

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Тернопільський національний технічний університет
імені Івана Пулюя

Факультет економіки та менеджменту

Кафедра психології

у виробничій сфері *Ψ*

ОСНОВИ СУГЕСТОПЕДІЇ

Методичні вказівки щодо проведення практичних занять
для студентів вищих навчальних закладів денної та заочної форми навчання
спеціальності 053 “Психологія”

Тернопіль – 2018

Вишньовський В.В. Методичні вказівки щодо проведення практичних занять з дисципліни «Основи сугестопедії» для студентів вищих навчальних закладів денної та заочної форми навчання спеціальності 053 «Психологія». – Тернопіль: ТНТУ імені Івана Пулюя, 2018. – 28 с.

РЕЦЕНЗЕНТИ: **Буняк Н.А.** – професор, доктор психологічних наук, завідувач кафедри психології у виробничій сфері Тернопільського національного технічного університету ім. І. Пулюя.

Бамбурак Н.М. – доцент, к. психол. н., доцент кафедри практичної психології Львівського державного університету внутрішніх справ МВС України

Для студентів вищих навчальних закладів, що навчаються за спеціальністю 053 «Психологія», а також для практичних психологів, соціальних педагогів, слухачів системи перепідготовки та вдосконалення психолого-педагогічних кадрів.

Розглянуто і затверджено до друку на засіданні кафедри психології у виробничій сфері Тернопільського національного технічного університету ім. І. Пулюя, протокол № 10 від 14 березня 2018 року.

Схвалено і рекомендовано до друку методичною радою факультету економіки та менеджменту Тернопільського національного технічного університету ім. І. Пулюя, протокол № 7 від 18 квітня 2018 року.

Мета вивчення дисципліни “Основи сугестопедії”

Мета вивчення дисципліни “Основи сугестопедії” полягає в тому, щоб розкрити психологічні аспекти сугестивних впливів на психіку людини з метою розв’язання проблем навчання і виховання, сформувати у студентів основні професійні вміння:

- вміння оптимально використовувати теоретичні знання для оптимізації процесів виховання та навчання, застосовувати можливості використання сугестивних методів в професійній діяльності, вміння складати розвиваючі та корекційні програми з використанням навіювання, вміння працювати з вчителями, батьками, вміння працювати над собою тощо.

- забезпечити засвоєння основ теорії використання навіювання у педагогічній праці та в діяльності практичного психолога в освіті;

- сформувати глибоке розуміння наукових засад навчально-виховного процесу з елементами використання сугестивних методів;

- розвивати у студентів пізнавальні інтереси, прагнення втілювати нові методичні ідеї;

- навчити студентів творчості і майстерності сугестивних методів та прийомів.

Завдання курсу “Основи сугестопедії” полягає в тому, щоб: розкрити психологічні витоки навіювання; проаналізувати джерела та історію розвитку сугестії; показати психофізіологічні, психологічні та філософські аспекти сугестії; розкрити психологічні чинники взаємодії сугестора і сугерента; висвітлити зміст основних напрямів сугестопедагогіки; ознайомити студентів з особливостями різноманітних сугестивних впливів, що застосовуються в практиці сучасних навчальних закладів; проаналізувати основи і особливості реалізації сугестопедичної моделі навчання; показати особливості застосування гіпносугестивних технік і методик сугестії в бадьорому стані; розкрити специфіку проведення аутогенного тренування.

Після проходження навчального курсу “Основи сугестопедії” студент повинен:

Знати:

- Що являє собою сугестологія як наука.
- Як виникла і як розвивалася сугестологія.
- Ким із вчених і який внесок був зроблений у розвиток сугестології.
- Який сучасний стан сугестології.
- Що являє собою сугестивна гіпермнезія і як вона виникає.
- Смісл і зміст Еріксонівського гіпнозу.
- Історію виникнення і розвитку НЛП.
- Основні принципи НЛП.
- Яким чином навіювання застосовується в педагогіці.
- Умови простору і часу, в яких проводиться сугестопедія;
- Характеристику процесу сугестопедичного викладання.
- Загальні положення сугестопедії.
- Перспективи розвитку сугестії і сугестопедії.
- Структуру гіпнопедії, релаксопедії та сугестопедії;
- Особливості впровадження сугестопедичної моделі навчання і виховання;
- Яка фізіологія та механізми навіювання.
- Різновиди сугестії.
- Чим визначається ефективність навіювання.
- Як визначається сугестивність людини.
- Що таке критичність.
- Які основні протиріччя, що виникають в процесі навіювання.
- Характеристику та відмінні риси сугерента та сугестора.
- Ознаки стану рапорта між сугестором і сугерентом.
- Характеристику антисугестивних бар’єрів.

- Опис способів подолання антисугестивних бар'єрів.
- Характеристику репрезентативних систем.
- Опис і характеристику психологічних каналів доступу.
- Про вплив сугестопедії на здоров'я людини.
- Про вплив сугестопедії на інтелектуальні можливості.

Вміти:

- Підбирати випадки з життя, що відповідають різним життєвим ситуаціям.
- Підбирати історії і притчі, які можна використовувати в якості терапевтичних.
- Уміти виявляти структуру людського мислення, щоб визначити сховані мотиви діяльності.
- Уміти використовувати основні принципи НЛП.
- Використовувати прийоми навіювання у педагогічному процесі.
- Складати тексти для гетеро- і аутосугестії.
- Використовувати основні методи, що підвищують ефективність навіювання.
- Визначати індивідуальну сугестивність людини.
- Уміти переборювати індивідуальну критичність людини.
- Уміти використовувати неусвідомлювані подразники для підвищення ефективності навіювання.
- Виробляти в собі якості, властиві сугестору та сугеренту.
- Створювати стан рапорта.
- Уміти створювати позитивний трансфер та руйнувати негативний трансфер.
- Виховувати в собі якості сугестопедичного викладача і виявляти їх на практиці.
- На практиці виявляти антисугестивні бар'єри, руйнувати і переборювати антисугестивні бар'єри.
- Уміти виявляти у випробуваних репрезентативні системи.
- Виявляти психологічні канали доступу відповідно до репрезентативних систем.

- Обґрунтовувати переваги сугестивних методів у педагогіці.
- Пояснювати нешкідливість сугестії для здоров'я.
- Організовувати процес сугестопедичного викладання.
- Застосовувати загальні положення сугестопедії на практиці.
- Уміти використовувати на практиці нові дані для розвитку сугестії і сугестопедії.
 - Забезпечити функціонування сугестопедичної системи навчального закладу;
 - Використовувати сугестопедичні методики у своїй майбутній професійній діяльності;
 - Застосовувати ауто сугестивні техніки з метою самовиховання і самовдосконалення.

Структура залікового кредиту

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	всього	в тому числі					всього	в тому числі				
л		п	лаб.	інд.	с.р.	л		п	лаб.	інд.	с.р.	
VIII семестр												
МОДУЛЬ I. СУГЕСТІЯ ЯК ОСОБЛИВИЙ ВПЛИВ НА ПСИХІЧНУ СФЕРУ ЛЮДИНИ												
ЗМ 1: Сугестологія – наука про навіювання												
Тема 1. Теоретичні аспекти сугестології.	27	3	5	-	-	19	23	1	1	-	-	21
Тема 2. Сугестія і її ланки.	27	3	5	-	-	19	24	2	1	-	-	21
ЗМ 2: Методи сугестії												
Тема 3. Методи гетеро та ауто сугестії.	27	2	6	-	-	19	25	2	2	-	-	21
Разом за модулем I	81	8	16	-	-	57	72	5	4	-	-	63
МОДУЛЬ II. ОСНОВНІ НАПРЯМИ І МОДЕЛІ СУГЕСТОПЕДІЇ												
ЗМ 3: Сугестопедична модель												
Тема 4. Технологія навчання з використанням гіпнопедії.	27	3	5	-	-	19	23	1	1	-	-	21
Тема 5. Сугестивна технологія навчання та релаксопедія.	27	2	6	-	-	19	25	2	2	-	-	21
Тема 6. Сучасні технологи нейролінгвістичного програмування.	27	3	5	-	-	19	24	2	1	-	-	21
Разом за модулем II	81	8	16	-	-	57	72	5	4	-	-	63
Всього:	162	16	32	-	-	114	144	10	8	-	-	126

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість Годин	
		денна форма	заочна форма
VIII семестр			
1	Теоретичні аспекти сугестології.	4	1
2	Сугестія і її ланки.	4	1
3	Методи гетеросугестії.	4	1
4	Психологія ауто сугестії.	4	1
5	Використання гіпнопедії в навчальному процесі.	4	1
6	Сугестопедична модель навчання та виховання.	4	1
7	Технологія навчання з використанням релаксопедії.	4	1
8	Нейро-лінгвістичне програмування, як галузь науки про навіювання.	4	1

ВСЬОГО:	32	8
---------	----	---

ЗАВДАННЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

Семінарське заняття № 1.

Теоретичні аспекти сугестології.

1. Сугестологія як наука.
2. Історія виникнення та розвитку сугестології.
3. Концепції механізму навіювання.
4. Галузі застосування навіювання.
5. Основні поняття сугестії.
6. Класифікація сугестії.
7. Методи і засоби сугестивного впливу.
8. Феномен психологічного впливу, його характеристика та методи.

Ключові поняття: явища сугестії, інкубації, тваринний магнетизм, сугестологія, сугестотерапія, сугестопедія, сугестія, сугеренд, сугестор, аутосугестія, сугестабельність, сугестарій, вербальна і невербальна сугестія, вибіркова, комбінована і змішана сугестія, методи навіювання, засоби сугестивного впливу, умовний рефлекс, гальмування і збудження, психологічна установка, конформізм, зосередженість і стійкість.

Питання для самоконтролю:

1. Які явища сугестії використовувалися жерцями, магами, факірами?
2. В чому суть “тваринного магнетизму”?
3. З якого часу почався відлік наукового періоду сугестії?
4. В чому суть суперечки між мансійською і паризькою школами?
5. Що заснував Еміль Куе?
6. Хто вивчав проблеми сугестології і телепсихотерапевтичного впливу з екрану?
7. Яка різниця між сугестором і сугерентом?
8. Які сугестивні впливи виділяють за швидкістю заступлення ефекту?
9. Які сугестивні впливи виділяють за засобами досягнення?
10. Які сугестивні впливи виділяють за кількістю сугерентів?

Теми рефератів, доповідей, повідомлень:

1. Імперативність і автоматизація в сугестії.

2. Неусвідомлювана психічна активність.
3. Фазове оточення.

Семінарське заняття № 2.

Сугестія і її ланки

1. Психофізіологія сугестії.
2. Психологія сугестії.
3. Філософія сугестії.
4. Антисугестивні бар'єри.
5. Неспецифічна психічна реактивність.
6. Взаємодія сугестора та сугеренда.
7. Особливості облаштування сугестарію.

Ключові поняття: імперативність, автоматизація, неусвідомлювана психічна активність, фазове оточення, неспецифічна психічна реактивність, анти сугестивні бар'єри, емоції сугестора і сугеренда, ролі сугесторів, дуалістичний підхід умови простору і часу.

Питання для самоконтролю:

1. Що складає основу психофізіології сугестії?
2. Відносно чого сугестія є похідним?
3. Як здійснюється сугестивний вплив на людину?
4. Які найважливіші якості уваги для сугестії?
5. Які емоції мають бути в сугестора?
6. Як рухається сигнал, що запам'ятовується?
7. Які ролі можуть виконувати сугестори?
8. Як відбувається відпрацювання ролей сегесторів?
9. Які існують ланки сугестії?
10. Які існують вимоги до облаштування сугестарію?
11. Як проявляється імперативність і автоматизація в сугестії?
12. Які існують види неусвідомлюваної психічної активності?
13. Як впливає фазове оточення на процес сугестії?
14. Які неспецифічні неусвідомлювані подразники супроводжують осмислену інформацію?
15. Як працюють анти сугестивні бар'єри?
16. Які існують методи навіювання?
17. В чому суть методу Стрільчука?
18. В чому суть методу Танцюри?

19. Які існують засоби сугестивного впливу?
20. За допомогою чого досягається інфантилізація?

Теми рефератів, доповідей, повідомлень:

1. Філософія сугестії.
2. Сугестія і психологія спілкування.
3. Ролі сугесторів.
4. Авторитет та інфантилізація.
5. Ритм та інтонація подачі інформації.
6. Двоплановість при сугестивному сеансі.

Семінарське заняття № 3.

Методи гетеросугестії.

1. Вербальні методи гетеросугестії.
2. Невербальні методи гетеросугестії.

Ключові поняття: пряма сугестія, імперативні методи, кооперативні проби, мовне оформлення сугестії, опосередкована сугестія, асоціативна сугестія, інформаційна сугестія, афектаційна сугестія, компліментарна сугестія, питальна сугестія, тренувальний діалог, сугестія думкою, телепатія, індуктор, перцепієнт, телепатична перцепція, свідомо мислительна сугестія, мислительні сигнали, природа телепатичної перцепції, телепатичні здібності.

Питання для самоконтролю:

1. Які існують методи прямої сугестії?
2. Які є види тестів сугестабельності?
4. Які існують імперативні методи?
5. Що таке кооперативні проби?
6. Які є етапи сугестотехнічної роботи?
7. В чому особливості мовного оформлення сугестії?
8. Які існують види опосередкованої сугестії?
9. Що слід враховувати при сугестії?
10. Що застосовується для відпрацювання навичок живої бесіди?
11. Як проводиться діалог-відгук?
12. Що таке телепатія?
13. Хто такий індуктор?
14. Хто такий перцепієнт?

15. Що таке телепатична індукція?
16. В чому суть методики свідомої мислительної сугестії?
17. Які існують форми мислительних сигналів?
18. В чому особливості мовного оформлення сугестії?
19. Що слід враховувати при сугестії?
20. Що застосовується для відпрацювання навичок живої бесіди?
21. Як проводиться діалог-відгук?
22. Які оптимальні умови перцепції?
23. Які існують підходи до визначення природи телепатичної перцепції?
24. В чому суть ближнього дистанційного тесту?
25. В чому суть дальнього дистанційного тесту?

Теми рефератів, доповідей, повідомлень:

1. Мовне оформлення сугестії.
2. Фактори, які слід враховувати при гетеро сугестії.
3. Форми мислительних сигналів.
4. Оптимальні умови перцепції.
5. Підходи до визначення природи телепатичної перцепції.
6. Тести телепатичної перцептивності.

Семінарське заняття № 4.

Психологія аутосугестії.

1. Вербальні методи аутосугестії.
2. Невербальні методи аутосугестії.
3. Техніка аутогенного тренування для загального оздоровлення.

Ключові поняття: аутотренінг, аутогенне занурення, аутогенний стан, аутогенна мобілізація, формули аутосугестії, елементи аутотренінгу, ступені аутогенного тренування.

Питання для самоконтролю:

1. В чому суть аутогенного тренування?
2. Як називається поступовий перехід в стан передсну?
3. Як називається виведення себе з аутогенного стану?
4. Що таке формули аутосугестії?
5. Які недоліки є в аутотренінгу?
6. Які основні елементи аутотренінгу?

7. Які фактори заважають ефективному аутотренінгу?
8. Які є стандартні вправи першого ступеня аутогенного тренування?
9. Які базові вправи другого ступеня аутогенного тренування?
10. Які існують медитаційні вправи?

Теми рефератів, доповідей, повідомлень:

1. Переваги і недоліки аутогенного тренування.
2. Стандартні вправи першого ступеня аутогенного тренування.
3. Медитаційні вправи аутотренінгу.

Семінарське заняття № 5.

Використання гіпнопедії в навчальному процесі.

1. Поняття гіпносугестії в психологічній науці.
2. Суть гіпнозу. Фізіологічна (павлівська) теорія сну. Вчення про ретикулярну формацію і сон.
3. Понятійний апарат гіпносугестії.
4. Стадії, типи і види гіпнозу.
5. Методи гіпносугестії.
6. Можливі ускладнення в процесі гіпносугестії і їх профілактика
7. Загальні положення технології гіпнопедії.

Ключові слова: гіпнопедія, зміст гіпнопедичного навчання і виховання, засоби і методи гіпнопедії, форми гіпнопедичного навчання та виховання, релаксопедія, зміст і засоби релаксопедії, методи і прийоми релаксопедії, сугестокібернетичний інтегральний метод.

Питання для самоконтролю:

1. Які цілі гіпнопедії?
2. Які принципи гіпнопедії?
3. В чому полягає зміст гіпнопедичного навчання і виховання?
4. Які існують засоби гіпнопедії?
5. Як проводиться контроль і оцінка в гіпнопедії?

Теми рефератів, доповідей, повідомлень:

1. Методи і форми гіпнопедичного навчання та виховання.
2. Зміст і засоби рефлексопедії.
3. Сугестокібернетичний інтегральний метод Петрусинського.

Семінарське заняття № 6.

Сугестопедична модель навчання та виховання.

1. Історія виникнення сугестопедагогіки.
2. Сугестопедія: концептуальні положення.
3. Принципи сугестопедичного навчання.
4. Засоби, методи та прийоми сугестопедії.
5. Форми та технології навчання з використанням сугестопедії.
6. Контроль та оцінювання сугестопедичної діяльності.

Ключові слова: сугестопедія, мотивація навчально-виховної діяльності, засоби сугестопедії, складові сугестопедичного методу, досеансова фаза, активний сеанс, концертний сеанс, післясеансова фаза, форми і методи сугестопедії, субстанційна єдність, внутрішній діалог, захопленість, імпресинг, домінанта, метапам'ять, особистісно-центрований підхід, проектування навчально-виховного процесу, глобалізація, відбір змісту навчання, форми і методи навчального процесу, зворотна вибірка.

Питання для самоконтролю:

1. Які існують принципи сугестопедії?
2. Які фактори враховує сугестопедія при розв'язанні проблем мотивації?
3. В чому полягає зміст сугестопедії?
4. Які існують засоби сугестопедії?
5. З яких фаз складається сугестопедичний метод?
6. В чому суть методу Гегечкорі?
7. В чому суть методу Шехтера?
8. В чому суть методу Китайгородської?
9. Які існують форми сугестопедії?
10. Які складові сугестопедичного уроку?
11. Яка основна мета сугестопедичної моделі?
12. Які основні методики сугестопедичної моделі?
13. Що лежить в основі таланту, геніальності?
14. Що таке імпресинг?
15. Що таке домінанта?
16. Які блоки складають структуру метапам'яті?
17. Які існують шляхи глобалізації?
18. Що включає відбір змісту навчання?

19. Які застосовуються форми і методики навчального процесу в сугестопедичній моделі?
20. Як проводиться зворотна вибірка?

Теми рефератів, доповідей, повідомлень:

1. Засоби сугестопедії.
2. Контроль та оцінка в сугестопедії.
3. Форми та методи сугестопедії.
4. Психологія імпресингу і домінанти.
5. Методики сугестопедичної моделі.
6. Організаційно-методичні умови реалізації концепції сугестопедичної моделі.

Семінарське заняття № 7.

Технологія навчання з використанням релаксопедії.

1. Принципи релаксопедичного навчання.
2. Засоби, методи та прийоми релаксопедії.
3. Технологія навчання з використанням релаксопедії.

Ключові слова: релаксопедія, зміст і засоби релаксопедії, методи і прийоми релаксопедії, сугестокібернетичний інтегральний метод.

Питання для самоконтролю:

1. Які основні принципи релаксопедії?
2. Які існують засоби релаксопедії?
3. Які методи і прийоми застосовуються в релаксопедії?
4. В чому суть сугестокібернетичного інтегрального методу Петрусинського?
5. Як проводиться контроль і оцінка в релаксопедії?

Семінарське заняття № 8.

Нейро-лінгвістичне програмування, як галузь науки про навчання.

1. Сутність нейролінгвістичного програмування й особливості його використання.
2. Базові пресупозиції нейролінгвістичного програмування.
3. Збирання інформації. Репрезентативні системи.
4. Калібрування й підлаштування.

5. Приєднання та ведення.
6. Основні прийоми нейролінгвістичного програмування.
7. Нейролінгвістичне програмування та профілактика терористичної діяльності.
8. Нейролінгвістичне програмування і специфіка силових структур.

Ключові слова: поняття репрезентативні системи в НЛП, паттерни очей, предикати мовлення, субмодальності, калібровка, рапорт, калібрування, підстройка, приєднання і ведення, техніка «якір», конгруентність і неконгруентність.

Питання для самоконтролю:

1. Принципи НЛП?
2. Репрезентативні системи та НЛП в житті особистості?
3. Які методи і прийоми застосовуються в НЛП?
4. НЛП в рекламі?
5. НЛП в силових структурах?

Питання для підготовки до заліку

1. Джерела і розвиток сугестії.
2. Основні поняття сугестії.
3. Класифікація впливів.
4. Особливості сугестивних явищ.
5. Методи і засоби сугестивного впливу.
6. Антисугестивні бар'єри.
7. Неспецифічна психічна реактивність.
8. Авторитет та інфантилізація.
9. Ритм та інтонація подачі інформації.
10. Двоплановість при сугестивному сеансі.
11. Сугестологія як наука.
12. Історія виникнення та розвитку сугестології.
13. Концепції механізму навіювання.
14. Галузі застосування навіювання.
15. Класифікація сугестії.
16. Феномен психологічного впливу, його характеристика та методи.
17. Філософія сугестії.
18. Психофізіологія сугестії.
19. Психологічна структура сугестії.
20. Взаємодія сугеренда і сугестора.
21. Сугестія і психологія спілкування.
22. Ролі сугесторів.
23. Особливості облаштування сугестарію.
24. Поняття гіпнопедії.
25. Зміст гіпнопедичного навчання та виховання.
26. Поняття релаксопедії.
27. Методи і форми гіпнопедичного навчання та виховання.
28. Сугестокібернетичний інтегральний метод Петрусинського.
29. Мета і принципи сугестопедії
30. Зміст освіти за сугестопедичним методом.
31. Складові сугестопедичного методу.
32. Контроль та оцінка в сугестопедії.
33. Форми та методи сугестопедії.
34. Ціле покладання сугестопедичної моделі.
35. Психолога-фізіологічні основи сугестопедичної моделі.
36. Дидактико-методичні основи сугестопедичної моделі.

37. Психологія імпресингу і доміанти.
38. Методики сугестопедичної моделі.
39. Організаційно-методичні умови реалізації концепції сугестопедичної моделі.
40. Пряма сугестія.
41. Тести сугестабельності.
42. Етапи сугестивної роботи.
43. Мовне оформлення сугестії.
44. Фактори, які слід враховувати при гетеро сугестії.
45. Основні поняття сугестії думкою.
46. Методика свідомої мислительної сугестії.
47. Психологія індуктора і перцепієнта.
48. Підходи до визначення природи телепатичної перцепції.
49. Тести телепатичної перцептивності.
50. Вербальні методи гетеросугестії.
51. Невербальні методи гетеросугестії.
52. Основні поняття ауто сугестії.
53. Вербальні методи ауто сугестії.
54. Невербальні методи ауто сугестії.
55. Переваги і недоліки аутогенного тренування.
56. Стандартні вправи першого ступеня аутогенного тренування.
57. Медитаційні вправи ауто тренінгу.
58. Техніка аутогенного тренування для загального оздоровлення.
59. Поняття гіпно сугестії в психологічній науці.
60. Суть гіпнозу.
61. Фізіологічна (павлівська) теорія сну.
62. Вчення про ретикулярну формацію і сон.
63. Понятійний апарат гіпно сугестії.
64. Стадії, типи і види гіпнозу.
65. Методи гіпно сугестії.
66. Можливі ускладнення в процесі гіпно сугестії і їх профілактика.
67. Загальні положення технології гіпнопедії.
68. Історія виникнення сугестопедагогіки.
69. Сугестопедія: концептуальні положення.
70. Принципи сугестопедичного навчання.
71. Засоби, методи та прийоми сугестопедії.
72. Форми та технології навчання з використанням сугестопедії.
73. Принципи релаксопедичного навчання.
74. Засоби, методи та прийоми релаксопедії.

75. Технологія навчання з використанням релаксопедії.
76. Сутність нейролінгвістичного програмування й особливості його використання.
77. Базові пресупозиції нейролінгвістичного програмування.
78. Збирання інформації. Репрезентативні системи.
79. Калібрування й підлаштовування.
80. Приєднання та ведення.
81. Основні прийоми нейролінгвістичного програмування.
82. Нейролінгвістичне програмування та профілактика терористичної діяльності.
83. Нейролінгвістичне програмування і специфіка силових структур.

Орієнтовні тестові завдання

1. В храмовій медицині сеанси сугестії називалися:
 - 1.) інкубації;
 - 2.) вашітва;
 - 3.) самохан астра;
 - 4.) асана.

2. Термін “сугестія” запропонував:
 - 1.) Месмер;
 - 2.) Бред;
 - 3.) Льєбо;
 - 4.) Беркгейм.

3. Хто вважав, що всі прояви гіпнозу зводяться до сугестії:
 - 1.) представники мансійської школи;
 - 2.) представники паризької школи;
 - 3.) Кує;
 - 4.) Шульц.

4. Хто розповсюдив концепцію „тваринного магнетизму”?
 - 1.) Кує;
 - 2.) Лазарєв;
 - 3.) Шарко;
 - 4.) Месмер.

5. Хто опрацював проблеми сугестології і телепсихотерапевтичного впливу з екрану:
 - 1.) Шульц;
 - 2.) Лазарєв;
 - 3.) Лозанов;
 - 4.) Пальчевський.

6. Використання сугестії в процесі навчання і виховання називається:
 - 1.) сугестологія;
 - 2.) сугестопедія;
 - 3.) сугестотерапія;
 - 4.) сугестія.

7. Сугестор – це:

- 1.) джерело гетеро сугестії;
- 2.) об'єкт гетеро сугестії;
- 3.) степінь сприйнятливості до сугестії;
- 4.) місце, де проводиться навіювання.

8. Психічні захисні засоби, які організм виробив, щоб протидіяти проникненню через неусвідомлені канали інформації до людської психіки називається:

- 1.) неусвідомлена психічна активність;
- 2.) фазове оточення;
- 3.) неспецифічна психічна реактивність;
- 4.) анти сугестивні бар'єри.

9. Техніка керування увагою, емоціями і пам'яттю сугеренда називається:

- 1.) сугестивний вплив на людину;
- 2.) психологічна структура сугестії;
- 3.) сугестивна роль;
- 4.) двоплановість сугестії.

10. Такі якості, як могутність і владність, що поєднується з доброзичливим ставленням до сугеренда характеризують таку роль сугестора:

- 1.) господар;
- 2.) кумир;
- 3.) покровитель;
- 4.) віртуоз.

11. Перед сонний сеанс у перед сонному стані є формою:

- 1.) традиційного навчання;
- 2.) гіпнопедичного навчання;
- 3.) релаксопедії;
- 4.) сугестопедії.

12. Галузь сугестопедагогіки, що розв'язує завдання навчання і виховання за допомогою психічної саморегуляції, аутотренінгу називається:

- 1.) гіпнопедія;
- 2.) сугестопедія;
- 3.) релаксопедія;
- 4.) сугестія.

13. Ефект гіпермнезії, що створювався на базі аудіо - візуальних технічних засобів застосовувався в:

- 1.) сугестокібернетичному інтегральному методі Петрусинського;
- 2.) релаксопедичному методі навчання Шварца;
- 3.) методі Стрільчука;
- 4.) методі Танцюри.

14. Естетизація зглобалізованого навчального матеріалу відбувається при:

- 1.) традиційному навчанні;
- 2.) гіпнопедії;
- 3.) сугестопедії;
- 4.) релаксопедії.

Рекомендована література

(основна)

1. Бехтерев В.М. Внушение и его роль в общественной жизни/ В.М. Бехтерев. – СПб : Издание К. Л. Риккера, 1908. – 42 с. [Электронная библиотека RoyalLib.ru – http://royallib.ru/read/behterev_vladimir].
2. Гончаров Г.А. Суггестия: теория и практика / Г.А. Гончаров. – М. : КСП, 1995. – 320 с.
3. Гончаров С.М. Суггестивні технології навчання в кредитно-модульній системі організації навчального процесу: [навч.-метод. посіб.] / С.М. Гончаров. – Рівне: НУВГП, 2008. – 118 с.
4. Гордеев М.Н., Евтушенко В.Г. Техники гипноза / М.Н. Гордеев, В.Г. Евтушенко. – М. : Изд-во Института Психотерапии, 2003. – 245 с.
5. Китайгородская Г.А. Методические основы интенсивного обучения иностранным языкам / Г.А. Китайгородская. – М.: Изд-во Московского университета, 1986. – 175 с.
6. Лисейко Ю.Б. Про деякі методичні принципи інтенсивного навчання іноземних мов / Ю.Б. Лисейко // Режим доступу: http://www.rusnauka.com/8_NND_2011/Philologia/1_81336.doc.htm
7. Лозанов Г. Суггестология. – София, 1971 // Режим доступу: <http://philopsy.by.ru/psihol.html>
8. Лозанов Г.К. Основы суггестологии / Г.К. Лозанов. – София, 1973. – 225 с.
9. Лозанов Г.К. Суггестология и суггестопедия – теория и практика / Г.К. Лозанов – София, 1971. – 324 с.
10. Лозанов Г.К. Суггестопедия в преподавании иностранных языков / Г.К. Лозанов // Методы интенсивного обучения иностранным языкам: сб. научн. трудов; отв. ред. С.И. Медьник. – М.: Изд-во МГПИИЯ им. М. Тореза, 1979. – Вып. 5. – С. 53-62.
11. Лученко Валентин. Суггестопедія та інші методи. Режим доступу: http://luchenko.com/index.php?option=com_content&task=view&id=248&Itemid=50
12. Матвієнко В.Я. Соціальні технології / В.Я. Матвієнко. – К. : Українські пропілеї, 2001. – 446 с.
13. Мелихов И.Н. Скрытый гипноз: практ. пособие / И.Н. Мелихов. – Волгоград : Перемена, 2002. – 376 с.
14. Методика изучения языков. Метод Лозанова. – Суггестология – изучение внушения и внушаемости. – [Електронне видання] – Режим доступу: <http://filolingvia.com/publ/67-1-0-104>
15. Носкова Т.М. Аудиовизуальные технологии в образовании / Т.М. Носкова. – СПб: СПбГУКиТ, 2004. – 14 с.
16. Освітні технології: [навч.-метод. посіб.] / О.М. Пехота та ін.– К.: А.С.К., 2004. – 256 с.

17. Пальчевський С.С. Сугестопедагогіка: новітні освітні технології / С.С. Пальчевський. – К.: Кондор, 2005. – 352 с.
18. Пальчевський С.С. Сугестопедія: історія, теорія, практика [Текст]: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / С.С. Пальчевський. – К.: Кондор, 2006. – 360 с.
19. Пальчевський С.С. Сугестопедія: історія, теорія, практика. – К. : Кондор, 2006. – 365 с. // Режим доступу: http://pravolib.com/razvitie-lichnosti_903/1371-otkryitielozanova-27022.html
20. Платонов К.И. Слово как физиологический и лечебный фактор / К.И. Платонов. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Медгиз, 1962. – 532 с.
21. Салімон В.М. Уроки географії з використанням музичних творів як форма сугестопедичної технології навчання / В.М. Салімон // Проблеми безперервної географічної освіти і картографії. – 2012. – Вип.15. – С. 91–94.
22. Сугестопедагогіка: новітні освітні технології: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів / С.С. Пальчевський; М-во освіти і науки України. РДГУ. – К.: Кондор, 2005. – 350 с.
23. Щукин А.Н. Современные интенсивные методы и технологии обучения иностранным языкам: учебное пособие / А.Н. Щукин. – М.: Филоматис, 2008. – 188 с.
24. Япко М.Д. Введение в гипноз : практ. руководство / М.Д. Япко. – М. : Центр психологической культуры, 2002. – 191 с.
25. <http://para.by/articles/text/izuchem-inostrannye-yazyki-metod-lozanova>
26. <http://philopsy.by.ru/psiho1.html>
27. http://subject.com.ua/psychology/pedagog_psychology/17.html
28. http://www.alfapont.hu/hu/oroszul/nashch_aldjfa_myetod
29. http://www.e-reading.link/chapter.php/1006605/38/Myuller_-_Stan_geniem._Sekrety_supermyshleniya.html

Додаткова література

1. Бехтерев В. М. Внушение и воспитание / В.М. Бехтерев // Объективное изучение личности: Избранные труды по психологии личности в 2-х томах. – Санкт-Петербург: Алетейя, 1999. – Т. 2. – 283 с.

2. Даль В.И. Толковый словарь живого великоруського языка / В.И. Даль. – Т. 1: А-З. – 1989. – 699 с.
3. Журавлев А.П. Звук и смысл : [кн. для внеклас. чтения учащихся ст. классов] / А.П. Журавлев. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1991. – 160 с.
4. Козир А. В. Теорія та практика формування професійної майстерності вчителів музики в системі багаторівневої освіти : автореф. на здобуття наук. ступеня докт. пед. наук : 13.00.02, 13.00.04 / А. В. Козир. – Київ, НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2009. – 40 с.
5. Симонов П. Сознание, подсознание, сверхсознание / П. Симонов // Наука и жизнь. – № 12. – 1975. – С. 45–51.
6. Федоришин В. Вплив сугестивних факторів на фахове становлення керівника оркестрового колективу / В. Федоришин // «Молодь і ринок». – № 2 (73), 2011. – С. 47–51.
7. Фрейд З. Я и Оно / З. Фрейд. – М. : МПО «МЕТТЭМ», 1990. – 56 с.
8. Черепанова И.Ю. Человек манипулирующий (суггестия в коммуникации) / И.Ю. Черепанова // Человек говорящий: язык, культура, познание: [межвузовский сборник научных трудов] / [ред. А.А. Романов, А.М. Шахнарович]. – Москва-Тверь: Институт языкознания РАН, Тверской Институт экономики и менеджмента, 1995. – С. 115–123.
9. Чубукова Т. Сугестія і сугестопедія у навчальному процесі / Т. Чубукова // Історія в школі, 1998. – № 1. – С. 8–11.
10. Юнг К.-Г. Психология бессознательного / К.-Г. Юнг. – М., 1994. – 249 с.

ЗМІСТ

<u>Структура залікового кредиту</u>	7
<u>Теми практичних занять</u>	7
<u>Завдання для проведення семінарських занять</u>	8
<u>Семінарське заняття № 1.</u>	
<u>Теоретичні аспекти сугестології.</u>	8
<u>Семінарське заняття № 2.</u>	
<u>Сугестія і її ланки</u>	9
<u>Семінарське заняття № 3.</u>	
<u>Методи гетеросугестії.</u>	10
<u>Семінарське заняття № 4.</u>	
<u>Психологія аутосугестії.</u>	11
<u>Семінарське заняття № 5.</u>	
<u>Використання гіпнопедії в навчальному процесі.</u>	12
<u>Семінарське заняття № 6.</u>	
<u>Сугестопедична модель навчання та виховання.</u>	13
<u>Семінарське заняття № 7.</u>	
<u>Технологія навчання з використанням релаксопедії.</u>	14
<u>Семінарське заняття № 8.</u>	
<u>Нейро-лінгвістичне програмування, як галузь науки про навчання.</u>	14
<u>Питання для підготовки до заліку</u>	16
<u>Орієнтовні тестові завдання</u>	19
<u>Рекомендована література</u>	22
<u>Додаткова література</u>	24

ДЛЯ НОТАТОК

Навчально-методична література

Вишньовський В. В.

**Методичні вказівки
щодо проведення практичних занять
з курсу “Основи сугестопедії”**

для студентів спеціальності 053 “Психологія”
всіх форм навчання

Формат 60x90/16. Обл. вид. арк. ... Тираж 10 прим. Зам. №

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя.
46001, м. Тернопіль, вул. Руська, 56
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4226 від 08.12.11.