

С.О. Ніколаєнко (м. Суми)

МОДЕЛІ ПІДВИЩЕННЯ НАВІЮВАНОСТІ СУГЕРЕНДА В НЕЗМІНЕНОМУ СТАНІ СВДОМОСТІ

Постановка проблеми. Спеціальний аналіз виявив, що в структурі процесу сугестивного впливу доцільно розрізняти операційний, процесуальний і результативний етапи [13, с. 156].

Формування стану підвищеної навіюваності сугеренда, яке є пов'язаним із процесуальним етапом сугестивного впливу, – вирішальна умова ефективності реалізації всього процесу сугестивного впливу [15], [25], [26].

Раніше у нашій роботі було показано, що дисоціація свідомої й несвідомої сфер психіки сугеренда є базовим психологічним механізмом підвищення його навіюваності [16].

На підставі аналізу співвідношення актуалізації й депотенціалізації як свідомості, так і несвідомого психічного в процесі їхньої дисоціації, можуть бути визначені наступні *моделі підвищення навіюваності сугеренда*: 1) «депотенціалізація свідомості без актуалізації несвідомого психічного»; 2) «актуалізація несвідомого психічного без депотенціалізації свідомості»; 3) «депотенціалізація як свідомості, так і несвідомого психічного»; 4) «актуалізація несвідомого психічного при депотенціалізації свідомості». При цьому перша й друга моделі підвищення сугестивності реалізуються в *незміненому стані свідомості* сугеренда, а третя й четверта моделі – при його переході в *трансовий (гіпнотичний) стан свідомості*.

Таким чином, потрібен подальший аналіз для виявлення специфічних факторів, психотехнік і методів підвищення навіюваності сугеренда, з одного боку, в незміненому стані свідомості, а з другого боку – при його переході в трансовий стан свідомості.

Метою даної статті є визначення факторів, психотехнік і методів підвищення навіюваності сугеренда в незміненому стані свідомості в межах наступних моделей: (1) «депотенціалізація свідомості без актуалізації

несвідомого психічного»; (2) «актуалізація несвідомого психічного без депотенціалізації свідомості».

Результати теоретичного аналізу проблеми. Розглянемо **сутнісні характеристики першої моделі** підвищення сугестивності, в основі якої знаходиться депотенціалізація свідомості сугеренда без актуалізації його несвідомого психічного.

М. Япко відзначає, що з позицій сучасної нейропсихологічної теорії «свідома» і «несвідома» психічна активність характеризується через різні психічні функції, які належать відповідно до лівої й правої півкуль мозку [27, с. 50].

Поділяючи зазначені вище положення, М. Еріксон, Е. Россі, Ш. Россі підкреслюють, що найважливішою ознакою лівопівкульного функціонування є «лінгвістична й логіко-граматична організація свідомості, яку звичайно зв'язують із розташуванням мовного центра в лівій півкулі» [26, с. 304]. Тому автори пов'язують депотенціалізацію свідомості з депотенціалізацією лівопівкульного функціонування мозку. При цьому сутність депотенціалізації свідомості пов'язана з тим, «щоб зрушити свідомість убік від цієї лінгвістичної спеціалізації лівої півкулі..., щоб заблокувати або депотенціалізувати упорядковані, раціональні, абстрактні й напрямляючі функції звичайних для суб'єкта способів лівопівкульного функціонування» [26, с. 304-305].

Результатом депотенціалізації свідомості є «послаблення дії свідомого контролю, який здійснюється відносно сприйманої інформації» [19, с. 51]. Тому «словесне навіювання, яке сприймається пасивно, без критики, легко може стати *сугестивним*, хоча б воно й суперечило минулому досвіду або було відірвано від реальності в сьогоденні» [17, с. 32].

Таким чином, реалізація першої моделі підвищення сугестивності, в основі якої знаходиться депотенціалізація свідомості сугеренда без актуалізації його несвідомого психічного, веде до зниження рефлексивної активності «Я», блокуванню лінгвістичної спеціалізації лівої півкулі,

зниженню ефективності внутрішнього діалогу, послабленню дії свідомого контролю, у результаті чого й формується некритичність сугеренда [7, с. 270]. Варто підкреслити, що *депотенціалізація свідомості сама по собі не приводить до формування трансового стану сугеренда*. У зв'язку із цим сугестивно-утилізаційні впливи сугестора можуть проводитися в незміненому стані свідомості сугеренда.

Розглянемо найважливіші **фактори депотенціалізації свідомості** сугеренда без актуалізації його несвідомого психічного, які реалізуються **в межах першої моделі** підвищення сугестивності. Підкреслимо, що стратегічним завданням сугестора в рамках даної моделі є зниження критичності сугеренда в незміненому стані свідомості.

Першим фактором депотенціалізації свідомості й наступного зниження критичності сугеренда в незміненому стані свідомості виступає **авторитет сугестора**.

У численних дослідженнях виявлено, що авторитет сугестора створює особливий, додатковий фактор впливу – довіру до джерела інформації, що переноситься на зміст інформації [1], [3] [13]. Цей «ефект довіри» проявляється також і стосовно особистості сугестора, і стосовно тієї соціальної групи, що дана особистість представляє. Г.М. Андрєєва пише: «Авторитетність сугестора й у тім, і в іншому випадку виконує функцію так званої «непрямої аргументації», свого роду компенсатора відсутності прямої аргументації, що є специфічною рисою навіювання» [1, с. 163].

У якості джерел формування авторитетності сугестора, зокрема, досліджуються: 1) досвід, колишні заслуги, масштаб зроблених людиною перетворень або причетність його до таких; 2) думка про нього оточуючих людей як про високоморальну, справедливу особистість; 3) володіння тим або іншим видом влади (винагородньою, примусовою, нормативною, еталонною, інформаційною); 4) престиж використовуваних джерел інформації; 5) ореол популярності; 6) наявність або приписування сугестору

особливих здібностей або можливостей; 7) компетентність, контроль обстановки, самовладання, упевненість у собі тощо [1, с. 163-164].

Другим фактором депотенціалізації свідомості й наступного зниження критичності сугеренда в незміненому стані свідомості є **подолання його антисугестивних бар'єрів**.

Виокремлюються наступні види антисугестивних бар'єрів сугеренда: 1) бар'єр критичного мислення; 2) інтуїтивно-афективний бар'єр; 3) етичний бар'єр. Бар'єр свідомого критичного мислення сугеренда переборюється наданням реальних фактів і добре логічно сформульованими думками сугестора, інтуїтивно-афективний бар'єр - доброзичливістю й довірчим спілкуванням сугестора, а етичний бар'єр - відповідністю змісту навіювань таким особистісним структурам сугеренда, як моральні обов'язки, морально-етичні цінності, релігійні цінності [13, с. 153-156].

Зазначені вище бар'єри переборюються іноді послідовно, а іноді одночасно. Психологічні дослідження й психокорекційна практика показали, що найбільш важким для подолання є етичний бар'єр. Готуючись до подолання антисугестивних бар'єрів, сугестору необхідно враховувати їхню індивідуальну структуру, а також інтелектуальний рівень, афективні прояви, етичне ядро особистості сугеренда.

Третім фактором депотенціалізації свідомості й наступного зниження критичності сугеренда в незміненому стані свідомості виступає **актуалізація певних психофізіологічних станів сугеренда**. Дослідження Л.П. Гримака показали, що критичність знижується як при спокої й релаксації, так і при сильному емоційному напруженні, стомленні, стресі. Автор аналізує, зокрема, наступні полярні види важких психофізіологічних станів, що викликають зниження критичності суб'єкта: 1) стани, які викликані надмірною психофізіологічною мобілізацією організму (стрес, домінуючі стани, фрустрація, тривога); 2) стани, які пов'язані зі зниженим тонусом нервової системи (монотонія, самотність, «нічна психіка», нудьга, астенія, «хворобливе ледарство», релаксація) [9, с. 104-153].

Найважливішим практично значимим станом, який пов'язаний зі зниженням тону кори головного мозку й наступним зниженням критичності сугеренда в незміненому стані свідомості, є *релаксація*. Терміном релаксація «позначається стан пильнування, що характеризується зниженою психофізіологічною реактивністю, що відчувається або у всьому організмі, або в будь-якій його системі» [20, с. 536]. При цьому відбувається «довільне розслаблення всіх м'язів у зручній позі й відволікання від неприємних думок і емоцій як сполучення фізичного й психічного розслаблення» [18, с. 123]

Для досягнення стану релаксації найчастіше використовуються такі методи, як нервово-м'язове розслаблення, аутогенне тренування, медитація, контроль подиху й різні методи біологічного зворотного зв'язку [20, с. 536-538]. Важливо підкреслити, що небажані побічні ефекти при реалізації даних методів спостерігаються вкрай рідко. Тому методи релаксації широко використовуються не тільки в психотерапії, але й у психології праці, педагогіці тощо.

Таким чином, при аналізі факторів депотенціалізації свідомості в рамках першої моделі підвищення сугестивності варто погодитися з висновком К.І. Платонова про те, що «пасивність сприйняття змісту словесного впливу може бути обумовлена або високим авторитетом мовця, або тією афективністю, з якою ці слова були сказані, або, нарешті, зниженням тону кори мозку, ослабленим внаслідок хвороби, стомлення, сонливості та ін.» [17, с. 35].

Розглянемо **сутнісні характеристики другої моделі** підвищення сугестивності, в основі якої перебуває актуалізація несвідомого психічного сугеренда без попередньої депотенціалізації його свідомості.

Можливість впливу на несвідому сферу психіки сугеренда без попередньої депотенціалізації його свідомості ґрунтується на наступних положеннях.

У теорії переробки інформації показано, що різні пізнавальні процеси можуть протікати *одночасно* у свідомій і несвідомій психічних сферах, підкоряючись при цьому різним психологічним законам [10, с. 423]. М.М. Гордєєв також пише, що «свідома й несвідома частина функціонування психіки людини протікають паралельно, одночасно, і несвідоме може бути тим субстратом, до якого ми апелюємо в процесі психотерапії, коли свідоме функціонування й свідомі спроби зміни дійсності не досягають бажаного успіху» [8, с. 25]. Р. Уотерфілд підкреслює, що «два (або більше) потоки свідомості можуть одночасно мати місце усередині одного індивідуума, і це більше не є ненормальним явищем у психології» [21, с. 325].

Т.В. Чернігівська й В.Л. Деглин показали, що в рішенні будь-якого завдання *одночасно* беруть участь обидві півкулі мозку, пов'язані із психічними функціями свідомості й несвідомим психічним - будь то вербальний текст або зоровий невербальний матеріал, будь то аналітичний або холистичний спосіб обробки матеріалу. Будь-яке завдання, що вимагає сенсорного або моторного рішення досить високого рівня, неодмінно актуалізує мозкові структури обох півкуль. Тому при дослідженні активності цілісного мозку в здорових досліджуваних мова йде про комплементарність функцій півкуль і, відповідно, комплементарність свідомості й несвідомого психічного [22].

З огляду на експериментально-теоретичні положення, наведені вище, необхідно звернути увагу на те, що в більшості людей існує добре стала звичка підтримувати й контролювати свої лівопівкульні функції більшою мірою, ніж функції правопівкульні. Тому права півкуля в незміненому стані свідомості звичайно легше актуалізується й піддається змінам, ніж ліва півкуля [26, с. 307].

Так, М. Еріксон, Е. Россі, Ш. Россі відзначають, що «через більш глобальний і дифузійний характер правопівкульного функціонування, права півкуля може бути легше піддана змінам, ніж ліва. Через це ми часто спостерігаємо порушення схеми тіла тощо *без якого-небудь блокування*

сфокусованих лінгвістико-логічних функцій лівого (виділене мною – С.Н.)» [26, с. 306]. Важливо підкреслити, що «несвідоме, на відміну від свідомості, не є твердим, аналітичним, і головне – обмеженим. Воно реагує на методи контактів, пов'язані з досвідом, воно здатне до символічної інтерпретації й має тенденцію до узагальнених оцінок» [27, с. 49].

Таким чином, реалізація другої моделі підвищення сугестивності, в основі якої знаходиться актуалізація несвідомого психічного сугеренда без депотенціалізації його свідомості, *не приводить до формування трансового стану свідомості сугеренда*. На основі спеціально розробленого впливу реалізація відносного домінування «правопівкульного мислення» можлива й у незміненому стані свідомості, хоча при цьому воно й не настільки яскраво виражене.

Розглянемо **фактори актуалізації несвідомого психічного сугеренда** без депотенціалізації його свідомості **в межах другої моделі** підвищення навіюваності.

Стратегічним завданням підвищення сугестивності в межах другої моделі є, з одного боку, *відволікання свідомості сугеренда*, а з другого боку - використання такого «пучка мов» [24, с. 12], що у *незміненому стані свідомості* може адекватно впливати саме на *несвідому сферу сугеренда*, актуалізуючи його «правопівкульне функціонування» («правопівкульне мислення»).

Для реалізації такої стратегії потрібна *багаторівнева комунікація*, що, на думку М. Япко, означає «можливість звертатися до свідомості клієнта, завдяки використанню відповідно сформульованих і виражених форм навіювання, що враховують його спосіб сприйняття й асоціацій, одночасно подаючи проблему несвідомому з іншого боку» [27, с. 49]. М. Еріксон також відзначає, що в комунікації є множинні рівні сприйняття й відповіді, не всі з яких перебувають на свідомому рівні. Значні частини комунікації виявляються на несвідомому рівні сприйняття й реагування. Тому в сугестивному впливі «багатозначна комунікація повинна замінити без кінця

повторювані нудні вербалізації, прямі навіювання й авторитарні команди» [5, с. 8].

Першим фактором формування стану підвищеної сугестивності, в основі якого знаходиться актуалізація несвідомого психічного сугеренда без депотенціалізації його свідомості, є *побудова рапорту* між сугестором і сугерендом. Побудова рапорту здійснюється «з метою відволікти й використати домінуючу півкулю» [5, с. 111]. С.М. Коледа також відзначає: «Рапорт дозволяє одержати довіру свідомості, що пропускає вас далі – у несвідоме» [12, с. 69].

Якщо сугестор підбудовується й приєднується до реальності сугеренда, це забезпечує йому встановлення атмосфери емпатії й чуйності, а також дозволяє так утилізувати реальності сугеренда, щоб привести його до змін. Тому рапорт є «істотним фактором для встановлення атмосфери довіри, конфіденційності й участі, коли люди можуть взаємодіяти легко й вільно» [14, с. 90].

У цілому побудова рапорту між сугестором і сугерендом відбувається у формі підстроювання й ведення стосовно різних реальностей останнього. Зокрема, рапорт може бути встановлений стосовно наступного: 1) певних аспектів зовнішньої поведінки сугеренда (пози, спрямованості уваги, сприйнятливості до зовнішніх подразників, словесних висловлювань тощо); 2) внутрішніх процесів сугеренда (емоцій, репрезентативних систем); 3) постійних індивідуальних стереотипів сугеренда (індивідуального стилю самопрояву, концептуальних метафор, навичок і здібностей, проблемних стереотипів) [7, с. 118-172].

Другим фактором формування стану підвищеної сугестивності, в основі якої знаходиться актуалізація несвідомого психічного сугеренда без депотенціалізації його свідомості, є *відволікання свідомості сугеренда* при реалізації сугестивних впливів на його несвідому сферу.

На необхідність відволікання свідомості при реалізації сугестивного впливу в стані пильнування вказував ще В.М. Бехтерев. Автор, зокрема,

писав, що «у нашу психічну сферу ... можуть входити різномірні враження при відсутності до них якої-небудь уваги, ... коли вольова увага поглинена якою-небудь роботою (виділене мною – С.Н.). У такому випадку зовнішні враження входять у психічну сферу повз нашу особисту свідомість й, отже, повз наше «я»» [2, с. 20].

Розглянемо деякі найважливіші психотехніки відволікання свідомості сугеренда при реалізації по відношенню до нього сугестивного впливу в незміненому стані свідомості. Варто спеціально підкреслити, що в наведених нижче психотехніках *відволікання свідомості сугеренда одночасно супроводжується утилізаційними процесами впливу на його несвідому сферу.*

*Першою психотехнікою, що ілюструє принцип відволікання свідомості й утилізації несвідомого сугеренда, є **метод вбудованої метафори («подвійної, потрійної спіралі»)**.* «Подвійна спіраль» складається із двох історій, коли друга історія вбудовується в середину першої, після чого перша історія закінчується. У цьому випадку перша історія служить засобом відволікання свідомості сугеренда, а друга історія (у формі вбудованої метафори) розрахована на проникнення в його несвідому сферу.

«Потрійна спіраль» складається із трьох історій, коли друга історія вбудовується в середину першої, а третя історія вбудовується в середину другої історії, після чого закінчується друга історія й у самому кінці - перша історія. У цьому випадку перша й друга історії служать засобами відволікання свідомості сугеренда, а третя історія (у формі вбудованої метафори) розрахована на проникнення в його несвідому сферу. У літературі описані також вбудовані метафори з більшим, ніж три, кількістю «спіралей» [6, с. 113-126].

На думку М.Н. Гордєєва, серединна (вбудована) метафора може містити навіть прямі навіювання, але їх краще завуалювати. Прямі навіювання в серединній метафорі можуть виступати у вигляді фраз, написаних, наприклад, на камені в якомусь лабіринті, куди сугестор «завів» сугеренда або можуть бути у вигляді слів, сказаних одним героєм іншому тощо. За

таких умов прями навіювання, пов'язані із серединною метафорою, за рахунок буквалізму несвідомого приймаються легко й охоче виконуються. Тому в серединній метафорі можна давати різні навіювання й інструкції досить виразно й конкретно [8, с. 209].

Другою психотехнікою, що ілюструє принцип відволікання свідомості й утилізації несвідомого сугеренда, є *метод бесіди сугестора з іншими людьми (або розповіді про інших людей) у присутності сугеренда*. У цьому випадку бесіда сугестора з іншою людиною (або його розмова з іншою людиною) виконують функцію відволікання свідомості сугеренда, а сугестивні впливи, призначені для несвідомої сфери даного сугеренда, даються у формі порад, рекомендацій, команд іншій людині.

Цікавий варіант даної психотехніки з використанням розмови по телефону. При цьому сугестор може організувати ситуацію так, щоб сугеренд «ненавмисно» почув розмову по телефону на значущу для нього тему з авторитетною для нього людиною [11, с. 64-65].

Третім фактором формування стану підвищеної сугестивності, в основі якої знаходиться актуалізація несвідомого психічного сугеренда без депотенціалізації його свідомості, є *використання сугестором адекватного «пучка мов»* (за І.Ю. Черепановою) для ефективного впливу на несвідому сферу сугеренда.

Згідно Т.В. Чернігівської й В.Л. Деглину, права півкуля, пов'язана з несвідомою сферою особистості, є носієм метафоричної (архаїчної, міфологічної, «комплексної») свідомості, вона пам'ятає ідіоми й бере участь у дешифруванні метафор, користуючись при цьому не дискретним лінгвістичним аналізом, а цілісним, комплексним, гештальтним сприйняттям [22].

З огляду на наведені вище положення, у якості *першої психотехніки, що* ілюструє принцип використання сугестором адекватного «пучка мов» при впливі на несвідому сферу сугеренда без депотенціалізації його свідомості, розглянемо *метод метафори*.

М.Н. Гордєєв відзначає, що метафорою називається «вид непрямого навіювання, у якому через іносказання дається проблема, що є подібна проблемі людини, шляхи й способи її вирішення» [8, с. 203].

Ще раз підкреслимо, що в людини права півкуля вважається нейрофізіологічною «зоною несвідомого» [15], для якої характерна мова образів, звуків, відчуттів, мова цілісних картин і подій. Несвідоме вловлює все цілком, не намагаючись його ділити, дробити, аналізувати [22], [23]. У зв'язку з тим, що при використанні метафори ми поміщаємо й маскуємо зміст навіювання в межі не пов'язаної з ним історії, даний зміст звичайно мине свідомість і надійде прямо в несвідому сферу психіки сугеренда. Тому «за рахунок створення цілісної історії метафора попадає безпосередньо в праву півкулю, де зустрічається з несвідомим, для якого вона створювалася» [8, с. 203].

Добре сконструйована метафора повинна мати структуру, яка схожа на досвід людини. Ця подібність на структурному рівні спонукає підсвідомість інтерпретувати метафору в зв'язку із власними потребами й описується терміном «ізоморфізм» (подібність). При цьому спочатку поверхнева історія займає й відволікає свідомість сугеренда, а потім за допомогою аналогій, що містяться в історії, у його підсвідомість «переміщаються» повідомлення більш глибокої структури [4, с. 161].

Основним правилом побудови сугестивної метафори є її подібність ситуації сугеренда. Тому ефективна метафора повинна містити наступні елементи: 1) герой, що повинен чимось нагадувати сугеренда; 2) оточення героя, яке у чомусь істотному повинне відповідати оточенню сугеренда; 3) серія ситуацій, що навчають героя; 4) трансформації, що відбуваються усередині героя; 5) перемога як результат внутрішніх трансформацій героя; 6) тріумф як визнання соціальним оточенням значимості внутрішніх трансформацій і перемоги героя [8, с. 214-218].

Другою психотехнікою, що ілюструє принцип використання сугестором адекватного «пучка мов» при впливі на несвідому сферу сугеренда без

депотенціалізації його свідомості, є метод *аналогового маркування* («аналогового позначення», «схованого навіювання», «вставленого повідомлення», «схованої команди»).

Аналогове маркування «являє собою маленькі фрагменти великих тверджень, які привертають увагу несвідомого завдяки таким деталям поведінки, як зміни інтонації, паузи або зміни пози психотерапевта» [11, с. 62].

Аналогове маркування може бути словесно виражене різними способами. При цьому «звичайна процедура полягає просто в тім, щоб, вирішивши, яке навіювання ви хочете зробити, включити його в прихованому вигляді в більший мовний контекст» [7, с. 219]. У всіх випадках аналогового маркування застосовується та сама загальна стратегія: приховані навіювання виділяються зміною невербальної поведінки [7, с. 221].

Аналогове маркування (сховані навіювання) здійснюється, насамперед, за допомогою наступних паралінгвістичних компонентів комунікації: 1) звучності (сили й гучності) голосу; 2) темпу мови (швидкості мови, тривалості звучання слів, тривалості й кількості пауз); 3) висоти (інтонації) голосу; 4) тембру голосу; 5) артикуляції й вимови (орфоєпії) [14, с. 144-153]. Однак також можуть бути використані й інші елементи невербальної комунікації: жести, міміка, пантоміміка, нахили вправо або вліво відносно сугеренда, прийоми такесики тощо.

Таким чином, варто погодитися із С. Гіллігеном у тому, що «приховані навіювання виявляються ефективними тому, що вони використовують стратегії переробки інформації, які лежать у центрі несвідомого розуміння, але на периферії свідомої уваги» [7, с. 221]. При цьому, з одного боку, приховане навіювання не повинне бути очевидним для свідомості сугеренда, а з другого боку - повинне бути досить значимим, щоб його виявило несвідоме останнього.

Висновки. Теоретичний аналіз проблеми показав наступне. Підвищення навіюваності сугеренда *в незміненому стані свідомості* доцільно розглядати

в межах наступних моделей: 1) «депотенціалізація свідомості без актуалізації несвідомого психічного»; 2) «актуалізація несвідомого психічного без депотенціалізації свідомості».

У контексті моделі «депотенціалізація свідомості без актуалізації несвідомого психічного» найважливішими факторами підвищення навіюваності сугеренда є: 1) авторитетність сугестора для сугеренда; 2) подолання сугестором антисугестивних бар'єрів сугеренда; 3) формування й використання сугестором певних психофізіологічних станів сугеренда, найважливішим з яких є релаксація.

У контексті моделі «актуалізація несвідомого психічного без депотенціалізації свідомості» найважливішими факторами підвищення сугестивності сугеренда є: 1) побудова рапорту між сугестором і сугерендом; 2) відволікання свідомості сугеренда при реалізації сугестивних впливів на його несвідому сферу, яке можна реалізувати, зокрема, за допомогою таких психотехнік, як вбудована метафора («подвійна, потрійна спіраль») й бесіда сугестора з іншими людьми (або розповіді про інших людей) у присутності сугеренда; 3) використання сугестором адекватного «пучка мов» для ефективного впливу на несвідому сферу сугеренда, що може бути реалізовано, зокрема, за допомогою таких психотехнік, як метафора й аналогове маркування (аналогове позначення).

Перспективи подальших пошуків полягають у виявленні факторів підвищення навіюваності сугеренда при його переході в *трансовий стан свідомості* в межах наступних моделей: «депотенціалізація як свідомості, так і несвідомого психічного»; «актуалізація несвідомого психічного при депотенціалізації свідомості».

Література

1. Андреева, Г. М. Социальная психология [Текст] : учебник / Г. М. Андреева. - [2-е изд., перераб. и доп.] – М. : Изд-во МГУ, 1988. – 432 с.
2. Бехтерев, В. М. Внушение и его роль в общественной жизни [Текст] / В. М. Бехтерев. - СПб. : Питер, 2001. - 256 с.

3. Битянова, М. Р. Социальная психология [Текст] : учебное пособие / М. Р. Битянова. - [2-е изд., перераб.] – СПб. : Питер, 2008. – 368 с.
4. Боденхамер, Б. НЛП-практик : полный сертификационный курс [Текст] : учебник магии НЛП / Б. Боденхамер, М. Холл. - СПб. : «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003. - 272 с.
5. Бэндлер, Р. Паттерны гипнотических техник Милтона Эриксона [Текст] / Р. Бэндлер, Д. Гриндер. – Сыктывкар : Флинта, 2000. – 184 с.
6. Джеймс, Т. Гипноз. Создание феномена глубокого транса : полное руководство [Текст] / Т. Джеймс, Л. Флоренс, Дж. Шобер. – М. : КСП+, 2003. – 224 с.
7. Гиллиген, С. Терапевтические трансы : руководство по эриксоновской гипнотерапии [Текст] / Стивен Гиллиген. - М : Независимая фирма «Класс», 1999. - 416 с.
8. Гордеев, М. Н. Классический и эриксоновский гипноз [Текст] : практическое руководство / М. Н. Гордеев. – М. : Изд-во института психотерапии, 2001. – 240 с.
9. Гримак, Л. П. Резервы человеческой психики : введение в психологию активности [Текст] / Л. П. Гримак. – М. : Политиздат, 1989. – 319 с.
10. Капрара, Дж. Психология личности [Текст] / Дж. Капрара, Д. Сервон. – СПб. : Питер, 2003. – 640 с. : ил. – (Серия «Мастера психологии»).
11. Кинг, М. Гипнотерапия вредных привычек [Текст] / М. Кинг, У. Коэн, Ч. Цитренбаум. - М. : Класс, 1998. – 192 с.
12. Коледа, С. М. Моделирование бессознательного [Текст] / С. М. Коледа. - М. : Институт общегуманитарных исследований, 2000. - 224 с.
13. Крысько, В. Г. Социальная психология [Текст] : учебник для вузов / В. Г. Крысько. – [2-е изд.] - СПб : Питер, 2006. – 432 с.
14. Куделин, А. С. Гипноз [Текст] : практическое руководство / А. С. Куделин, А. В. Геращенко. – Ростов н/Д. : Феникс, 2002. – 352с.
15. Ніколаєнко, С. О. Аналіз робочої моделі свідомості й несвідомого в контексті проблеми сугестивного впливу [Текст] / С. О. Ніколаєнко //

Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки : Зб. Наукових праць. – К. : Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова. - 2009. - № 27 (51) - С. 22-29.

16. Ніколаєнко, С. О. Дисоціація свідомості та несвідомого як психологічний механізм підвищення навіюваності у сугеренда [Текст] / С. О. Ніколаєнко // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Зб. Наукових праць. – К. : Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова. - 2009. - № 28 (52) - С. 3-8.

17. Платонов, К. И. Слово как физиологический и лечебный фактор [Текст] / К. И. Платонов. – [3-е изд., перераб. и доп.] - М. : Медгиз, 1962. – 532 с.

18. Платонов, К. К. Краткий словарь системы психологических понятий [Текст] / К. К. Платонов. – [2-е изд., перераб. и доп.]. – М. : Высшая школа, 1984. – 174 с.

19. Психологический словарь [Текст] / под ред. В. В. Давыдова, А. В. Запорожца, Б. Ф. Ломова и др. — М. : Педагогика, 1983. — 448 с.

20. Психотерапевтическая энциклопедия [Текст] / под общ. ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб. : Питер Ком. - 752 с.

21. Уотерфилд, Р. Гипноз. Скрытые глубины. История открытия и применения [Текст] / Робин Уотерфилд ; пер. с англ. М. Андреевой. – М. : АСТ, 2006. – 477 с.

22. Черниговская, Т. В. Метафорическое и силлогистическое мышление как проявление функциональной асимметрии мозга [Текст] / Т. В. Черниговская, В. Л. Деглин. // Ученые записки Тартуского Университета : труды по знаковым системам. - Тарту, 1986. - Вып. 19. - С. 68-84.

23. Черниговская, Т. В. Мозг и язык : полтора века исследований [Текст] / Т. В. Черниговская // «140 лет кафедре общего языкознания». - СПб, 2004. - С. 16-34.

24. Черепанова, И. Ю. Дом колдуньи. Суггестивная лингвистика [Текст] / И. Ю. Черепанова. – СПб : Лань, 1996. – 208 с.

25. Шерток, Л. Гипноз [Текст] / Леон Шерток.– М. : Медицина, 1992. – 224 с.

26. Эриксон, М. Гипнотические реальности : Наведение клинического гипноза и формы косвенного внушения [Текст] / М. Эриксон, Э. Росси, Ш. Росси ; пер. с англ. М. А. Якушиной. – М. : Независимая фирма «Класс», 1999. – 352 с.

27. Япко, Майкл Д. Введение в гипноз [Текст] : [Практ. рук. : Метод. пособие для слушателей курса «Психотерапия»] / М. Д. Япко. - М. : Маркетинг, 2002. - 191 с.

В статье проанализированы факторы, психотехники и методы повышения внушаемости суггеренда в бодрствующем состоянии сознания в рамках следующих теоретических моделей: 1) «депотенциализация сознания без актуализации бессознательного психического»; 2) «актуализация бессознательного психического без депотенциализации сознания».

В контексте первой модели важнейшими факторами повышения внушаемости суггеренда являются: 1) авторитетность суггестора для суггеренда; 2) преодоление суггестором антисуггестивных барьеров суггеренда; 3) формирование и использование суггестором определенных психофизиологических состояний суггеренда, важнейшим из которых является релаксация.

В контексте второй модели важнейшими факторами повышения внушаемости суггеренда являются: 1) построение раппорта между суггестором и суггерендом; 2) отвлечение сознания суггеренда при оказании параллельных внушающих воздействий на его бессознательную сферу; 3) использование суггестором в процессе многоуровневой коммуникации адекватного «пучка языков» для эффективного воздействия на бессознательную сферу суггеренда.

The author analyses factors, psychotechnics and methods of the person suggestibility increased in the waking state of consciousness in the following

theoretical models: 1) «debilitation of consciousness without actualization of unconscious mentality»; 2) «actualization of unconscious mentality without debilitation of consciousness».

In the context of the first model, the most important conditions to increase suggestibility of a person are: 1) authority of the person who makes a suggestion; 2) to overcome mental barriers of the person which receive a suggestion; 3) to create and to use certain psychophysiological states, the most important out of those which is relaxation.

In the context of the second model, the most important conditions to increase suggestibility of a person are: 1) to create a rapport; 2) to distract the consciousness of a person during suggestive influence on the unconscious; 3) to use special language for communication with the unconscious.