

Април 2013 г.



СУГЕСТОПЕДИЯ

ПЕДАГОГИКА НА ОСЪЗНАТИЯ И ВДЪХНОВЕН  
ПРЕПОДАВАТЕЛ



Проект „Стъпка след стъпка“  
НЧ „Бъдеще сега 2006“ | Сдружение „Европейски проекти“  
Фондация „Проф. д-р Георги Лозанов и Проф. д-р Евелина  
Гатева“



*Картината на корицата: The Poem of the Soul (Le Poème de l'Âme) от Anne-François-Louis Janmot (21 May 1814–1 June 1892)*

**Договор No:** BG 051PO001-4.1.06-0042

**Проект:** „Стъпка след стъпка“

**Бенефициент:** НЧ „Бъдеще сега 2006“

*Схема за предоставяне на безвъзмездна финансова помощ No: BG 051PO001-4.1.06 „Реинтеграция на отпаднали ученици в образователната система“*

**Проектът се осъществява с финансовата подкрепа на Оперативна Програма „Развитие на човешките ресурси“, съфинансирана от Европейския съюз чрез Европейския социален фонд**

**Включени теми:**

*Какво е сугестопедията? За сугестопедията и резервните възможности на ума. Сугестопедичен комплекс. Грешки при запаметяване. **Основи на десугестологията.** Десугестопедичен комплекс. Теория на обучението при десугестивната педагогика. **Принципи на десугестивната педагогика.** Групи средства за преподаване. **Седемте закона на десугестопедичната педагогика.***

*Този документ е създаден с финансовата подкрепа на Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“, съфинансирана от Европейския Социален Фонд. Цялата отговорност за съдържанието на документа се носи от НЧ „Бъдеще сега 2006“ и при никакви обстоятелства не може да се приеме, че този документ отразява официалното становище на Европейския съюз и Договарящия орган.*



## Какво е сугестопедията?

---

Сугестопедията е педагогическа наука, създадена от българския учен професор доктор Георги Лозанов – лекар, психиатър и физиолог на мозъка. Терминът е публикуван за първи път през 1965 година на български език и през 1967 на английски език. Науката е разпространена по целия свят през последните 50 години. 13 международни и национални комисии са наблюдавали и дали своята оценка за сугестопедичната система на обучение, в това число: комисии от министерството на народното здраве и министерството на просветата на НРБ през 70-те години, комисия от 8 български професори-лекари, директори на клиники и болнични заведения, професори от Харковската школа по психотерапия, 25-членна комисия на ЮНЕСКО, която посещава България през 1978 година и дава заключение, че това е по-висша методика на обучение за много предмети и много групи обучаеми.

Поради множество политически причини, сугестопедичната система на обучение, макар и родена в България, е получила по-широка възможност за развитие в много страни по света, предимно на европейския континент. Целта на проекта „Стъпка след стъпка“ е чрез обучение за реинтеграция на отпаднали от образователната система младежи и размяна на добри практики, сугестопедията да бъде върната в България и да намери достойно място в образователната система на страната.

Сугестопедията е социално-отговорна педагогическа система, която се грижи за развитието на потенциалните възможности, т. нар. резерви на човешката личност, както от психологически, така и от физиологичен аспект.

**Чрез сугестопедичния процес на обучение се постигат следните резултати:**

- Разкриване на интелектуалните, творчески, паметови резерви на човешката личност;
- Обучението винаги е съпроводено с ефект на почивка;
- Винаги се наблюдава повишаване на емоционалния тонус на личността;
- Освобождаване от страха към ученето и стимулиране на постоянната жажда за знания;
- Винаги има благоприятен образователен ефект, смекчава агресивните тенденции на характера на учащите и им помага да се приспособят към обществото;
- Обучението е придружено със значителен психопрофилактичен и психотерапевтичен ефект;

На физиологично ниво, имунната система на тялото се засилва по време и след процеса на възприемане на многократно увеличен материал.

## За сугестопедията и резервните възможности на ума

Проф. д-р Георги Лозанов казваше, че ние сме, метафорично казано, паднали ангели, заключени богове, хипнотизирани души, които са повярвали в своето ограничено нищожество. И са се примирили. Защото всяко излизане извън социо-хипнотично внушената норма за човешки възможности се наказва.

„Има, има безвреден, нехипнотичен път към заключенията в нас огромни потенциални възможности за ускорено хармонично развитие.“

*Колкото по-добре се използва мозъкът, толкова повече той се развива. И обратното...*

А този факт е добре известен по отношение на мускулите. Колко повече той трябва да бъде известен по отношение на мозъка. По този въпрос има достатъчно научни факти публикувани в стотици научни трудове в България и по целия свят.

### WWW:

[http://www.ted.com/search?cat=ss\\_all&q=how+braine+works](http://www.ted.com/search?cat=ss_all&q=how+braine+works)

В развитието на сугестопедията ни интересуват само тези изключителни явления, които са доказани от научните изследвания и винаги могат да бъдат демонстрирани от висококвалифицирани специалисти.

### Цели на сугестопедията:

- да се докаже, че човешката личност има много по-високи възможности, отколкото е прието в масовата обществена норма;
- да се анализира, доколко едни или други индивидуални постижения могат да бъдат очаквани при всички или при голяма част от обществото;
- да се предизвика интерес към търсене на методики.

## Сугестопедичен комплекс

---

Сугестопедично-десугестопедичното обучение освобождава резервен комплекс, характеризиращ се със следните особености:

1. Паметовите резерви, резервите за интелектуални дейности, резервите за креативност и резервите на цялостната личност се отварят. Ако не освободим многостранния резервен потенциал, не можем да говорим за сугестопедия.

2. Обучението винаги е съпроводено с ефект на релаксация или поне без усещане за умора. Ако по време на час учениците се изморят, не можем да говорим за сугестопедия.

3. Сугестопедичното обучение винаги е приятно преживяване.

4. То винаги има благоприятен образователен ефект, като смекчава агресивните тенденции в учениците и им помага да се адаптират към обществото.

5. В случаите на функционални заболявания или функционални елементи на органични заболявания се наблюдава значителен психопрофилактичен и психотерапевтичен ефект.

Под резерви ние разбираме неизявените, но генетично заложи и опериращи предимно в парасъзнанието, многократно по-големи от ежедневните, възможности на личността, които при това се подчиняват в известна степен и на различни от обикновените психофизиологични закономерности.

Измежду многобройните примери на сугестивно разкрити резерви, тук бихме посочили само за илюстрация следните:

### Хипермнезията

Свръхприпомнянето (при дълговременната памет).

Тази свръхпамет надхвърля многократно възможностите на обикновената памет. При катарзистните методи хипермнезията лежи, като един от лечебните механизми. Масово хипермнезията се получава в сугестопедичното обучение при здрави и болни, когато учебно-лечебният процес се провежда правилно.

**За хипермнезията, като съществен резерв са характерни следните специфични психофизиологични закономерности:**

- манифестира се след латентен период и без съзнателно усилие или внезапно и спонтанно;

- нарастващо припомняне без повтаряне на дразнителя (реминисцентен тип крива);



- амнестично покритие и потъване в парасъзнанието на основното смислово ядро от комплекса на дразнителя до „изваждането“ му в съзнанието;
- улесняване на първото припомняне при условията на емоционален стимул, асоциативни връзки на периферните перцепции и концентративна психорелаксация;
- голяма трайност на репродуцираните паметови следи;
- намалена уморяемост;
- значителна психотерапевтична, психохигиенна и психопрофилактична ефективност.

### Предизиканата хиперкреативност

Сугестираната или автосугестираната творческа свръхпродуктивност. Активира се интуицията и се създават състояния, близки

до вдъхновението, което външно се изразява в решително по-голямо от обикновеното творческо изявяване на личността. Така в редица опити е показано, че художествени, музикални и дори математически изяви могат (в съответствие с явните и потенциалните за дадена личност възможности) значително да се подобрят в количествено и качествено отношение. Сугестологичните експерименти показват възможност за ускорено творческо саморазвитие. И тук се наблюдават (буквално или с някои изменения - според спецификата на този резервен феномен) същите психофизиологични закономерности, които са характерни и за хипермнезията.

Макар и в неделима връзка със съзнанието, все пак основният „склад“ на потенциалните резерви е парасъзнанието.

### Грешки при опитите за запаметяване

Много често се оплакваме от трудности в запаметяването (не в разбирането и в творческото мислене). И колкото по-трудно е запаметяването, толкова по-неправилно се мъчим да запаметим учебен материал.

#### Какво правим:

- Избираме за запаметяване малки, трудни, безсмислени части, изолирано от Контекста.
- Повтаряме колкото може по-често материала - няколко пъти на глас, други пъти, като го преписваме многократно.
- Държим материала за запаметяване в центъра на съзнанието и вниманието си.

Използват се още редица други неправилни подходи, за да се улесни запаметяването. Съществуват обаче, редица данни за значително по-високите възможности на човешката памет. При определени обстоятелства тези повишени възможности не се ограничават до евентуално очакваните 10-20% подобряване на приетите средни възможности, но могат да достигнат над 200-300%. Тази свръхпамет в науката се нарича хипермнезия, супермемори, както започна да се среща в някои публикации.

*Спонтанността и съучастие на курсистите или учениците се осигурява поради характерната игра. Целият учебен процес е една особена, приятна, двупланова игра. Играйте! Играйте! Животът е игра със своите си емоции и амбиции.*

## Основи на десугестологията.

### Принципи и средства на десугестивната педагогика.

---

Десугестологията се опира на следните **три основни психо-физиологични основи:**

- Изолирани съзнателни дейности не съществуват. Съзнанието и парасъзнанието винаги действат неразделно.
- Всеки приет стимул се асоциира, кодира, символизира се многоизмерно и се свързва с различни минали състояния на ума.
- В своята комплексност стимулите винаги се свързват с динамиката на доминиращата различна креативност на състоянието на ума.

Тези три основи произтичат логично от съвременните психо-физиологични и психологични проучвания, потвърдени и в експерименталната работа в училище. От техния внимателен анализ може да се достигне до редица последващи изводи и практически развития в различни области. В случая нас ни интересува учебния процес. От тези основи става ясно, че линейното преподаване, както и преподаването на малки изолирани порции, особено когато са адресирани само към съзнанието и вниманието, каквато е тенденцията в масовата практика, е в противоречие с определени психофизиологични закономерности.



Поради това то не може да бъде ефективно. И разбира се, винаги ще води преподавателите до отчаяние. Такова едно преподаване, разчита само на обема на вниманието и съзнанието. То не търси връзка с парасъзнаваните функционални структури, където се осъществява дълготрайната памет. Изследванията в Института по сугестопедия потвърждават този извод.

Насочването на единиците за запаметяване към активното внимание активира само краткотрайната памет, където важи т. нар. Закон на Милър, който публикува през 1956 г. статията „Магическото число седем, плюс-минус две“. Преподавателите дори не знаят, че има една малка възможност да увеличат леко запаметяването, като уедърят паметовите единици. Например, тези 7 могат да бъдат букви, думи, цифри. Едно групиране и разумно уедряване позволява в рамките на този закон да се възприеме по-голям обем информация. Тези седем единици или групираня всъщност се доближават до нашето виждане за дълговременната памет. Когато изолираният информационен стимул „обраства“ с допълнителни асоциирани перцепции или с подходящ емоционален пълнеж, концентрираното внимание изпуска съзнателния контрол, и тогава парасъзнанието поема функциите на анализ и трайно фиксиране в мозъка/ума. Това едновременно обрастване с асоциации, представи, емоции и т.н. се извършва и без помощта на преподавателя и на методиката. Съгласно третата основа на десугестологията, мозъкът не възприема изолирани стимули. Винаги нещо от обстановката, атмосферата, от състоянието на ума на приемателя се слепва с основния стимул. Само така той може да се фиксира в дълговременна памет. За съжаление преподавателите не знаят за необходимостта от това и без друго извършващо се мигновено обрастване. Вместо да помогнат на този естествен процес, те го спъват. Така се стига до монотонното повтаряне на изолирани елементи, за да се подпомогне паметта, което е една невероятна безмислица. Много често, когато се настоява на това „голо“ запаметяване, с което се прави опит да се приучи мозъка да функционира противно на неговите закони, се стига до бърза умора и отегчение. А това от своя страна води до промяна на личността във всичките ѝ аспекти. Следователно, начинът на запаметяване има отношение и към развитието и здравето на обучаващия се, не е само въпрос за ефективност и дълбочина на разбирането на учебния материал. Стимулите не са доминиращи, но различните състояния на ума.

Най-подходящо и най-ефективно е обрастването на паметовия материал с естествени асоциации и емоции, които пък идват най-богато от специално подбрано изкуство от класически тип. Това рефлектира, както ще видим след малко, в средствата на десугестивната педагогика, където е определена специална група средства - средства на изкуството.



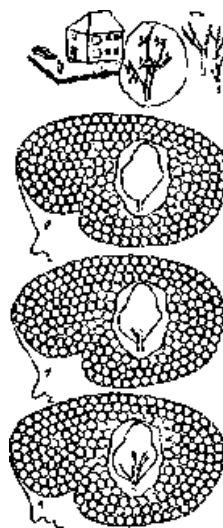
В рамките на така формулираните основи на десугестологията са уточнени и **принципите на десугестивната педагогика.**

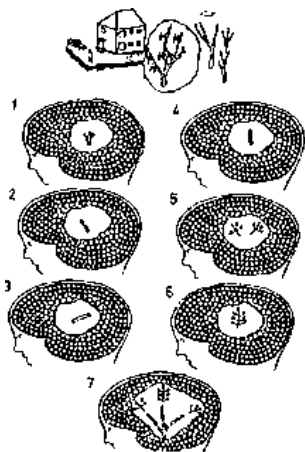
- Радостно и спонтанно концентративно спокойствие.
- Динамична, структурирана и йерархична глобалност - частното в общото и общото в частното; общото като частно и частното като общо.
- Десугестивна нагласа с цел спонтанно освобождаване на потенциалните възможности на ума.

Дори и беглият анализ на така формулираните принципи на десугестивната педагогика ще покаже, че тук не става дума за някаква техника, която може да се заучи и стереотипно да се повтаря. Необходимо е задълбочено усвояване на редица теоретични закономерности и практически подходи.

Трите принципа на десугестивната педагогика не могат да се разглеждат отделно и откъснато един от друг. Всеки един принцип е страна на другите два. Например, ако възприемем само първия принцип, радостно и спонтанно концентративно спокойствие, откъснато от другите два, ние можем да създадем едно весело, забавляващо обучение, но никога няма да успеем да изведем обучението на нивото на потенциалните /неизползваните/ възможности на мозъка и ума. Самото забавление без необходимите възпитателни качества и без сливането му с огромен учебен материал подсказва на курсистите и учениците, че обучението е наистина много труден неефективен процес. Затова са нужни кичове и „циркове“. Ако същевременно и учебният материал не е структуриран в съгласие с теорията за глобалността в учебния процес, според втория принцип, никакъв резултат не може да се очаква.

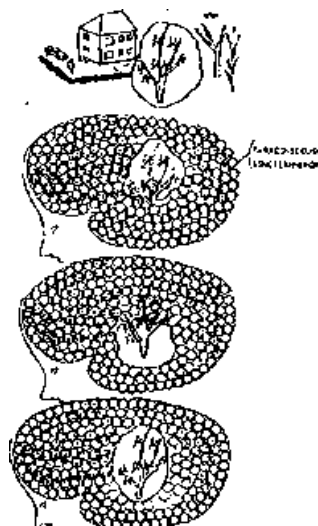
При **холизма** цялото е маркирано и няма нито структура, нито динамика, и най-важното, намира се в центъра на съзнанието и вниманието без да се оползотворява огромния потенциал на парасъзнанието.





**Парциално учене.** Елементите, които по-късно се обединяват, се запаметяват в центъра на съзнанието и вниманието. Но глобените части не могат да заместят цялото. То си остава цяло, но все пак глобено.

В диаграмата на сугестопедията глобалността има структура и динамика, и по-лесно задържа дълготрайната памет, като се включват парасъзнателните периферни перцепции.



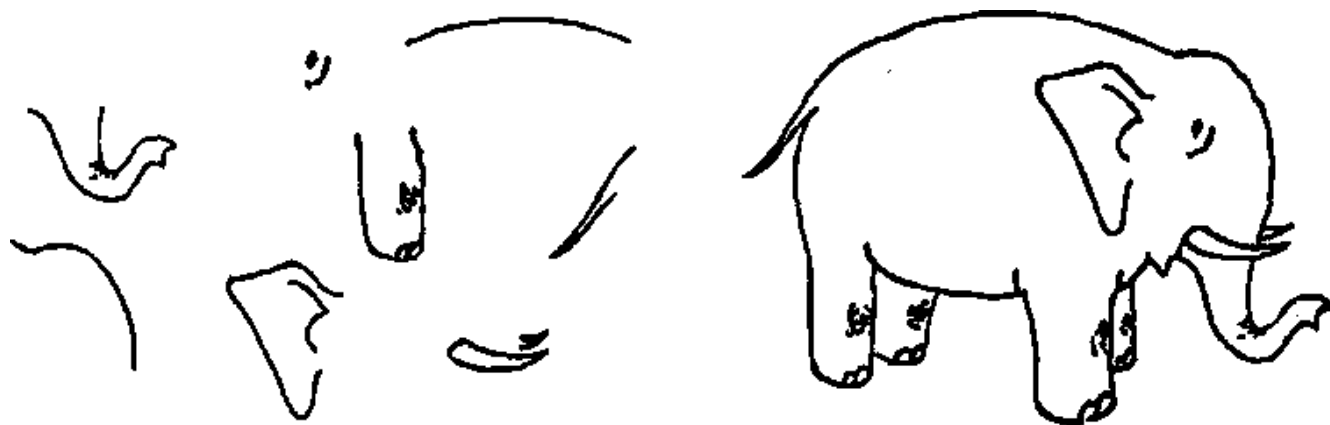
Ако се спрем на всеки от принципите по отделно, което на практика не бива никога да се прави, но за целите на нашия анализ тук, можем да дадем следните кратки обяснения:

1. Първият принцип чрез споменатите вече системи от игри и системи от хумор, както и чрез нагледните материали, които носят не илюстративен, а стимулиращ характер, а също и чрез цялостната учебна комуникация, гарантира необходимата ведра, некичова и високо стимулираща концентративна релаксация.

2. Вторият принцип има отношение главно към систематизирането на учебния материал в учебниците и нагледните материали, но също така и към поведението и системата на работа на преподавателя. Трябва добре да се разбере, че по каквато методика се учи, такива личности се създават. Затова ние смятаме, че традиционно изградената масова методика на учене (по откъснати елементи, които по-късно се свързват в цялост, т. нар. парциална методика)

има своето място главно при изучаване на науките, при научния анализ, но за масовото обучение на деца и възрастни тя е вече остаряла.

*Опитайте се да видите частите в цялото и цялото в частите.  
Ето това е принципът на действие на десугестивното обучение.*



Съвременният живот в идеалната и материалната сфера направи огромен скок напред. Необходимо е да се усвоява огромен материал. Необходимо е да се схващат глобални концепции и да се създават нови. Необходимо е да се изграждат по-широки виждания във всички сфери. Фиксираното внимание върху елемента, откъснато от цялото, най-често се застоява на това ниво и после по-трудно се обхваща голямото.

Не че е невъзможно, но е по-трудно. И освен това, понякога цялото не може добре да се осмисли. Типичен пример е обучението на децата да четат, като се почне от буквите. Много време минава, докато те се научат да сливат буквите и да получат думата, която има вече някакъв смисъл. Някои хора поради тази методика цял живот трудно осмислят прочетеното. При ученето на чужди езици по тази методика запаметяването на отделни думи и граматически правила още не значи, че ще може да се говори и да се осмисли чутото и прочетеното. Процесът на лекото разбиране и свободното пълно със смисъл говорене е бавен и мъчителен. Това допълнително създава психотравматична обстановка. Затова мнозина учат цял живот чужд език, но не могат да говорят.

Добре, ще кажат някои, тогава да учим холистично. Може отново да дадем пример с двата предмета - обучението по четене на малки деца и обучението на чужди езици при възрастни.

Холистичното учене на четене при децата - това е методът на целите думи или целите изречения. Но този метод беше изоставен на много места. **Защо?** Защото децата зазубрят първите 10-20 думи и понеже не познават буквите не могат да четат новите думи или ги четат с много грешки. И тогава този холистичен метод преминава към традиционния метод на буквите или на сричките. Подобно е положението и с обучението по чужди езици при възрастни. Там холистичността се изразява в четене на книги или свободни разговори без системно изучаване на граматика, фонетика, лексика и т.н. Говори се, но с много грешки. Отново е необходимо да се изучава и всеки елемент. Но това става при условията на фиксирани грешки. Ако учителят не е достатъчно пластичен в подхода, този процес също много се забавя.

Коя е причината за трудностите на холистичния подход? Причината е, че в него няма структура. Обучението е на големи дялове, но структурата се оставя на спонтанността или за допълнително изучаване, след като вече се е напреднало много по пътя на холистичността.

Трудностите при традиционните холистични подходи идват не само от това, че нямат структура, но още и от самия характер на тяхната холистичност или глобалност. Цялото при тях е веднъж завинаги дадено. То се оформя на базата на системата на предмета, който се изучава. Няма нищо общо със спецификата на личността в нейното многообразие от състояния, стигащи често до множественост на личността.

Съгласно втория принцип на десугестивната педагогика учебното съдържание в учебниците, в нагледните материали и в начина на преподаване трябва да се структурира със запазване йерархията в структурата, но частта, елементите да се виждат в цялото. Също така в елемента, частта да се види глобалното, от което то е част. Трябва също така да се приеме възможността глобалното да стане част от друга по-голяма глобалност, както и частта да стане глобалност, ако върху нея се фокусират интересите и вниманието. Тук не искам да се спирам на примера с атома и космоса, когато атомът също може да бъде един космос. Искам по-скоро да подчертая, че глобалността може да се променя пластично според това кой вариант на личността с нови интереси и емоции доминира в момента. Знае се, например, че нашите емоции могат да направят „от иглата слон“. Любовта, например, може да направи един човек, който е бил за нас само един елемент от обществото, неочаквано цял космос и смисъл на живота ни. Пабло Неруда илюстрира това динамично изменение на отношението и преживяването, което се отразява в нашата субективна глобална нагласа към дадено явление чрез неговите оди за различни предмети и зеленчуци. Така например, „одата за домата“ прави неочаквано един зеленчук измежду многото център на нашите преживявания. Човек добива чувството, че този домат, попаднал вече в центъра на съзнанието и вниманието му, е най-важното нещо за него.



Едва ли не целият свят е структуриран под доминиращата йерархична позиция на домата. Разбира се, казаното дотук не изменя основните принципи за глобализиране на учебното съдържание. Необходимо е само да се помни, че и личността привнася нещо от себе си в този процес. И то трябва да се оползотвори.

#### **Принципите на десугестивната педагогика:**

- Радостно и спонтанно концентративно спокойствие.
- Динамична, структурирана и йерархична глобалност - частното в общото и общото в частното; общото като частно и частното като общо.
- Десугестивна нагласа с цел спонтанно освобождаване на потенциалните възможности на ума.

3. Третият принцип на десугестивната педагогика подсказва, че след като имаме необходимото душевно състояние, съобразно първия принцип, след като имаме необходимото динамично структуриране на учебния материал съгласно втория принцип, **трябва да се създаде и нагласа на освобождаване на потенциалните възможности на мозъка и ума.**

Тук особено важно е това, че тази нагласа трябва да бъде спонтанно създадена от самия обучаващ се. Майсторството на преподавателя е да проведе учебния комуникативен процес на нивото на потенциалните възможности на личността на обучаващите се.

Разбира се, влияния до някаква степен на сугестивност има неизбежно при всеки комуникативен процес, както вече беше казано. При десугестивната педагогика преподавателят не прибегва и до най-малкия натиск или настойчивост.

Той просто комуникира в сферата на неизползваните възможности на мозъка и ума. Така обучаващият се има усещането, че постига всичко, помощта на учителя е просто една протегната приятелска ръка. Разбира се, и тази комуникация е въпрос на обучение и практика на учителя.

На базата на посочените основи на десугестологията и на посочените принципи на десугестивната педагогика са изградени конкретни групи средства за оформяне на една или друга методика - например, по различни предмети, за различни възрасти и т.н. Тези групи средства са: психологически, дидаткически и артистични (в смисъл средства на изкуството).

Психологическите средства включват преди всичко цялостната организация на учебната комуникация. Важно е как ще се организират периферните перцепции. Те трябва да бъдат не толкова с илюстративен характер, а повече със стимулираща организация.

Не само таблата с учебно съдържание по стените са периферни перцепции, но цялата атмосфера в класната стая. Класната стая трябва да отговаря на хигиенните изисквания и същевременно да е естетично подредена. Не е нужно да е натруфена.

Една не особено богата учебна обстановка най-често е много по-естетична и приемлива за обучаващия се, отколкото прекомерно и явно преднамерено обременената стая с излишни украси. Особено важно е учебните табла да са художествено и с вкус изработени. Преподавателят трябва да е свеж, да вдъхва спокойствие и удовлетворение от работата. Да не се забравя, че обучаващите се несъзнателно имитират всичко, което виждат, чуват и усещат. Преподавателят да помисли също за свежестта на гласа си. Добре е преди занимания да прави малки гласови упражнения, които могат да се изразяват дори в изпяването на една-две песни със стимулиращ и мелодичен характер.

Дидактичните средства бяха отчасти разгледани при анализа на принципите на десугестивната педагогика. Материалът трябва да се структурира съгласно тези принципи. Динамичната йерархично-структурна глобалност трябва да се съблюдава не само в учебника, но и в преподаването на учителя. Разбира се, материалът за работа в един учебен час трябва да бъде два-три до десет пъти по-голям от това, което се предвижда в традиционното обучение. Уедрената методическа единица дава възможност да се хвърли цялостен поглед върху основните закономерности в изучавания материал. Обобщеността на кодовете позволява, освен това, да се преодолее и предвидената ограниченост на кратковременната памет. Този принцип изисква смисловост при обучението, избягване на многократните упражнения на детайлите и степенувано въвеждане на новите учебни предмети. Избягва се йерархията на навиците, създава се висока мотивация и се стимулира креативността.

Тук има една важна особеност - докато вниманието е привлечено в смислово и съзнателно разбираемото обобщено цяло, парасъзнаването възприятно-мисловни процеси обработват и подразбиращите се елементи, включени в цялостния код.

Например, при обучението по чужди езици, вниманието се насочва към цялостното изречение, към неговата смислова комуникативна страна, към мястото му в малката занимателна житейска ситуация. В същото време произношението, лексиката, граматичната основа, моделът остават в голяма степен на втори план. Те също се усвояват, но обученият преподавател обръща само за миг внимание на тях и отново веднага се връща към смисловото начало. Значителна част от тези елементи се усвояват още в състава на цялото и без да се спират на тях.

*При обучението по четене, например, малките деца не учат отделни букви, които да свързват след това в срички, думи и изречения. Но те не учат и по метода на целите думи, без да се интересуват от буквите. Те усвояват смисловите цялости - думи или малки изречения, а буквеният състав узнават на втори план, като скрита картина в илюстративния материал, като вниманието е насочено най-често към цялото.*

Съгласно третия принцип на сугестивната педагогика той трябва да подпомага създаването на нагласа на увеличени възможности за усвояване. А съгласно втория принцип той трябва да се структурира така, че веднага да се вижда цялото с неговите вътрешни връзки. Едновременно да се виждат и частите, елементите, но като част от цялото, а също така и като части евентуално на други цялости. Частите трябва да носят в себе си според принципа на холографията спецификата на цялото. Всичко да се отразява във всичко.

Артистичните средства, средствата на изкуството, както вече споменахме, са най-доброто средство за „обрастване“ на паметовия материал. Но те са също така с висока мотивационна сила. Изкуството в нашия учебен процес не е просто забавление.

Артистичните средства на сугестопедията въвеждат особен тип освобождаващо-стимулиращо дидактизирано изкуство (музика, литература, актьорско майсторство и др.) в учебния процес. Те не са етап на илюстрираност в учебния процес, а са споени с учебното съдържание. Те подпомагат сугестопедичната психологическа оркестрация, като въвеждат на втори план изобилие от хармонизирани периферни перцепции. Артистичните средства не само създават приятна атмосфера при възприемането, запаметяването и разбирането на основните знания, но те значително повишават сугестивната нагласа на резерви, отношението, мотивацията и очакването. Чрез средствата на изкуството още веднъж се усвоява част от учебния материал. След това, работата на учителя става особено лесна и приятна.

В експерименталните училища бяха направени редица експерименти в това отношение. В таблицата е показан резултатът от дидактичните сугестопедични спектакли при усвояване на нов материал по математика у деца от първи клас.

Усвояване на материал по математика, чрез средствата на изкуството при деца от първи клас

Клас	Брой ученици	Вид контролна работа	Правилно решени задачи %
Първи	1 312	Входно ниво - преди спектакъла	57
Първи	1 312	Изходно ниво - след спектакъла	74

Както е видно от таблицата, веднага след спектакъла децата са усвоили неусетно значителна част от учебния материал. Разликата е статистически достоверна  $/p < 0,001/$ .

При обучението по всички предмети - както при децата, така и при възрастните - сугестопедичните дидактизирани спектакли дават винаги, когато са правилно организирани, положителен резултат.

Този материал на втория ден нараства без да са се занимавали с него междувременно. Тук се проявява сугестивната закономерност за спонтанното късно припомняне, която беше вече посочена. Всички разлики са статистически достоверни  $/p < 0,001/$ . Експерименталните проверки за решаване проблеми по аналогия на подадения в спектакъла материал са особено положителни - учениците не само запаметяват, но и пренасят наученото върху други сродни проблеми.

Изследванията ни върху ролята на концертния сеанс при чуждоезиковото обучение на възрастни показва също, че при този етап се усвоява в дълговременната памет, най-голям процент от новия материал.

Предполага се, че преподавателят ще има известни теоретични познания по изкуството, а и ще може сам да си служи с някои музикален инструмент, да пее или в крайна сметка да включва на подходящо място подходящи записи в класната стая.

Използвайки описаните три групи средства, съобразени с принципите на десугестивната педагогика, а също така и с неспецифичните комуникативни фактори, може да се създават методи за обучение по различни предмети и за различни възрасти, както и да се организира цялостната учебна комуникация на преподавателя. Разбира се, става въпрос за учебната комуникация при нашите методи за оползотворяване на подтиснатите от обществената сугестивна норма потенциални възможности на личността.



## Теория на обучението при десугестивната педагогика

Методите на десугестивната педагогика оперират в областта на резервите на мозък/ума (неизползваните възможности на мозък/ум).

Какво означава да се каже, че една методика оперира в областта на резервите на мозък/ум? Това преди всичко означава, че методиката не е „алтернативна“ на някаква друга методика. Това е една нова култура. Това е едно необичайно резултатно обучение, при което вместо умора има почивка, вместо разболяване от претоварване оздравяване, вместо дезалиенизация (дезангажира) - социализация и вместо автоматична подчиняемост на внушаваните с векове ограничителни норми за капацитета на мозък/ум - свободно, но същевременно организирано и целенасочено обучение и развитие чрез спонтанно всмукване на знанията, както гъбата всмуква водата, без типичната за обикновеното обучение демотивация.

Ясно е, че в такъв случай се налага в основата на тази учебна комуникация, десугестивна учебна комуникация, е необходимо да има теория.

Теорията при десугестивната педагогика произлиза от всичко това, което беше казано до тук. Трябва да напомня, обаче, че то е само едно резюме. Но то е достатъчно да се добие една обща представа.

Преди всичко не бива да се забравя, че обучаваната личност е една цялост - не се обучава на чужд език само някаква област на мозъка; цялата личност взима участие. Затова и една теория, за да отговаря на действителността, трябва да има глобално-интегративен характер. Теория на десугестопедията има лингвистична страна, психологическа страна, анатомо-физиологическа страна, а също така и художествена, педагогическа и психотерапевтична страна. Всичко това взима участие във всичко. Тези страни на нашата единна теория бяха описани накратко до сега.

**Ще изредим някои от особеностите на всяка една от тези страни на общата теория.**

### **Лингвистичната страна на теорията включва:**

1. Необичайно голям обем на материала за всеки урок и за целия курс.
2. Особено структуриране на материала – глобалност - елемент, елемент - глобалност или цялото съставено от отделни части и частта от цялото.
3. Внимателно планиране на пасивното знание, както и на активното.

### **Психологическата страна на теорията включва:**

1. Неспецифичните комуникативни фактори.
2. Теорията на множествена личност.
3. Основите на десугестологията и принципите и средствата на десугестивната педагогика (описани по-горе).

**Анатомо-физиологическата страна на теорията включва:**

1. Локализационните и холографските теории за функцията и структурата на мозъка.
2. Фасетната функционална структура на мозъка.

**Художествената страна на теорията включва:**

1. Теорията за прилагане на класическия тип изкуство.
2. Теорията на използване изкуството не като етап на отмора, нито за забавление, а като интегриран елемент на системата.

**Общо педагогическата страна на теорията включва:**

1. Принципите и средствата на сугестопедията (описани по-горе).
2. Особено важното изискване: „Преди всичко не вредете“.

**Психотерапевтичната страна на теорията включва:**

1. Обществената сугестивна норма.
2. Типовете човешка комуникация от гледна точка на свободата и развитието на личността.
3. Системата „смях“, не като отмора, а като интегриран елемент.

Разбира се, данните са дадени схематично. Важно е да се знае, обаче, че това не са 6 „залепени“ теории, а това е една единна теория, която си има своите страни повече или по-малко отнасящи се до една или друга област на науката и изкуството.

**Седемте закона на сугестопедията**

---

**Високите резултати се постигат, чрез няколко фактора:** Внимателно построена, научно експериментирана и изследвана система на обучение, която почива на следните закони, **conditio sine qua non:**

1. Любов към човешкото същество.
2. Свобода на избор от голямо разнообразие на стимули.
3. Убеденост на преподавателя, че нещо необикновено, различно от обществената сугестивна норма се случва.
4. Многократно увеличен учебен материал.

5. Връзката Цяло-част, част-цяло. Частта чрез цялото при създаване на материали, програми, динамиката на учебния процес.
6. Златната пропорция, която съществува навсякъде в природата и в класическите произведения на изкуството. На психологично ниво се изразява като индикатор на липсата на умора.
7. Използване на класическото изкуство По време на учебния процес както при деца, така и при възрастни, широко се използват шедеври на класическото изкуство, за да се създаде необходимата атмосфера, която да подпомогне възприемането на нови знания, като се подобрява културата на обучаеми и обучители.

Задълбочено подготвени професионалисти, специалисти в областта си и обучени в сугестопедичната система от най-добрите сугестопедагози – обучители. Изисква се прилагане на системата в подходящи места за сугестопедично обучение, където се срещат духа на науката и на изкуството, за да изградят защитена, хармонична и уютна среда.

**Важно:** Учебна практика, която не е съобразена с всичките страни на теорията, крие опасности от лоши резултати. Затова по тази методика могат да работят само обучени преподаватели, които са получили заверен сертификат от Фондация „Проф. д-р Георги Лозанов и Проф. д-р Евелина Гатева“.

