

**НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій**  
**Кафедра авіаційної психології**

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Завідувач кафедри  
\_\_\_\_\_ Любов ПОМИТКІНА  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 р.

**ТИПОВІ ТЕСТИ**  
з навчальної дисципліни

«ОСНОВИ НЛП»

ОС «Бакалавр»  
галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»  
спеціальності 053 «Психологія»  
ОП «Психологія»

Типові тести розглянуто та схвалено на засіданні кафедри авіаційної психології, протокол № 14 від «17» грудня 2021 р.

Укладач:  
Старший викладач кафедри авіаційної психології  
\_\_\_\_\_ Світлана ЧЕРНЯВСЬКА

Експрес-контроль № 1  
Варіант 2

<b>1. Цінності - це</b>	
А) психологічний стан схильності суб'єкта до певної активності у певній ситуації;	В) те, чого ми не хочемо мати у своєму житті;
Б) важливі для нас речі, наші внутрішні цілі;	Г) певні стандарти, якими керується людина, коли приймає рішення чи виносить судження.
<b>2. Встановіть відповідність між поняттями та їх визначеннями:</b>	
<p>1. Мовні патерни, які дозволяють проявляти комунікативну гнучкість та змінювати переконання співрозмовника;</p> <p>2. Термін, який широко використовується в НЛП для опису процедур переосмислення та перелаштування механізмів сприйняття, мислення, поведінки з метою позбутися від невдалих (можливо, навіть патогенних) психічних шаблонів;</p> <p>3. Переконання про власну приналежність до певної категорії;</p> <p>4. Техніка встановлення тригера, за допомогою якого певне внутрішнє (зовнішнє) дія (вплив) викликає деяку реакцію або включає певний стан.</p>	<p>А) Ідентичність;</p> <p>Б) Фокуси мови;</p> <p>В) Якоріння;</p> <p>Г) Рефреймінг.</p>
<b>3. Суб'єктивно переконання може мати сенсорне представлення як</b>	
А) звук;	В) відчуття;
Б) візуальна картинка;	Г) усі варіанти вірні.
<b>4. Які з вказаних груп вчених розкривали глибинні, психодинамічні та аналітичні механізми навіювання?</b>	
А) І. Сеченов, І. Павлов, П. Анохін, А. Лурія та ін.;	В) Е. Кречмер, Б. Малиновський, А. Леманн та ін.;
Б) Л. Адлер, З. Фрейд, К.Юнг та ін.;	Г) Г. Лебон, Ж. Тард, А. Моль, А. Назаретян та ін.
<b>5. Навіювання, що не містять детальних описів почуттів, спогадів, думок або фантазій, які повинні бути актуалізовані в сугеренда в процесі навіювання - це</b>	
А) Позитивні навіювання;	В) Конкретні навіювання;
Б) Негативні навіювання;	2) Загальні навіювання.
<b>6. До сфер застосування Еріксонівського гіпнозу належать:</b>	
А) Політична діяльність та управління персоналом;	В) Психотерапія та медицина;
Б) Реклама та маркетинг;	2) Усі варіанти вірні.
<b>7. Особливий стан зміненої свідомості, що характеризується посиленою центральною свідомістю та</b>	

пригніченою периферійною - це	
А) Транс;	В) Розумова активність;
Б) Сон;	Г) Жоден з варіантів не є вірним.
8. Встановіть відповідності між поняттями та визначеннями:	
А) Каталепсія;	1) Використання у терапевтичних цілях усієї інформації, вербальної та невербальної, яку надає клієнт і яка тим чи іншим чином стає відома психологу;
Б) Мікродинаміка трансу:	2) Специфічні зміни м'язового тону а ж до стану знерухомлення;
В) Утилізація;	3) Метод індукції трансу, який полягає у використанні несподіваного слова, фрази, рухів, які ідуть врозріз із очікуваннями об'єкта впливу;
Г) «Розрив шаблону»	4) Кроки наведення трансу, які мають місце у всіх трансових техніках і за наявності яких можна стверджувати про перебування клієнта в трансовому стані.
9. Який з перерахованих способів наведення трансу є натуралістичним?	
А) Використання минулого трансого досвіду;	В) Метод рахунку;
Б) Прогресивна м'язова релаксація;	Г) Опис розслаблюючої сцени.
10. НЛП-психотерапевт під час терапевтичної сесії більшу частину часу приділяє:	
А) Власній рефлексії відносно запиту клієнта;	В) Бажаному результату клієнта;
Б) Обговоренню тих речей, які не задовольняють клієнта, дратують і ослаблюють його;	Г) Пошуку винних у ситуації, що склалася в житті клієнта.

Експрес-контроль № 1

Варіант 2

<b>2. Установка - це</b>	
А) психологічний стан схильності суб'єкта до певної активності у певній ситуації;	В) те, чого ми не хочемо мати у своєму житті;
Б) важливі для нас речі, наші внутрішні цілі;	Г) певні стандарти, якими керується людина, коли приймає рішення чи виносить судження.
2. Встановіть відповідність між поняттями та їх визначеннями:	
5. Мовні патерни, які дозволяють проявляти комунікативну гнучкість та змінювати переконання співрозмовника;	А) Рефреймінг; Б) Якоріння; В) Фокуси мови; Г) Ідентичність.
6. Термін, який широко використовується в НЛП для опису процедур переосмислення та перелаштування механізмів сприйняття, мислення, поведінки з метою позбутися від невдалих (можливо, навіть патогенних) психічних шаблонів;	
7. Переконання про власну приналежність до певної категорії;	
8. Техніка встановлення тригера, за допомогою якого певне внутрішня (зовнішня) дія (вплив) викликає деяку реакцію або включає певний стан.	
3. Суб'єктивно переконання може мати сенсорне представлення як	
А) візуальна картинка;	В) відчуття;
Б) звук;	Г) усі варіанти вірні.
4. Які з вказаних груп вчених розкривали фізіологічний механізм навіювання як концентрацію місць збудження, що супроводжується негативною індукцією й виникненням місць гальмування?	
А) І.Сеченов, І.Павлов, П. Анохін, А. Лурія та ін.;	В) Е.Кречмер, Б.Малиновський, А.Леманн та ін.;
Б) Л.Адлер, З.Фрейд, Г.Юнг та ін.;	Г) Г.Лебон, Ж.Тард, А.Моль, А.Назаретян та ін.
5.Навіювання, що містять детальні описи почуттів, спогадів, думок або фантазій, які повинні бути актуалізовані в сугеренда в процесі навіювання - це	
А) Позитивні навіювання;	В) Конкретні навіювання;
Б) Негативні навіювання;	2) Загальні навіювання.
6. До сфер застосування Еріксонівського гіпнозу належать:	
А) Психотерапія та медицина;	В) Політична діяльність та управління персоналом
Б) Реклама та маркетинг;	2) Усі варіанти вірні.
7. Особливий стан зміненої свідомості, що характеризується посиленою центральною свідомістю та пригніченою периферійною - це	
А) Сон;	В) Розумова активність;

Б) Транс;	Г) Жоден з варіантів не є вірним.
8. Встановіть відповідності між поняттями та визначеннями:	
А) Утилізація;	1) Використання у терапевтичних цілях усієї інформації, вербальної та невербальної, яку надає клієнт і яка тим чи іншим чином стає відома психологу;
Б) Мікродинаміка трансу:	2) Специфічні зміни м'язового тону аж до стану знерухомлення;
В) Каталепсія;	3) Метод індукції трансу, який полягає у використанні несподіваного слова, фрази, рухів, які ідуть врозріз із очікуваннями об'єкта впливу;
Г) «Розрив шаблону»	4) Кроки наведення трансу, які мають місце у всіх трансових техніках і за наявності яких можна стверджувати про перебування клієнта в трансовому стані.
9. Який з перерахованих способів наведення трансу є натуралістичним?	
А) Використання минулого трансового досвіду;	В) Опис розслаблюючої сцени;
Б) Прогресивна м'язова релаксація;	Г) Метод рахунку.
10. НЛП-психотерапевт під час терапевтичної сесії більшу частину часу приділяє:	
А) Пошуку винних у ситуації, що склалася в житті клієнта;	В) Обговоренню тих речей, які не задовольняють клієнта, дратують і ослаблюють його;
Б) Бажаному результату клієнта;	Г) Власній рефлексії відносно запиту клієнта.