

DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2024.141.62>

СУГГЕСТОПЕДИЯ КАК ОДИН ИЗ СПОСОБОВ ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ

Обзор

Коннова О.В.^{1*}, Романова И.В.²¹ORCID : 0000-0002-3456-6278;²ORCID : 0000-0003-0063-0486;^{1,2} Астраханский государственный медицинский университет, Астрахань, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (vip.konnova[at]bk.ru)

Аннотация

В настоящее время все большую актуальность приобретают нестандартные методы обучения иностранному языку. Наибольший интерес вызывают психолингвистические техники воздействия и стимулирования когнитивных функций. Одним из таких прогрессивных методов является суггестопедия, метод изучения языка, разработанный болгарским психиатром и педагогом Георгием Лозановым, который считал, что применение суггестопедии к преподаванию иностранного языка может значительно повысить эффективность обучения и успеваемость учащихся. Данный подход был основан на силе внушения в обучении, идея заключалась в том, что позитивное внушение сделает учащегося более восприимчивым и, в свою очередь, стимулирует познавательную деятельность. Лозанов полагал, что расслабленное, но сосредоточенное состояние является оптимальным для обучения. Чтобы создать это расслабленное состояние у учащегося и способствовать позитивному внушению, суггестопедия использует музыку, комфортную и расслабляющую обстановку и отношения между учителем и учеником, которые сродни отношениям родителя и ребенка. Музыка, в частности, занимает центральное место в этом подходе. В отличие от других методов и подходов, в суггестопедии нет очевидной теории языка и нет очевидного порядка представления языковых элементов. Хотя существует множество способов и методов изучения и преподавания иностранного языка, методика суггестопедии по-прежнему остается популярной среди преподавателей и учащихся. Оригинальная форма суггестопедии, представленная Лозановым, состояла из использования расширенных диалогов, часто объемом в несколько страниц, сопровождаемых списками словарного запаса и замечаниями по грамматическим моментам. Данное исследование представляет собой обзорную статью, в которой представлена теоретическая информация о методе суггестопедии в изучении языка. С помощью этого метода изучающие иностранный язык раскроют свой учебный потенциал и сохранят информацию в памяти как можно дольше. В данной статье представлена справочная информация о суггестопедии, включая происхождение метода, его разработчиков как в России, так и за рубежом. Так же авторы представляют основные принципы данной методики, такие как принцип радости и ненапряженности, единства «осознаваемого – неосознаваемого», взаимосвязи «преподаватель – учащийся», описывают основные психологические барьеры, препятствующие обучению (логико-критический, аффективно-эмоциональный, этический). В завершении авторы приводят основные положительные и отрицательные стороны данного метода. На основании всего изложенного делаются выводы.

Ключевые слова: суггестопедия, интенсивная методика, обучение иностранному языку, психологический барьер.

SUGGESTOPAEDIA AS ONE OF THE WAYS OF TEACHING A FOREIGN LANGUAGE

Review article

Konnova O.V.^{1*}, Romanova I.V.²¹ORCID : 0000-0002-3456-6278;²ORCID : 0000-0003-0063-0486;^{1,2} Astrakhan State Medical University, Astrakhan, Russian Federation

* Corresponding author (vip.konnova[at]bk.ru)

Abstract

At present, non-standard methods of teaching a foreign language are becoming increasingly relevant. Psycholinguistic techniques of influencing and stimulating cognitive functions are of the greatest interest. One of such progressive methods is suggestopedia, a language learning method developed by the Bulgarian psychiatrist and educator Georgi Lozanov, who believed that the application of suggestopedia to foreign language teaching could significantly increase the effectiveness of learning and student performance. This approach was based on the power of suggestion in learning, the idea being that positive suggestion would make the learner more receptive and in turn stimulate cognitive activity. Lozanov thought that a relaxed but focused state was optimal for learning. To create this relaxed state in the learner and promote positive suggestion, suggestopedia uses music, a comfortable and relaxing environment, and a relationship between teacher and learner that is similar to that of parent and child. Music, in particular, is central to this approach. Unlike other methods and approaches, there is no obvious theory of language in suggestopedia and no obvious order of presentation of linguistic elements. Although there are many ways and methods of learning and teaching a foreign language, the methodology of suggestopedia remains popular among teachers and students. The original form of suggestopedia presented by Lozanov consisted of the use of extended dialogues, often several pages long, accompanied by vocabulary lists and remarks on grammatical points. This research is a

review article that provides theoretical information about the method of suggestopedia in language learning. Through this method, foreign language students will unlock their learning potential and retain the information in their memory for as long as possible. This article provides background information on suggestopedia, including the origin of the method, its developers both in Russia and abroad. The authors also present the basic principles of this method, such as the principle of joy and non-stress, the unity of "conscious – unconscious", the teacher-student relationship, and describe the main psychological barriers to learning (logical-critical, affective-emotional, and ethical). In conclusion, the authors cite the main positive and negative sides of this method. On the basis of all the above, conclusions are drawn.

Keywords: suggestopaedia, intensive methodology, foreign language teaching, psychological barrier.

Введение

Многие преподаватели из разных дисциплин приложили огромные усилия, чтобы найти методы обучения, подходящие для студентов, и некоторые из них создали свои собственные методы обучения, которые могут соответствовать существующим критериям преподавания. Суггестопедия нацелена на подсознание и предназначена для того, чтобы помочь учащимся преодолеть различные потенциальные психологические барьеры, которые негативно влияют на их обучение, прежде чем они войдут в класс, тем самым способствуя процессу обучения [7].

Разработанная болгарским педагогом Г. Лозановым суггестопедия – это метод преподавания иностранного языка, который направлен на ускорение процесса обучения путем предоставления учащимся комфортной обстановки в классе [8]. Лозанов считает, что применение суггестопедии к обучению иностранному языку может ускорить его изучение в три-пять раз по сравнению с традиционными методами. Однако, согласно Сковелу, суггестопедия – это псевдонаука без научной основы [9]. Сбор и анализ мнений различных лингвистов о методе обучения с помощью общих принципов может помочь учителям использовать элементы, которые обычно считаются полезными, и избегать элементов, которые таковыми не являются.

Концепция суггестопедии

Суггестопедия – это метод, разработанный болгарским психиатром и педагогом Георгием Лозановым. Это метод обучения, заимствованный из суггестологии, которую Лозанов описывает как «науку, занимающуюся систематическим изучением иррациональных или бессознательных влияний, на которые люди постоянно реагируют» [10]. Суггестопедия пытается использовать эти влияния и перенаправить их для оптимизации обучения. Наиболее поразительными особенностями суггестопедии являются оформление, мебель и расстановка в классе, использование музыки и авторитетное поведение учителя.

Поскольку люди, как правило, изучают иностранные языки в рамках формального образования, методы преподавания языков претерпели множество изменений на протяжении всей истории [11]. С шестнадцатого по девятнадцатый века эти методы, первоначально связанные с изучением греческого и латыни, постепенно развивались, язык преподавался главным образом с помощью грамматики, литературы и перевода [12]. Впоследствии акцент в методах преподавания языка сместился на освещение различных аспектов изучаемого языка.

К двадцатому веку появилось больше методов обучения иностранному языку, которые фокусировались на функциональных и интерактивных особенностях языка, а не на структурных и грамматических особенностях [13]. Суггестопедия – один из них. Она не концентрируется на структурном обучении иностранному языку, но стремится продемонстрировать язык учащимся посредством суггестивного обучения. При этом приоритет отдается психологическим и гуманистическим факторам, которыми непреднамеренно пренебрегают или намеренно игнорируют традиционные методы обучения иностранному языку.

Согласно Ричардсу и Шмидту, суггестопедия – это учебное приложение суггестологии, которое применяет влияние внушения на поведение человека [8]. Его также называют суггестопедией, десуггестопедией или методом Лозанова. Первые два термина представляют собой комбинацию двух слов: внушение и педагогика. Последний термин исходит от разработчика метода, профессора Георгия Лозанова, психиатра и психотерапевта, нейрофизиолога и педагога. Он изучал психологическую суггестию и применил свою разработанную суггестологию к педагогике. Г. Лозанов [4] определил суггестологию как «науку или искусство раскрепощения и стимулирования личности либо под руководством, либо в одиночку» и рассматривал суггестопедию как «суггестологию, применяемую в процессе обучения». Кроме того, термин «десуггестопедия» в настоящее время используется для обозначения устранения любых потенциальных ограничений на обучение [7].

В 1978 году ЮНЕСКО сочла суггестопедию чрезвычайно эффективной и рекомендовала ее к использованию во всем мире. В дальнейшем этот метод действительно вызвал интерес у большого числа педагогов всего мира. Результаты проведенных исследований показали, что такой подход обеспечивает необходимое сочетание эмоциональных и гуманистических факторов на занятиях по иностранному языку. Что касается его определения, то этот метод сочетает в себе принципы внушения с принципами педагогики. Поскольку этот подход включает в себя как эмоциональные, так и аффективные, а также когнитивные и психомоторные аспекты обучения, его часто называют психотерапией образовательного процесса в области психического здоровья [4]. В нашей стране представителями данного метода являются Китайгородская Г.А., Леонтьев А.А., Шехтер И.Ю. Адаптировав и разработав эти идеи, они стали ведущими специалистами по интенсивным методикам обучения иностранным языкам в Советском Союзе и затем в России. Многочисленные публикации сторонников интенсивных методик показали, что правильное применение методов интенсивного обучения позволяет достичь впечатляющих результатов в обучении иностранному языку как по объему усвоенного, так и по срокам обучения. Основным положением суггестопедии является использование скрытых резервов сознания [2].

Принципы суггестопедии

Суггестопедия основана на трех взаимосвязанных и взаимодействующих ключевых принципах, обобщенных следующим образом:

1. Принцип радости и ненапряженности [1]. Основной задачей педагога является устранение основных психологических барьеров, мешающих усвоению и попыткам воспроизведения усвоенной информации. Выделяют три основных вида психологических барьеров:

- Логико-критический барьер. Обучающийся отмечает, что другие добиваются успеха, но он никогда этого не сделает. «Я никогда не смогу это сделать», «У меня никогда не получится так, как у других», «Другие, возможно, смогут это сделать, но не я», «Я не могу справиться, потому что я никогда не изучал иностранный язык».

- Аффективно-эмоциональный барьер. Негативный предыдущий опыт, некомпетентность педагогов подрывают доверие учащегося. «Я не могу это выразить», «Сейчас я плохо себя чувствую, возможно завтра у меня все получится», «Можно я сделаю это следующий раз, спасибо», «Я чувствую, что если я попробую, у меня будет сильная головная боль. Может быть, лучше позже». «Я уже много раз пытался это сделать, но у меня это не работает».

- Этический барьер. Большинство людей убеждены, что обучение – это дорого, хлопотно и сложно. «Я думаю, что это немного обманчиво», «Я не думаю, что это уместно», «Это упражнение – непростая задача, что-то в нем не так», «Я каждый день делаю это, и ничего не меняется». Как выучиться и получить эту оценку за ограниченное время, я ни в коем случае не смогу этого сделать» [14].

Лозанов объяснил, что создание приятной учебной атмосферы может помочь учащимся уменьшить напряжение, страх, тревожность и другие негативные эмоции, связанные с обучением. Эти эмоции существуют в большинстве традиционных языковых аудиторий и обычно вызваны «неуверенностью в себе, возникающей в результате трудностей с пониманием, запоминанием и использованием материала, представленного в курсе» [4].

Кроме того, психическое и физическое давление, создаваемое традиционными классными комнатами и связанными с ними социальными обычаями, может легко препятствовать познавательной деятельности обучающихся; но когда студенты находятся в приятной и спокойной атмосфере, они, как правило, чувствуют себя расслабленными и счастливыми и, таким образом, могут проявлять сильную и устойчивую мотивацию к обучению.

2. Вторым принципом является единства «осознаваемого - неосознаваемого» и интеграция мозговой деятельности, которая фокусируется на рассмотрении человека как единого целого [1]. Другими словами, принципы суггестопедии указывают на то, что эмоциональные, когнитивные и психомоторные аспекты развития человека можно рассматривать как единое целое и что эти аспекты должны быть интегрированы посредством обучения.

3. Заключительным принципом суггестопедии является суггестивная взаимосвязи «преподаватель – обучающийся», принцип которой исходит из установления взаимных отношений в психотерапевтической практике [1]. Другими словами, этот принцип относится к социальным формам обучения человека, таким как групповое обучение, совместное обучение и социальное научение. Суггестивные связи в суггестивном групповом обучении могут помочь улучшить академическую успеваемость студентов, обучающихся с помощью суггестопедии. Такого рода взаимодействие способствует стимулированию их учебного потенциала.

Суггестопедия не уникальна среди образовательных методов, но она эффективна в стимулировании обучения. Для многих обучающихся овладение иностранным языком дается нелегко, изучение нового языка может вызвать у них страх и нервозность, поэтому преподаватели начинают искать наилучший способ обучения.

Занятия по методу суггестопедии проводятся в небольших группах. Это интенсивные уроки, с акцентом на создание привлекательной среды с низким уровнем стресса (включая активные и пассивные занятия с использованием музыкального сопровождения и сеансами релаксации) для овладения языком. Иногда изначально используется родной язык для объяснения нового материала, но обычно используется иностранный язык. Необходимо подчеркнуть, что языковые упражнения и диалоговые практики играют важную роль в преподавании и обучении. Перед практиками зачитывается весь диалог, данный обучающимся, затем расставляются акценты, а основные правила сопровождаются музыкальными отрывками и, при необходимости, описаниями на родном языке. Наконец, обучающихся просят запомнить диалоги с закрытыми глазами под музыку. Научные исследования показывают, что два полушария нашего мозга выполняют разные задачи. Левое полушарие отвечает за обработку информации, ее логическое усвоение, анализ, а правое – восприятие образов и творческое мышление. Соответственно, во время изучения языка человеческий мозг выполняет разные функции в правом и левом полушариях. Метод суггестопедии активизирует оба мозговых полушария и позволяет им работать в интерактивном режиме. По мнению экспертов, это способствует более быстрому запоминанию информации и более легкому ее воспроизведению.

При обучении по методу суггестопедии или интенсивной методики постоянно используется музыка. Согласно исследованиям, специально подобранные композиции способны ускорить процессы восприятия и запоминания. Во время прослушивания снимаются все психологические барьеры, происходит расслабление, но мозг продолжает активно воспринимать информацию. Обучающиеся переключаются с бета-волн с низкими частотами 18–23 Гц, на альфа-волны с частотой 8–12 Герц, которые способствуют восприятию, тем самым активизируя мозговую активность и способствуя быстрому запоминанию информации [13].

Положительные и отрицательные стороны методики

Подводя итоги, можно выделить определенные положительные стороны данного подхода в обучении иностранного языка:

Первое и самое большое преимущество – это результаты. Фактически, суггестопедия ускоряет процесс запоминания как минимум в 6 раз (во многих случаях до 10 раз) [13]. Это означает, что люди учатся гораздо быстрее, а запоминание информации происходит глубже по сравнению с другими методами.

Объем информации, которую обучающиеся усваивают во время суггестопедического курса, намного больше по сравнению с тем, что они получают с помощью других методов. Это означает, что люди приобретают больше знаний

за меньшее время. Преподаватели-суггестопеды переводят обучающихся с начального уровня на средний уровень за 72 часа.

Сам процесс обучения представляет собой поток приятных и игровых занятий, таких как языковые игры, музыкальные занятия, танцы и драматургия. Хотя обучающиеся подвергаются воздействию огромного количества раздражителей, они никогда не чувствуют давления, стресса или разочарования из-за этого. Ключевой момент заключается в том, что на суггестопедическом уроке все виды деятельности проходят в игровой форме.

Домашнее задание не требуется. Это еще одна интересная особенность. Процесс приобретения знаний происходит только во время занятий. Учащимся не нужно повторять уроки дома или делать домашнее задание.

Однако необходимо выделить и определенные отрицательные стороны данного метода обучения.

Одна из основных причин, по которой многие преподаватели суггестопедии не проводят подобного рода занятия, заключается в том, что им необходимо соблюдать первоначальную структуру, которая означает проведение около 3,5 часа уроков в день в течение месяца. Основная трудность, с которой сталкиваются многие преподаватели, связана с фактической доступностью обучающихся. Студенты должны посещать занятия 5 дней в неделю (в среднем) по 3,5 часа в день в течение месяца. Это довольно сложно, и не каждый в настоящее время может обеспечить такую доступность.

Преподаватель должен пройти специальное обучение, этому методу невозможно обучиться самостоятельно, используя только справочную информацию.

Подготовка к занятию требует колоссального количества времени. Помимо разработки основного теоретического материала, необходимо подготовить различного рода реквизиты, игрушки, упражнения, задания, плейлисты и так далее.

Аудитория для проведения подобного рода занятий представляет собой особый класс, специально предназначенный для суггестопедического курса. Кроме того, он должен быть всегда одинаковым на протяжении всего курса обучения – никакой смены обстановки. Кроме того, рекомендуется выбрать уютную комнату, больше похожую на домашнюю гостиную, а не на офисное помещение.

Заключение

Можно сказать, что метод суггестопедии, который выступает за улучшение обучения за счет увеличения возможностей использования человеческого мозга, внес определенное новшество в область преподавания иностранного языка. Однако данный метод не имеет глобального распространения из-за определенных сложностей подготовки процесса обучения, а также необходимости квалифицированной подготовки педагога. К тому же эта методика не может быть использована в многочисленных группах. Следовательно, преподаватель может применять данный метод частично, использовать некоторые его аспекты в соответствии с текущей ситуацией и потребностями учащихся. Вместо того чтобы полагаться на единую форму в процессе обучения языку, важно найти подходящий метод для каждой учебной ситуации. Есть несколько возможных объяснений того, почему кто-то не может быстро и легко освоить язык. Привлекая внимание к ключевым аспектам психологической составляющей проблемы, суггестопедия предлагает потенциальное решение одного из аспектов. Человек как психологическое существо должен иметь благоприятную среду обучения, свободную от барьеров, которые мешают его прогрессу при изучении языка. Преподаватель, который решает использовать данную методику на своих занятиях, должен осознавать всю ответственность и сложность подготовки подобных занятий. Так же важны отношения между преподавателем и обучающимся. Очень важно, чтобы студенты чувствовали себя непринужденно во время изучения языка.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Зинатуллина З.И. Принципы суггестопедии и ее возможности при обучении иностранному языку / З.И. Зинатуллина, В.Ш. Зинатуллин, Е.Ю. Чибисова // Альманах современной науки и образования. — Тамбов: Грамота, 2009. — № 4 (23). — Ч. I. — С. 87-90.
2. Денисова Л.Г. Место интенсивной методики в системе обучения иностранному языку в средней школе / Л.Г. Денисова // Иностранные языки в школе. — 1995. — № 4. — С. 6-12.
3. Китайгородская Г.А. Интенсивное обучения иностранным языкам / Г.А. Китайгородская // Иностранные языки в школе. — 1980. — № 2. — С. 67-73.
4. Лозанов Г. Суггестопедия при обучении иностранным языкам / Г. Лозанов // Методы интенсивного обучения иностранным языкам. — М., 1973. — Вып. 1. — С. 9-17.
5. Леонтьев А.А. Мыслительные процессы усвоения иностранного языка / А.А. Леонтьев // Иностранные языки в школе. — 1975. — № 5. — С. 72-76.
6. Никитина Т.В. Суггестопедический подход в применении технологии интенсивного обучения иностранному языку в институтах мчс / Т.В. Никитина. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suggestopedicheskiy-podhod-v-primenenii-tehnologii-intensivnogo-obucheniya-inostrannomu-yazyku-v-institutah-mchs> (дата обращения: 21.01.2024)

7. Larsen D. *Techniques & Principles in Language Teaching* / D. Larsen, M. Anderson. — Oxford: Oxford University Press, 2015. — URL: <https://acasearch.files.wordpress.com/2015/03/techniques-in-language-teaching.pdf> (accessed: 07.10.2023)
8. Richards J.C. *Longman Dictionary of Language Teaching and Applied Linguistics* / J.C. Richards, R.W. Schmidt. — London: Routledge. — URL: <https://archive.org/details/dictionaryoflanguageteachingandappliedlinguisticsbyjackc.richardsrichardschmidt> (accessed: 12.11.2023)
9. Scovel T. Review Suggestology and Outlines of Suggestopediy / T. Scovel // *TESOL Quarterly*. — 1979. — № 13. — P. 255-266. — DOI: 10.2307/3586214
10. Zainuddin H. *Fundamentals of Teaching English to Speakers of Other Languages in K-12 Mainstream Classrooms. 3rd Edition* / H. Zainuddin, N. Yahya, C.A. Morales-Jones et al. — Dubuque: Kendall Hunt Publishing Company, 2011. — URL: https://archive.org/details/isbn_9780757508509 (accessed: 20.11.2023)
11. Сачивко Я.В. Метод суггестопедии при обучении вокабуляру / Я.В. Сачивко // *Научный аспект*. — 2022. — Т. 1. — № 6. — С. 106-111.
12. Richards, J.C. *Approaches and Methods in Language Teaching* / J.C. Richards, T.S. Rodgers. — Cambridge: Cambridge University Press. — DOI: 10.1017/9781009024532.
13. Nurullah D. Suggestopedia: an effective way to teach and learn a foreign language / D. Nurullah. — 2022. — DOI: 10.21303/2313 8416.2022.002565
14. Попова К.В. Основы суггестопедической методики г. Лозанова в обучении иностранным языкам / К.В. Попова, Г.Ф. Дульмухаметова // *Проблемы теории и методики профессионального лингвистического образования. Материалы v международной научно-практической конференции*. — Казань, 2023. — С. 210-214.
15. Верижникова Е.А. О роли новых инновационных технологий в совершенствовании языкового образования / Е.А. Верижникова, А.А. Гегечкори // *Актуальные вопросы лингвистики и лингводидактики в контексте межкультурной коммуникации. Сборник материалов III Всероссийской научно-практической онлайн-конференции* / Под ред. О.Ю. Ивановой. — Орел, 2023. — С. 575-579.
16. Сачивко Я.В., Метод суггестопедии при обучении вокабуляру / Я.В. Сачивко // *Научный аспект*. — 2022. — Т. 1. — № 6. — С. 106-111.
17. Сидорова А.Е. Методологическая интеграция аффективных, когнитивных и психомоторных аспектов процесса обучения английскому языку: метод суггестопедии / А.Е. Сидорова // *Вестник педагогических наук*. — 2022. — № 5. — С. 55-60.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Zinatullina Z.I. Principy suggestopedii i ee vozmozhnosti pri obuchenii inostrannomu yazyku [Principles of Suggestopedia and Its Possibilities in Teaching a Foreign Language] / Z.I. Zinatullina, V.Sh. Zinatullin, E.Yu. CHibisova // *Al'manah sovremennoj nauki i obrazovaniya* [Almanac of Modern Science and Education]. — Tambov: Certificate, 2009. — № 4 (23). — Pto I. — P. 87-90. [in Russian]
2. Denisova L.G. Mesto intensivnoj metodiki v sisteme obucheniya inostrannomu yazyku v srednej shkole [The Place of Intensive Methods in the System of Teaching a Foreign Language in Secondary School] / L.G. Denisova // *Foreign languages at school*. — 1995. — № 4. — P. 6-12. [in Russian]
3. Kitaigorodskaya G.A. Intensivnoe obucheniya inostrannym yazykam [Intensive Teaching of Foreign Languages] / G.A. Kitajgorodskaya // *Foreign languages at school*. — 1980. — № 2. — P. 67-73. [in Russian]
4. Lozanov G. Suggestopediya pri obuchenii inostrannym yazykam [Suggestopedia in Teaching Foreign Languages] / G. Lozanov. // *Metody intensivnogo obucheniya inostrannym yazykam* [Methods of Intensive Teaching of Foreign Languages]. — M., 1973. — Iss. 1. — P. 9-17. [in Russian]
5. Leontyev A.A. Myslitel'nye processy usvoeniya inostrannogo yazyka [Thought Processes in Learning a Foreign Language] / A.A. Leont'ev // *Foreign languages at school*. — 1975. — № 5. — P. 72-76. [in Russian]
6. Nikitina T.V. Suggestopedicheskiy podhod v primenenii tekhnologii intensivnogo obucheniya inostrannomu yazyku v institutah mch [Suggestopedic Approach to the Application of Intensive Foreign Language Teaching Technology in the Institutes of the Ministry of Emergency Situations] / T.V. Nikitina. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suggestopedicheskiy-podhod-v-primenenii-tehnologii-intensivnogo-obucheniya-inostrannomu-yazyku-v-institutah-mchs> (accessed: 01/21/2024) [in Russian]
7. Larsen D. *Techniques & Principles in Language Teaching* / D. Larsen, M. Anderson. — Oxford: Oxford University Press, 2015. — URL: <https://acasearch.files.wordpress.com/2015/03/techniques-in-language-teaching.pdf> (accessed: 07.10.2023)
8. Richards J.C. *Longman Dictionary of Language Teaching and Applied Linguistics* / J.C. Richards, R.W. Schmidt. — London: Routledge. — URL: <https://archive.org/details/dictionaryoflanguageteachingandappliedlinguisticsbyjackc.richardsrichardschmidt> (accessed: 12.11.2023)
9. Scovel T. Review Suggestology and Outlines of Suggestopediy / T. Scovel // *TESOL Quarterly*. — 1979. — № 13. — P. 255-266. — DOI: 10.2307/3586214
10. Zainuddin H. *Fundamentals of Teaching English to Speakers of Other Languages in K-12 Mainstream Classrooms. 3rd Edition* / H. Zainuddin, N. Yahya, C.A. Morales-Jones et al. — Dubuque: Kendall Hunt Publishing Company, 2011. — URL: https://archive.org/details/isbn_9780757508509 (accessed: 20.11.2023)
11. Sachivko Ya.V. Metod suggestopedii pri obuchenii vokabulyaru [Suggestopedia Method in Teaching Vocabulary] / Ya.V. Sachivko // *Nauchnyj aspekt* [Scientific Aspect]. — 2022. — Vol. 1. — № 6. — P. 106-111. [in Russian]

12. Richards, J.C. Approaches and Methods in Language Teaching / J.C. Richards, T.S. Rodgers. — Cambridge: Cambridge University Press. — DOI: 10.1017/9781009024532.
13. Nurullah D. Suggestopedia: an effective way to teach and learn a foreign language / D. Nurullah. — 2022. — DOI: 10.21303/2313 8416.2022.002565
14. Popova K.V. Osnovy suggestopedicheskoj metodiki g. Lozanova v obuchenii inostrannym yazykam [Fundamentals of Mr. Lozanov's Suggestopedic Methodology in Teaching Foreign Languages] / K.V. Popova, G.F. Dul'muhametova // Problemy teorii i metodiki professional'nogo lingvisticheskogo obrazovaniya. Materialy v mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii [Problems of Theory and Methods of Professional Linguistic Education. Materials of the V International Scientific and Practical Conference]. — Kazan, 2023. — P. 210-214. [in Russian]
15. Verizhnikova E.A. O roli novyh innovacionnyh tekhnologij v sovershenstvovanii yazykovogo obrazovaniya [On the Role of New Innovative Technologies in Improving Language Education] / E.A. Verizhnikova, A.A. Gegechkori // Aktual'nye voprosy lingvistiki i lingvodidaktiki v kontekste mezhkul'turnoj kommunikacii. Sbornik materialov III Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj onlajn-konferencii [Current Issues of Linguistics and Linguodidactics in the Context of Intercultural Communication. Collection of materials of the III All-Russian Scientific and Practical Online Conference] / Ed. by O.Yu. Ivanova. — Orel, 2023. — P. 575-579. [in Russian]
16. Sachivko Ya.V. Metod suggestopedii pri obuchenii vokabulyaru [Suggestopedia Method in Teaching Vocabulary] / Ya.V. Sachivko // Nauchnyj aspekt [Scientific Aspect]. — 2022. — Vol. 1. — № 6. — P. 106-111. [in Russian]
17. Sidorova A.E. Metodologicheskaya integraciya affektivnyh, kognitivnyh i psihomotornyh aspektov processa obucheniya anglijskomu yazyku: metod suggestopedii [Methodological Integration of Affective, Cognitive and Psychomotor Aspects of the Process of Teaching English: the Method of Suggestionopedia] / A.E. Sidorova // Vestnik pedagogicheskikh nauk [Bulletin of Pedagogical Sciences]. — 2022. — № 5. — P. 55-60. [in Russian]