакалавр з психології

2022 року вступу

Львів 2024-2025 н. р.

Назва курсу	«Нейролінгвістичне програмування»
Адреса викладання курсу	Львівський національний університет імені Івана Франка
Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна	Кафедра психології, філософський факультет
Галузь знань, шифр та назва спеціальності	Галузь знань – 05 – соціальні та поведінкові науки Спеціальність – 053 – психологія
Викладачі курсу	Галецька Інна Іванівна, кандидат психологічних наук, професор
Контактна інформація викладачів	Inna.Haletska@ lnu.edu.ua
Консультації по курсу відбуваються	https://us02web.zoom.us/j/89187030074?pwd=xXXnjLgqi1u8OkAxTww0DOaprEgUbo.1
Сторінка курсу	https://filos.lnu.edu.ua/academics/bachelor/spetsialnist-psykholohiia-053
Інформація про курс	Дисципліна «Нейролінгвістичне програмування » є дисципліною вільного вибору з спеціальності 053 – психологія для освітньої програми бакалавр , яка викладається в 4-му та 5-му семестрах в обсязі 5,5 кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS) 165 годин, 48 аудиторні (семінар) 117 самостійна робота). _____. .
Коротка анотація курсу	Нейролінгвістичне програмування вивчає закономірності суб'єктивного досвіду людей через розкриття механізмів і способів моделювання поведінки і передачі виявлених моделей іншим людям. НЛП є міждисциплінарною інтегративною концепцією необіхевіоральної орієнтації. Розглянуто нейрологічні процеси, які відповідають за зберігання, переробку і передачу інформації та розуміння механізмів внутрішнього сприйняття. Лінгвістичні аспекти НЛП зосереджено на алгоритмах мови у контексті особливостей механізмів мислення і поведінки, а також в організації процесів комунікації. НЛП досліджує системні зв'язки між поведінковими та когнітивними паттернами успішного функціонування та розробляє алгоритму моделювання особистої ефективності та досконалості. Теоретичні положення щодо психофізіологічних проявів психічної діяльності та практичні можливості нейролінгвістичного програмування як ефективного методу для організації і опису

	взаємодії в психологічному консультуванні, педагогіці, менеджменті, спілкуванні з метою психологічної діагностики, оптимізації та психокорекції.
Мета та цілі курсу	Метою курсу є: можливість свідомого й більш функціонального впровадження у психологічну практику ефективних методик комунікації та психологічного консультування, що є основою подальшого поглиблення фахової спеціалізації психологів. ✓ Курс спрямований на формування КОМПЕТЕНЦІЙ: ✓ *Знання та розуміння:* Знання про психологічні особливості сприймання, психофізіологічні механізми інтегративного функціонування, репрезентативні системи, трансформаційну граматику та метамодель, логічні рівні проблеми, модель цілі, екологічність. ✓ *Застосування знань та розумінь:* Вміння визначити репрезентативну систему, встановити рапорт, застосувати якір. *Здатність використовувати роботу в рамках метамоделі. Вміння використовувати алгоритм роботи з ціллю. Розуміння екологічної рамки.* ✓ *Формування тверджень*: Вміння здійснювати психологічний аналіз робочого, навчального та домашнього середовища та надавати психологічні рекомендації щодо його корекції; вміння проводити індивідуальну психологічну діагностику; визначати ефективність застосування психологічних втручань в рамках екологічності. ✓ *Комунікативні навички:* Вміння визначати репрезентативну систему. Здатність встановити рапорт. Застосування метамоделі у вербальній комунікації. ✓ *Навички навчання*: Вміння аналізувати зміни та їх психологічні впливи, планувати та реалізовувати їх психологічні дослідження, прогнозувати наслідки, розуміти загальний контекст поведінки.
Загальні та спеціальні компетенції	ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК3. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій. ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним. ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення. ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність). ЗК8. Навички ефективної міжособової взаємодії. ЗК9 Здатність працювати в команді. ЗК11. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку. ЗК 12. Здатність професійно спілкуватись державною мовою з широкою науковою спільнотою, фахівцями-практиками та

	громадськістю, грамотно вибудовувати наукові тексти.
	СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології. СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ. СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків. СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел. СК6. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження. СК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації. СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту спільноти. СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики. СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. СК12. Здатність до спілкування в діалоговому режимі з науковою спільнотою, фахівцями-практиками та індивідуальними і груповими споживачами фахової психологічної допомоги в певній галузі наукової та/або практичної діяльності.
Програмні результати навчання	ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання. ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань. ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у тому числі з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань. ПР4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел. ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проективні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги. ПР7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки. ПР8. Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для фахівців і нефахівців. ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання. ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника. ПР11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з

	урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій. ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів тощо, відповідно до вимог замовника. ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності. ПР14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості. ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога. ПР17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності. ПР18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення).
Література для вивчення дисципліни	Література основна 1. Галецька І.І. Метамодель мови у структуруванні та рефреймінгу індивідуального досвіду / Особистість в екстремальних умовах: збірник тез V науково-практичної конференції. – Львів: ЛДУ БЖД, 2012. – С. 44-45. 2. Галецька І.І. „ Нейролінгвістичне програмування ". Електронний курс. Методичні рекомендації для студентів 2 курсу спеціальності „Психологія "– Львів, ЛНУ, 2021. – https://e-learning.lnu.edu.ua/course/view.php?id=2298 3. Боденхамер Б., Холл М. НЛП-практик: полный сертификацилнный курс.- 4. Черненко О., Гнатюк С., Петрик В., Гурєєв В., Курганевич В. Сучасні технології нейролінгвістичного програмування. Київ: Центр навчальної літератури, 2020. 200 с. 5. 10 принципів НЛП (нейро-лінгвістичне програмування) https://ua.sainte-anastasie.org/articles/coaching-y-liderazgo/los-10-principios-de-la-pnl-programacin-neurolingstica.html#google_vignette 6. VYNOGRADNA, Olena. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТОМ МОВЛЕННЄВИХ СТРУКТУР НЛП. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 2015, 1.1: 4-11. 1.
Тривалість курсу	180 год,
Обсяг курсу	6 кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS) 180 годин, 48 аудиторні (семінар) 156 самостійна робота).

Очікувані результати навчання	**Очікувані результати.** У результаті вивчення курсу «Нейролінгвістичне програмування» **- студент повинен знати** - історію та базові положення НЛП; - сутність репрезентативних систем та критерії їх діагностики; - способи оптимального встановлення комунікативного контакту, рапорту; - сутність та основні приклади роботи в рамках лінгвістичної метамоделі; - логічні рівні проблемної ситуації; - можливості застосування метафор в психотерапії та психологічному консультуванні; - алгоритми коучінгу; - сутність екологічного підходу НЛП. **студент повинен вміти** - визначати репрезентативну систему; - встановити раппорт; - застосувати якорі; - Здійснити розбір метамоделі; - встановити логічний рівень проблеми; - здійснювати коучінг.
Формат курсу	Очний
Теми	**Змістовий модуль1. Нейрофізіологічні аспекти НЛП.** **Тема 1. Нейролінгвістичне програмування: історія виникнення, базові постулати НЛП.** Витоки НЛП: вивчення та аналіз М.Еріксона та В.Сатір, Ф.Перлза ;сучасні дані щодо міжпівкулевої асиметрії мозку - відмінності у переробці І ЛПК і ППК; роботи Бейтсона по “екології розуму” та дослідження формування нестандартних творчих стереотипів у дельфінів за певних умов дресури та етнографічній психології; трансформаційна граматика Наомі Чомські - виділення глибинних структур мови, правил організації і трансформації повідомлення; дослідження кібернетики - меж між природним та штучним інтелектом. Базові постулати НЛП. **Тема 2. Репрезентативні системи.** Поняття репрезентативні системи в НЛП. Паттерни очей. Критерії визначення провідної репрезентативної системи. Предикати мовлення. Субмодальності. Калібровка. Поняття рапорту в НЛП. Результат — чутливість —гнучкість (О”Коннор). **Тема 3.Правила встановлення рапорту та позитивного фідбеку. АВС-модель навчання.** Поняття рапорт. Правила рапорту. Процесс встановлення рапорту. Різні рівні навчання. Позитивний фідбек: його переваги та способи здійснення. **Тема 4.Калібрування.**

	Калібруваня як основа спостереження. Застосування калібрування в НЛП. Алгоритми калібрування. Вправи на калбірування.Застосування калібрування у візуальній психодіагностиці. **Тема 5. Ресурсний стан, оптимізація ресурсного стану. Техніка «якір»** Оптимізація ресурсного стану: доступ, інвентаризація, посилення. Підстройка, приєднання і ведення. Асоційований і дисоційований стан. Техніка «якір» Якір асоціації Ресурсний якір. Якір дисоціації. Екологічна перевірка. Поведінковий тест. Конгруентність і неконгруентність. **Змістовий модуль 2. Лінгвістичні аспекти НЛП.** **Тема 6,7. Лінгвістична метамодель. Сугестивна лінгвістика.** Лінгвістична метамодель. Робота із спотвореннями (номіналізація, пресуппозиції, семантично неправильні речення, спотворення причини та наслідку, читання думок). Робота із опущеннями, універсальні копмаратери,. Втрата перфомотиву. Робота з генералізаціями (референтний індекс, квантори спільності, неконкретні дієслова, втрата перфомотиву. Голос як засіб психологічного впливу і психотерапевтичний інструмент: темп, звучність, паузи, висота, тембр, артикуляція і вимова. Казки, притчі та метафори як засіб спілкування з несвідомим. **Тема 9. Метапрограми.** Поняття метапрограмм або фільтрів. Тип референції (внутрішня / зовнішня / змішана), або чия думка враховувати при прийнятті рішень . Прагнення / уникнення, або звідки береться негатив і що з ним робити . Процес / результат, або що важливіше досконалий чи совершающийся. • Подібність / розходження, або як ставитися до змін **Змістовий модуль 3. Основні алгоритми НЛП.** **Тема10. Встановлення логічного рівня проблеми.** Логічні рівні. Новий погляд на проблему через структуризацію досвіду. Особливості виявлення логічних рівнів у мові клієнта під час консультаційної роботи. Логічні рівні змін (Р. Ділтс, Г. Бейтсон) - контекст для мислення про техніки НЛП і рамка для збору інформації: оточення; поведінка; здібності; переконання; сутність (ідентичність); духовність. Взаємозв'язок рівнів. Схема специфікації результату: позитивне формулювання; конкретність особи і контексту; формулювання в категоріях сенсорного досвіду; конкретизація ресурсів та розмірів; екологічна рамка; додаткові позитивні ефекти; аналіз можливих перешкод. **Тема 11. S.C.O.R.E. – модель змін** Розроблена Робертом Ділтсом концепція S.C.O.R.E. описує 5 сфер, які завжди є в фокусі уваги у процесі роботи з ціллю та роботи, спрямованої на зміни, моделювання та корекцію з метою підвищення ефективності цієї роботи й досягнення тривалих стійких результатів. Абревіатура складається з перших літер понять (англійською):

	Symptom - симптом, признак, **C**ause – причина, **O**utcome – результат, **R**essource – ресурси та **E**ffect – ефект. **Тема 12. Застосування НЛП в коучінгу. НЛП-модель цілі.** Модель цілі - структурна основа усіх модифікацій і коучінгу в NLP. Опираючись на визначену специфікацію цілі, враховуючи можливі результати і наслідки, з'ясовують необхідні ресурси і узгоджують перші кроки. Принцип доброго наміру. Структура цілі - основа більшості методів NLP і коучінгу. Ця модель розглядає найбільш суттєві аспекти, необхідні для конкретизації бажаного стану/бажаної поведінки (Ціль-стану чи Ціль-поведінки) та наявного стану/наявної поведінки, виявлення їхніх відмінностей, визначення необхідних змін та сенсорно специфічного формулювання критеріїв цілі. Специфікація цілі. **Тема 13. Основні засади коіучінгу цілі за допомогою НЛП.** Коучинг як процес, спрямований на досягнення цілей в різних сферах життя. Постановка життєвих цілей., Створення бачення, Визначення життєвих ролей, Визначення довгострокових, короткострокових цілей, Умови ефективної специфікації мети, Вибір ефективної стратегії для досягнення мети. Модель Т.О.Т.Е. Технологія партнерської взаємодії з коучем, з самим собою, з навколишнім світом.
Підсумковий контроль, форма	Залік письмовий/тестовий
Пререквізити	Для вивчення курсу студенти потребують базових знань з дисциплін "Загальна психологія", «Психофізіологія", «Психодіагностика».
Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу	Презентація, робота в малих групах, групова дискусія, колаборативне навчання (форми – групові проекти, спільні розробки, навчальні спільноти і т. д.) проектно-орієнтоване навчання, дискусія
Необхідне обладнання	Мультимедійний проектор, роздатковий матеріал
Критерії оцінювання (окремо для кожного виду навчальної діяльності)	Критерії оцінювання Підсумкова оцінка за семестр (0-100) визначається як сума балів за 1) Відповіді на семінарі усні та письмові 0-30 балів (середнє арифметичне усіх відповідей протягом семестру) 2) Робота на семінарах 0-40 балів 4) Індивідуальне завдання1 0-20 балів Індивідуальне завадння 2- 0-10 балів

	5) Пропуски занять – кожне пропущене заняття оцінюється -0 балів у визначенні середнього арифметичного балів за відповіді Відповіді на семінарі 0-30 балів На кожному семінарі викладач проводить опитування студентів. Протягом семестру кожен студент має можливість 3-4 відповідей усних або письмових. (тести) Для відповіді на питання студентів викликає викладач. Кожну відповідь викладач оцінює 0-30 балів. При оцінюванні враховується - характер засвоєння матеріалу: обсяг, повнота, правильність та точність знань, рівень осмислення, міцність засвоєння, систематизованість, навички та вміння засвоювати вивчене на практиці в типових та змінених ситуаціях; - якість відповіді: обґрунтованість, логічність, послідовність викладу, ступінь самостійності в судженнях, культура мовлення; - вміння узагальнювати, виокремлювати, порівнювати - якість виконання роботи . Протягом семестру проводиться декілька контрольних робіт, письмове опитування або тести Кожну контрольну роботу викладач оцінює 0-40 балів. Кожна ненаписана контрольна робота оцінюється як 0 балів під час визначення середнього арифметичного балів за відповіді. Написати пропущену контрольну роботу студент може в час консультацій викладача. Підсумковий бал за відповіді протягом семестру визначається як середнє арифметичне балів усіх відповідей Робота на семінарах 0-40 бали визначається як відсоток відвіданих семінарів (100% - 40 балів) Якщо студент був відсутній під час написання контрольної роботи він має можливість написати її у час консультацій викладача. Для "допуску" до написання пропущеної контрольної роботи (тесту) студент має спочатку виокнати конспект самопідготовки до пропущеного семінару (див. вище) Якщо були особливо важливі причини пропуску семінару, необхідно завантажити довідку про причини пропуску, а також написати викладачеві листа. Академічна доброесність: Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахуванння викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. Відвідання занять є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідають усі лекції і практичні зайняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов’язані дотримуватися усіх строків визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом. Політика виставлення балів. Враховуються бали набрані на

	поточному тестуванні, самостійній роботі та бали підсумкового тестування. При цьому обов'язково враховуються присутність на заняттях та активність студента під час практичного заняття; недопустимість пропусків та запізнень на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття в цілях не пов'язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання і т. ін. Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються.
	Питання до заліку 1. Базові постулати НЛП 2. Теоретичні передумови виникнення НЛП. 3. Поняття репрезентативні системи в НЛП 4. Паттерни очей 5. Критерії визначення провідної репрезентативної системи 6. Предикати мовлення 7. Субмодальності 8. Калібровка 9. Поняття рапорту в НЛП 10. РЕЗУЛЬТАТ — ЧУТЛИВІСТЬ — ГНУЧКІСТЬ (О"Коннор) 11. Оптимізація ресурсного стану: доступ, інвентаризація, посилення 12. Підстройка, приєднання і ведення 13. Асоційований і дисоційований стан 14. Техніка «якір» Якір асоціації Ресурсний якір 15. Якір дисоціації 16. Екологічна перевірка 17. Поведінковий тест 18. Конгруентність і неконгруентність 19. Лінгвістична метамодель 20. Робота із спотвореннями (номіналізація, пресуппозиції, семантично неправильні речення, спотворення причини та наслідку, читання думок) 21. Робота із опущеннями, універсальні копмаратери, 22. Втрата перфомотиву 23. Робота з генералізаціями (референтний індекс, квантори спільності, неконкретні дієслова, втрата перфомотиву 24. Голос як засіб психологічного впливу і психотерапевтичний інструмент: темп, звучність, паузи, висота, тембр, артикуляція і вимова 25. Казки, притчі та метафори як засіб спілкування з несвідомим 26. Логічні рівні змін (РДілтс , ідея ГБейтсон) - контекст для мислення про техніки НЛП і рамка для збору інформації : оточення ; поведінка; здібності; переконання; сутність (ідентичність); духовність 27. Взаємозв'язок рівнів 28. Схема специфікації результату: позитивне формулювання;

	конкретність особи і контексту; формулювання в категоріях сенсорного досвіду; конкретизація ресурсів та розмірів; екологічна рамка; додаткові позитивні ефекти; аналіз можливих перешкод 29. НЛП в педагогіці: переваги зорового каналу навчання, візуалізація для навиків правопису; візуалізація при читанні; оптимізація вивчення іноземних мов 30. НЛП в медицині: робота з алергією, болем 31. НЛП в психотерапії: лікування фобій, узалежнень, кодування 32. НЛП в психології бізнесу, менеджменту і рекламі: мистецтво продажу, ефективність комунікації по телефону
Опитування	Анкету-оцінку з метою оцінювання якості курсу буде надано по завершенню курсу.