

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ЭЛЕКТРОТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
«ЛЭТИ» ИМ. В.И. УЛЬЯНОВА (ЛЕНИНА)**



Утверждаю:

Проректор по учебной работе

Павлов В. Н.

«*марта*» 2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дисциплины
«ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ. ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА САМОПОЗНАНИЯ»
для подготовки бакалавров
для технических факультетов

Санкт-Петербург

2017

СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

№№ учебных планов:	150, 151, 153–156, 051, 053–058, 131-133, 135-139, 031-039, 101-105, 116, 117, 011-017, 311-317, 141, 142, 041, 042, 341-343, 194-196, 091-093, 391-393, 121-126, 128, 129, 021-026, 028, 321-326, 328, 184, 082, 382
Обеспечивающий факультет:	Гуманитарный
Обеспечивающая кафедра:	Кафедра философии
Общая трудоемкость (ЗЕТ)	2
Курс	3
Семестр	5
Виды занятий	
Лекции (академ. часов)	18
Практические занятия (академ. часов)	18
Все аудиторные (контактные) занятия (академ. часов)	36
Самостоятельная работа (академ. часов)	36
Всего (академ. часов)	72
Вид промежуточной аттестации	
Дифференцированный зачет (семестр)	5

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры философии 02.03.2017, протокол № 7.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена учебно-методической комиссией Гуманитарного факультета 02.03.2017, протокол № 5.

СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

№№ учебных планов:	098, 099	
Обеспечивающий факультет:	Гуманитарный	
Обеспечивающая кафедра:	Кафедра философии	
Общая трудоемкость (ЗЕТ)	6	5
Курс	3	3
Семестр	5	5
Виды занятий		
Практические занятия (академ. часов)	108	90
Все аудиторные (контактные) занятия (академ. часов)	108	90
Самостоятельная работа (академ. часов)	108	90
Всего (академ. часов)	216	180
Вид промежуточной аттестации		
Экзамен (семестр)	5	5

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры философии 02.03.2017, протокол № 7.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена учебно-методической комиссией Гуманитарного факультета 02.03.2017, протокол № 5.

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
«ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ. ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА
САМОПОЗНАНИЯ»

В задачу этого курса входит освоение законов функционирования психики человека и формирование практических навыков в овладении работой собственного мозга. Структура курса предполагает знакомство с процессом работы мозга и образования различных моделей реальности. Овладение методами корректировки этих моделей, если они мешают личностному росту человека. Система хорошо сформулированного результата развивает навыки мышления, формирует готовность к достижению цели. Овладение техникой постановки якорей дает возможность получить недостающий ресурс для решения психологической проблемы. Метод редактирования субмодальностей, техника «взмаха» позволяют научиться избавляться от проблемных и навязчивых состояний, переосмысливать неудачи и превращать их в обратную связь. Освоение программы успешного человека обеспечивает приобретение навыков правильного реагирования, изменения ограничивающих личностный рост убеждений. Весь курс предполагает оптимизацию собственной жизни студента и постижение ее смысла.

SUBJECT SUMMARY
«PERSONALITY PSYCHOLOGY»

In problem of this course enters mastering the laws of the operating the psyche of the person and shaping practical skill in mastering by complex functioning(working) the own brain. The Structure of the course expects the acquaintance with process of the functioning(working) the brain and forming the different models to realities. The Mastering by methods of the adjustment of these models if they disturb the larval growing of the person.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Изучение особенностей функционирования психики человека, знание особенностей формирования индивидуальной картины мира и специфики использования ее каждой личностью. В результате *изучения* дисциплины студент должен знать: законы функционирования психики, причины возникновения конфликтных ситуаций и способы выхода из них, условия возникновения различных фобий и методы устранения их.
2. Формирование умения анализировать возникающие психологические проблемы.
3. Освоение навыков: решения психологических проблем, избавления от комплексов, навязчивостей, управления собственным поведением.

Перечень компетенций, в формировании которых участвует дисциплина, приведен в матрице компетенций, прилагаемой к ООП.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Дисциплина «Психология личности. Теория и практика самопознания» относится к вариативной части ООП.

Дисциплина изучается на основе ранее освоенных дисциплин учебного плана:

1. «Философия»,

и обеспечивает изучение последующих дисциплин:

1.«Психология делового общения».

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Введение. «Понятие личности в психологии» 2 акад. час.

Понятие личности. Основные теории личности. Структура личности.

Тема 1. «Репрезентативные системы как модели восприятия реальности» 8 акад. час.

Секреты репрезентативных систем. «Карта» и «территория». Репрезентативные системы как модели восприятия. Проявление репрезентативных систем в жизни людей.

Тема 2. «Система хорошо сформулированного результата». 8 акад. час.

Семь шагов фрейма результата. Создание образа желаемого будущего. Общий модуль развития. Сенсорные признаки результата.

Тема 3. «Фреймы и рефрейминг». 10 акад. час.

Что такое фрейм. Рефрейминг. Рефрейминг критиков и критики. Позитивное формулирование позитивных и негативных намерений. Превращение критических замечаний в вопросы.

Тема 4. «Якорение ресурсных состояний». 8 акад. час.

Что такое якорение. Возникновение естественных якорей. Техника ресурсного якорения. Накладывание ресурсов на проблемное состояние. Техника скрещивания якорей.

Тема 5. «Базовые техники взмаха». 8 акад. час.

Взмах и его теории. Техника взмаха. Внеконтекстные взмахи и другие техники. Создание Сильного Себя. Генератор нового поведения. Техника единения ожиданий.

Тема 6. «Теория субмодальностей». 8 акад. час.

Субмодальностное редактирование. Понятие субмодальности. Список субмодальностей. Визуальные, аудиальные, кинестетические субмодальности. Превращение замешательства в понимание. Использование субмодальностного редактирования для создания мотивации.

Тема 7. «Преодоление ограничивающих убеждений». 10 акад. час.

Убеждения и их роль в жизни человека. Техники изменения убеждений и работа с фиксированными идеями. Методы преодоления ограничивающих убеждений.

Тема 8. «Магические слова». 8 акад. час.

Тест О - кольцо. Определение проблемы. Составление списка стрессовых слов. Определение стрессового слова. Создание для стрессового слова новых ВАК-репрезентаций. Проверка новой репрезентации слова.

Заключение. 2 акад. час.

Значение практических навыков по управлению процессом самосовершенствования личности

Перечень практических занятий

Введение

Тема 1. Тренинг по определению репрезентативных систем и мета программ

Тема 2. Анализ домашнего задания по системе хорошо сформулированного результата.

Тема 3. Овладение техникой готовности к достижению цели

Тема 4. Тренинг по овладению техниками постановки якорей

Тема 5. Базовые техники взмаха. Создание образа Сильного Себя

Тема 6. Освоение техники субмодального редактирования.

Тема 7. Техники изменения убеждений и работа с фиксированными идеями

Тема 8. Магические слова. Освоение техники редактирования дискретной субмодальности

Итоговое занятие

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№	Название, библиографическое описание	Семестр	К-во экз. в библ. (на каф.)
Основная литература			
1	Тузов В. В. Теория и практика самопознания [Комплект]: учеб. пособие. - СПб. : Изд-во СПбГЭТУ "ЛЭТИ", 2014. + 1 эл. опт. диск (CD-ROM).	5	46 (0) ОЭРБ 1 Имеется электронная копия
Дополнительная литература			
1	Иванюк Ф.М. Тестовые задания по «Психология» СПб. : Изд-во СПбГЭТУ "ЛЭТИ", 2007.	5	3 (0)
2	Дилтс Р. Фокусы языка. Изменение убеждений с помощью НЛП - СПб. : Питер, 2013.	5	6 (0)
3	Алдер Г. НЛП-техники эффективной работы. Используй свой мозг на 101 % - СПб. : Питер, 2011.	5	6 (0)
4	Алдер Г. НЛП-техники развития интеллекта - СПб. : Питер, 2011.	5	3 (0)
5	Боденхамер Б.Г., Холл Л.М. Учебник магии НЛП. - М.: ОЛМА-ПРЕСС; СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2004.	5	15 (0)
6	Гарратт Т. Эффективный тренинг с помощью НЛП. - СПб.: Питер, 2001.	5	2 (0)

Зав. отделом социально-экономической литературы



Е.О. Гедрис

**Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети
«Интернет», используемых при освоении дисциплины**

№	Электронный адрес
1	http://www.koob.ru/bandler_richard
2	http://www.koob.ru/bandler_richard/persuasion_engineering
3	http://www.koob.ru/bandler_richard/personal_change
4	http://www.koob.ru/bandler_richard/nlp_master_art
5	http://www.shastie2008.rolka.su/viewtopic.php?id=96

Информационные технологии (операционные системы, программное обеспечение общего и специализированного назначения, а также информационные справочные системы) и материально-техническая база, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, соответствуют требованиям федерального государственного образовательного стандарта высшего образования.

Описание информационных технологий и материально-технической базы приведено в УМКД дисциплины в учебных пособиях к практическим занятиям.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине и методика текущего контроля содержатся в учебно-методическом комплексе дисциплины.

Конкретные формы и процедуры текущего контроля знаний и промежуточной аттестации, а также методические указания для обучающихся по самостоятельной работе при освоении дисциплин (содержащиеся в ООП) доводятся до сведения обучающихся в течение первых недель обучения.

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Разработчик

д.ф.н., доц.

Тузов В.В.

Рецензент

К. ф.н., доц.

Пирайнен Е.В.

Зав. каф. философии

д.ф.н., проф.

Иванов А.Ф.

Декан Гуманитарного факультета

к.т.н., доц.

Гигаури Н. К.

Согласовано

Председатель УМК Гуманитарного факультета

к.ф.н., доц.

Пафомова Л.А.

Начальник МО

д.т.н., проф.

Грязнов А. Ю.

