



Бр.1, Год.1

## ПРОФЕСОР ДОКТОР ИЛИЯ ПЕЕВ

Възможности за  
приложение на  
сугестопедията за  
формиране и развитие  
на комуникативните  
умения и управленската  
култура на морските  
командни кадри като  
фактор за  
безопасността на  
корабоплаването през  
21 век

## ТОДОР ТЕРЗИЕВ

Къде Соня Дугал се  
различава от  
внушението в  
клиниката?

## МИГЛЕНА ЛАЗАРОВА

Сугестопедията -  
възможност и  
необходимост в  
съвременното  
предучилищно  
образование

## СЪДЪРЖАНИЕ:

### ВАНИНА С. БОДУРОВА - 02

Думи на приветствие към  
читателите

### ПРОФЕСОР ДОКТОР ИЛИЯ ПЕЕВ - 03

Възможности за приложение  
на сугестопедията за  
формиране и развитие на  
комуникативните умения и  
управленската култура на  
морските командни кадри като  
фактор за безопасността на  
корабоплаването през XXI век

### ТОДОР ТЕРЗИЕВ - 23

Къде Соня Дугал се различава  
от внушението в клиниката?

### МИГЛЕНА ЛАЗАРОВА - 29

Сугестопедията- възможност  
и необходимост в  
съвременното предучилищно  
образование

### СТАНИСЛАВА ВАСИЛЕВА ТОТЕВА - 35

Сугестията при най-малките  
деца

### ХРИСТИНА ДИМИТРОВА ДИМИТРОВА - 39

Приложението на  
технологииите в  
сугестопедично занимание в  
детската градина

### ИСКРА КОЛЕВА - 44

Значението на слабите  
сигнали

### АНГЕЛИНА РУМЕНОВА - 47

Радостта от пътуването или  
как се създава английски  
сугестопедичен учебник

### МИЛЕНА МИЛЕВА - 49

Семейно-родова динамика и  
сугестопедия

### СВЕТЛАНА СТОЯНОВА - 52

Сугестопедия и творчество

### КАТЯ СТЕФАНОВА - 54

Сугестопедия и време

### ИРЕНА МЛАДЕНОВА - 56

„Едно писмо“

### SEMRA ÇELİKTAŞ - 59

Creating Wholeness in  
Education through Art &  
Aesthetics

### SEÇİL BESLER TÜRKÖZ - 63

Gerogi lozanov's theory of  
suggestion in its relation to  
human potential

### ВАНИНА С. БОДУРОВА - 79

Любов по време на холера  
или Катарзис в  
сугестопедичния учебен  
процес във време на  
обществени ограничения

Мили читатели,

добре дошли на страниците на списание „Класическа сугестопедия“!

Днес, в чест на 95 годишнина от рождението на професор доктор Георги Лозанов, за нас е чест да обявим първия брой на периодичното издание, което събира споделянето на наблюдения, изследвания, преживявания и чувства, свързани със света на Сугестопедията, която професор доктор Лозанов създаде.

Като изпълнение на една от препоръките на експертната комисия на ЮНЕСКО от месец декември 1978 година, Фондация „Професор доктор Георги Лозанов и професор доктор Евелина Гатева“ заложи публикуването на периодично издание още с учредяването си през март 2010 година. Наситеният живот на Фондацията от първите 11 години на съществуването ѝ изведе на преден план другите две области от препоръките: обучение на преподаватели и създаване на центрове.

Днес настъпи часът за въвеждане и на списание „Класическа сугестопедия“. То ще се публикува на два езика – български и английски, и в известна степен ще се стреми да бъде наследник на изданието „Сугестопедия и сугестология“. Преподавателите и изследователите вече имат свое достойно място на глас, което ще направи мост между различните поколения специалисти в тази така нова, необятна и актуална област.

На добър час!

Ванина С. Бодурова,

Фондация „Професор доктор Георги  
Лозанов и професор доктор Евелина Гатева“

ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА ПРИЛОЖЕНИЕ НА СУГЕСТОПЕДИЯТА ЗА ФОРМИРАНЕ  
И РАЗВИТИЕ НА КОМУНИКАТИВНИТЕ УМЕНИЯ И УПРАВЛЕНСКАТА КУЛТУРА  
НА МОРСКИТЕ КОМАНДНИ КАДРИ КАТО ФАКТОР ЗА БЕЗОПАСНОСТТА  
НА КОРАБОПЛАВАНЕТО ПРЕЗ ХХІ ВЕК  
(ИНОВАЦИИ В МОРСКОТО ОБРАЗОВАНИЕ НА БЪДЕЩЕТО)

ИЛИЯ П. ПЕЕВ \*, ВАНИНА С. БОДУРОВА \*\*  
\* ВИСШЕ ВОЕННОМОРСКО УЧИЛИЩЕ “Н. Й. ВАПЦАРОВ”  
\*\* СУГЕСТОПЕДИЧНО УЧИЛИЩЕ „НАУКА И ИЗКУСТВО  
ЗАЕДНО”, ГР. СЛИВЕН

## Abstract:

The International Maritime Organization and the European Commission for Navigation Safety place the stress on the safety culture of navigation as part of the value system of the seamen. A priority which has been gaining more and more impetus since the Manila amendments of the Convention STCW “1978/1995/2010”

The possibilities which have so far been unused in the sphere of the preparation of the senior naval staff can be found in Suggestopedia, developed in the scientific work of Dr Georgi Lozanov. It is an effective communicative method at the level of the hidden reserves of the human mind and human abilities. Suggestopedia (Reservopedia) is a theory and practice of the liberating-stimulating communicative pedagogy at the level of the hidden reserves of the human mind.

The purpose of the report is to present a vision about the possibilities and effectiveness of the desuggestive system of learning and teaching ( Suggestopedia) of the Senior naval staff in order to form and develop their communicative skills and leadership culture as a factor for the navigation safety of the 21 century.

As a result of the research three suggestions have been made:

1) To conduct a fundamental research in the Navy Academy on the possibilities of Suggestopedia for the formation and development of communicative skills and leadership culture of the Sea officers from the Merchant Marine and the Navy Force.

2) To develop a suggestopedic methodology for the preparation of the senior naval staff in the Navy Force and Merchant Marine

3) To elaborate a long term strategic project at the Naval Academy N. Y. Vaptsarov: a critical analysis and possibilities for a creative application of the experience gained at the Centre of Suggestology and Development of personality at the University of Sofia “St Kliment of Ohrid”, the International Centre of Desuggestology in Vienna and the Teacher Training Centre in Viktorsberg, Voralberg, Austria, all of them created and directed by Prof. Dr Georgi Lozanov.

**Key words:** Suggestology, Suggestopedia, Senior Naval Staff, Communicative Skills, Leadership Culture, Navigation Safety

Добротата - основна цел на възпитанието:

“Да се научи на добро свободния човек е повече, отколкото да се освободят робите!”

Омар Хаям (1048-1123), персийски учен, педагог, поет - автор на около хиляда четиристишия (рубай), математик, философ, лекар, астролог, астроном, създал карта на звездното небе и обсерватория

“Прави добро на другите!”

Генерал-майор Константин Кирков (31.08.1869 – 01.09.1920), „Записки по военна педагогия“, 1900

„България има нужда от финес в отношенията, особено определени групи от хора като педагози, лекари. Първата стъпка при обучението е усмивката. В медицината има дума за това – плацебо.

Усмивката е в основата на всичко. Тя разтопява дори лошия човек. Българите сме малко мнителни, но усмивката все пак върши работа. Защо да използваме мечове и ятагани, когато можем да бъдем миролюбиви?

Не може да има Сугестопедия, ако няма Любов! Без Любов няма Сугестопедия!

Use your brain and follow your heart!

Използвай мозъка си и следвай сърцето си!

Това е Сугестопедия!

Професор д.м.н. Георги Лозанов, д.м. (22.07.1926-06.05.2012), учен, психиатър, психотерапевт, физиолог на мозъка, педагог, създател на Сугестологията и Сугестопедията-Резервопедията

### Въведение:

Педагогиката на висшето училище, преподаването на психологията и научните психологически изследвания във ВВМУ “Н. Й. Вапцаров” през 90-те

години на XX век и първото десетилетие на XXI век са свързани с редица предизвикателства, продиктувани главно от **смяната на парадигмата** за подготовката на командни кадри за Българската армия, Военноморските сили, Гражданския флот и Морската индустрия. Извършва се нелек и продължителен преход от “Субект-Обектния” подход към “Субект-Субектен” подход, който изисква промяна в мисленето, нагласите, аксиативната система, човешките отношения и поведението, мотивацията, инициативата, креативността, дисциплината, отговорността, самостоятелността, лидерския модел и психическата закалка на морските кадри. Измененията в стандартите и критериите към морските кадри безспорно налагат **нова визия** за методологията, дидактиката, методиката, теорията на възпитанието, управленския стил и мениджмънта на морските университети.

През последните 15-20 години се осъществи смяна на концепциите за войната и подготовката на войските за асиметрични и високотехнологични мрежово-центрични войни, разработиха се нови военни стратегии и доктрини в системата на НАТО, които поставят в центъра интелигентната отбрана и интелектуалните способности на военнослужещите, а това изисква качествено ново отношение към креативността и творческите способности на офицерския състав, развитие на човешкия потенциал и нови мисловни модели на военните кадри.

Международната морска организация (ИМО) и Европейската агенция за морска безопасност (ЕАМБ) поставят акцента върху културата на безопасността на корабоплаването като част от ценностната система на моряците, което

придобива все по-голяма актуалност във връзка с прилагането на Трите пакета за морска безопасност (Ерика I, II и III) и Манилските поправки на Конвенцията STCW '1978/1995/2010.

Системата от психотерапевтични методи и психологически тренинги, които се използват във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“, допринесе за издигане авторитета на Морското училище като водеща академична институция за приложение на интерактивните методи на обучение и възпитание на командните кадри на Военноморските сили и Гражданското корабоплаване.

Всичко това направи психологията като учебна дисциплина по-атрактивна и по-креативна, тя зае по-значимо място в професионалната подготовка на морските кадри от трите нива: управленско, оперативно, изпълнителско.

Неизползвани възможности до сега за подготовката на морските командни кадри се съдържат в сугестопедията, развита в научните трудове на професор д-р Георги Лозанов, която е ефективен комуникативен метод за скритите резерви на човешката психика и човешките способности. Сугестопедията (Резервопедията) е теория и практика на освобождаващо-стимулиращата комуникативна педагогика на нивото на скритите резерви на човешкия ум.

**Целта на доклада** е да представи визия за възможностите и ефективността от десугестивното обучение (сугестопедията) на морски командни кадри за формиране и развитие на техните комуникативни умения и управленската им култура като фактор за безопасността на корабоплаването през XXI век.

**Масшаби ограничения:** Изследвани са само психологическите и педагогическите аспекти на образованието във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“.

### **I. Приносът на ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ в приложението и развитието на интерактивни педагогически и психологически технологии в подготовката на морските командни кадри**

Богатата история на Морското училище от неговото създаване на 9 януари 1881 година до наши дни свидетелства, че в развитието му са заложили както здрави образователни и възпитателни традиции, така и новаторската интуиция на академичния състав за непрекъснато обогатяване на психолого-педагогическата практика с иновативни методи, които са в тон с настъпващите промени във времето и съответстват на растящите стандарти и изисквания към командните кадри.

Ако се доверим на мъдростта „Денят се познава от сутринта“, ще видим, че още от зората си морското образование в България е положено върху здрави темели и се развива на основата на най-напредничавите психологически и педагогически концепции. Голям духовен заряд се съдържа още в първия български учебник по военна психология и педагогика, ласкаво наречен с позабравената вече дума „Записки по военна педагогия“ [4], който е издаден през 1900 година и изпреварва аналогични американски и европейски издания с четвърт век. Автор на учебника „Записки по военна педагогия“ е издаден от ентузиазирания капитан от артилерията Константин Христов Кирков, възпитаник на Артилерийската инженерна академия в Торино, Италия. Учебникът на капитан Кирков по военна педагогия бързо печели не само национално, но и международно признание, като намира приложение в руски и западноевропейски



военни училища. В края на XIX век и началото на XX век Константин Кирков разглежда военното обучение като взаимодействие и хармония между три основни компонента в рамките на триадата:

- 1) Душевен (психичен), когнитивен компонент – УМ, център на нравствената природа на човека;
- 2) Психо-соматичен и афективен компонент – ЕМОЦИИ И ЧУВСТВА;
- 3) Волеви (конативен) компонент – ВОЛЯ (конация) като осъзната и несъзнавана същност.

Още през 1900 година Константин Кирков разработва жизнено важните проблеми за воинския морал и воинското другарство, за кохезията и екипността в работата на триадата:

- 1) Душевен (психичен), когнитивен компонент – УМ, център на нравствената природа на човека;
- 2) Психо-соматичен и афективен компонент – ЕМОЦИИ И ЧУВСТВА;
- 3) Волеви (конативен) компонент – ВОЛЯ (конация) като осъзната и несъзнавана същност.

Още през 1900 година Константин Кирков разработва жизнено важните проблеми за воинския морал и воинското другарство, за кохезията и екипността в работата на командирите, за вярата с нейните многостранни измерения – вяра в собствените сили, вяра в оръжието и средствата за спасяване, вяра в командирите и другарите. Ключовата дума тук е солидарност: солидарност и доверие към оръжието; солидарност и доверие към другарите, солидарност и доверие към началниците.

Висока международна оценка получават изходната етическа мисъл на Константин Кирков за войната „Войната е зло, но с такова зло се

защитава доброто”, както и неговите възгледи за главните нравствени идеали на войника и офицера – вярата и Отечеството.

През 1912 и 1913 година учебникът на Константин Кирков два пъти е издаван на руски език от Военно-научното общество на Русия „Общество ревнителов военных знаний”:

- Кирков К. Записки по военной педагогике (психология, обучение и воспитание). – СПб.: Издано при содействии общества ревнителов военных знаний, 1913. – 386 с.
- Кирков К. Записки по военной педагогике. СПб., 1913. – 214 с.
- Кирков К. Записки по военной педагогике. Ч. III. [СПб., 1912], 172 с.

За ценността на Военната педагогия на Константин Кирков говори и фактът, че неговите книги високо се оценяват и продължават да са актуални и през XXI век в образователните програми на Министерството на отбраната на Руската федерация.

В Първата световна война Константин Кирков е началник на Българския военноморски флот - Беломорска, Черноморска и Дунавска флотилии, 18.01.1914-12.05.1919 г. На генерал Константин Кирков дължим идеята за интегративния характер на морското образование и подготовката на офицери за Военноморските сили и Търговското корабоплаване по единна методика и единни учебни програми, благодарение на което ВВМУ „Н. Й. Вапцаров” се развива като уникална морска академия.

За плодотворността и приложимостта на Записките по военна педагогия на генерал Константин Кирков в областта на морското

образование говори още един уникален факт: през 1938 година капитан-лейтенант Тодор Д. Цицелков издава Записки по военна педагогика за III специален клас на училището [14], в основата на които са педагогическите записки на Константин Кирков. Авторът капитан-лейтенант Тодор Цицелков изрично подчертава [14], че се е ползвал от Военна педагогика на професор д-р П. Цонев от 1934 г., Военна етика и военна педагогика на подполковник Коцев от 1933 г. и Военно обучение на полковник Кирков от 1917 г.

Капитан-лейтенант Тодор Д. Цицелков е началник на Морското училище през 1935 г. за 7 месеца. По-късно е назначен за началник на Морската учебна част. Той преподава Военна психология и други дисциплини в Морския отдел на Военното на Н.В. училище (1937-1939), по това време Морско училище е дислоцирано в гр. Созопол.

Тази хубава традиция, старшите началници да дават личен пример в развитието на военната психология и педагогика, завещана ни от генерал Константин Кирков и капитан-лейтенант Тодор Цицелков, продължава и в новата история на Морско училище. През 1969 година в Трудове на училището началникът на ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ адмирал Дичо Узунов заедно с началника на катедра „Обществени науки“ капитан I ранг доц. д-р Иван Урумов (03.04.1934 - 07.03.2003) издават студията „Психологически основи на военната дисциплина“ [13], която продължава да се използва и днес в подготовката на курсантите.

През 80-те години на XX век в училището по покана на адмирал Дичо Узунов и капитан I ранг доц. д-р Иван Урумов гостуват руските учени от Московския военен университет генерал професор д.п.н. Александър Василевич

Барабанщиков и полковник професор д.п.н. Николай Фьодорович Феденко. Техните учебници и монографии по военна педагогика и военна психология бързо намират радушен прием и обогатяват опита в обучението и възпитанието на курсантите – Вапцаровци, част от трудовете им са преведени на български език.

Последното десетилетие на XX век и първото десетилетие на XXI век развитието на Военната психология и Военната педагогика във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ се характеризират с два жизнени процеса, които протичат успоредно:

1) **Първи процес:** Своеобразен Ренесанс преживяват позабравени във времето български научни концепции за военното обучение и възпитание. Преиздадени са уникалния учебник от 1943 година по Военна психология (Психология на боеца) на професор д.н. Спиридон Казанджиев [3], в който е включена студията „Силата и кризите на човешкия дух във военната психология на Спиридон Казанджиев“ и учебника на полковник Христо Гюлмезов от 1905 година „Войската и нейната психология“ [7], в който са включени съвременни изследвания за автора и българските военно-психологически и военно-педагогически традиции.

2) **Втори процес:** Педагогическата практика се обогатява с нови възгледи за човека и семейната му система, за човешките взаимоотношения и работната среда на човека, за усъвършенстване на менталните способности на човека през новото хилядолетие.

През месец декември 1992 година във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ по покана на професор д.п.н. Илия Пеев гостува немският учен доцент д-р Арно Реммерс и направи апробация на позитивната



психотерапия като нов психологичен метод. Доцент Реммерс е ученик на автора на метода Позитивна психотерапия, професор д.м.н. Носрат Песешкиан д.м. (18.06.1933 – 27.04.2010), президент на Германската академия по позитивна психотерапия и транскултурална психиатрия.

Методът на позитивната психотерапия е позитивен психодинамичен метод с центрове и институти в повече от 20 страни по света. Новото психологично направление, интегриращо източната и западната култури, със своите хуманистични, транскултурални, психодинамични и интерактивни методи, бързо допадна на морската аудитория, която е отворена към иновациите.

През 2002 година, т.е. десет години, след като се внедри методиката на професор Носрат Песешкиан в морското образование, беше издадена и едноименната монография по позитивна психотерапия [10].

През последните две десетилетия в съвременната психологическа и педагогическа практика във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ се внедриха нови учебни дисциплини „Психология на безопасността на корабоплаването“, „Организационно поведение“, „Психология на управлението на корабния екипаж“, „Психология на екстремалното поведение“. С чувство на законна гордост трябва да подчертаем, че във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ с признателност и преклонение се отнасяме към традициите, които създаде в Република България професор д.ф.н. Георги Йолов Тодоров (1927-1998), който у нас положи основите на Психологията на екстремалното поведение на човека, като се стремим да съхраним и развиване неговите идеи за екстремалното поведение, личността на

моряка и моряшкото семейство, др. [1, 2].

За приноса на професор Георги Йолов в развитието на екстремалната психология и за други негови големи научни и педагогически заслуги, с Решение на ФС на Философския факултет на ВТУ „Св. Св. Кирил и Методий“, взето с Протокол № 7 от 28.06.2010 г. посмъртно му беше присъдено званието “Почетен професор на Философския факултет”.

Повече от 20 години във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ успешно развиваме лидерската подготовка на курсантите, студентите и офицерите. Първият в Република България учебник по военно лидерство има две издания. Учебникът „Военно лидерство (психологически ракурс)“ във второто си преработено и допълнено издание през 2007 г. е удостоен с наградата за наука „Варна“ [8].

ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ внесе значителен принос в световното морско военно и гражданско образование чрез прилагане на психотерапевтични методи на подготовка [9] и разширяване на дидактическия комплекс от интерактивни методи на обучение, респективно чрез внедряване на Система от тренингови методи на подготовка, които бързо допаднаха на курсантите и офицерите, обучаващи се в Морско училище.

Вече е натрупан повече от 20 годишен опит в използване на психологическите тренинги в подготовката на курсантите и офицерите от ВМС. По предложение на студентите от първи курс, обучаващи се в специалността „Мениджмънт на водния транспорт“, през 2012 година беше разработен и издаден първия в света Психологически практикум:

Психологическият

тренинг във водния транспорт [11]. В изпълнение на най-новите изисквания на Конвенцията STCW '1978/1995/2010, внесени с т.н. Манилски поправки, предстои нелеката, но предизвикателна задача, за прилагане на психологическите тренинги и в обучението на студентите от всички граждански специалности във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“. На основата на натрупания опит се открояват още по-примамливи психологически и педагогически технологии, базирани на откритите от професор д.м.м. Георги Лозанов д.м. Сугестология и Сугестопедия – Резервопедия или казано по друг начин – Десугестивно обучение.

## **II. Ролята на сугестопедията като сугестология на педагогическата практика за откриване на менталните резерви и разширяване резервните възможности на личността и силата на подсъзнанието**

От най-ранните етапи в развитието на човешката цивилизация до наши дни **главната загадка** за човека си остава човешкият мозък и менталните (лат. mentalis – умствен; психичен, душевен; mens, mentis – ум, разум мисъл) възможности на човека. От самата зора на човечеството продължават да се търсят начини както за нарастване на умствения потенциал, така и за телесно и духовно изцеление, за разрешаване на тежки личностни и социални проблеми, а също и за манипулация на човешкото поведение. Поради тази причина познанията и изследванията върху мозъка и човешкото поведение векове наред са оставали тайна и продължават да бъдат най-дълбока тайна и приоритет на ограничен кръг от мъдреци, пророци, апостоли, месици, адепти, медиуми, оракули, магове, шамани, екстрасенси, специални служби и конспирации, посветени в тайни общества, секти и религиозни общества, др. Менталността на човека

продължава да бъде свързвана с мистиката, парапсихологията, езотериката, окултизма, гаданията, магиите, пророчествата, ясновидството и мн. др.

В различните културни традиции са разработвани множество техники за въздействие върху мозъка на човека и неговите интелектуални способности: шамански ритуали и сеанси; обреди, вярвания и митове; поличби и предания; обет, заклинания и клетви (Хипократова клетва, Военна клетва, Клетва за вярност и пр.); култови практики и обреди; баяния и врачувания, които са известни с множество алтернативни рими; молитва; съзерцание; просветление; озарение; медитация; мантри; автогенен тренинг и релаксация; хипноза; транс; екстаз; йога; психотехники; трансперсонални състояния; пътешествие в други светове и други времена; система за психофизиологическа саморегулация и пр. Въздействията върху психиката чрез изброените техники стават на фона на специално подбрани **сугестивни атрибути**: музика и ритми, огън, заклинания, картини, икони, игри, талисмани, танци, ритуали, формули на ободряване и формули на внушение, хипнеми (формулите при хипноза) и др.

**Централно място** сред този богат арсенал от психотехники заема внушението, което намира един по-завършен израз в модерната наука **Сугестология**.

**Сугестологията** (Suggestologia, от лат. Suggestio – внушение и гр. Logos – наука, учение) се определя като дял от психологичната наука, в който се разработват проблемите на внушението [12, 15].

**Внушението** (лат. Suggestio – внушение) в психотерапията се определя като целенасочено

психично въздействие върху отделни лица или група хора, възприемано пасивно, без съпротиви и критична оценка, както се казва - на доверие. Във внушението, респективно във самовнушението (автосугестията) се съдържа огромна психична енергия, която обаче може да играе положителна и отрицателна роля в човешкото поведение. Внушението е предпоставка за възпитанието и психическата закалка, за личностното развитие и самоактуализацията на личността [12, 15]. Най-завършената форма на внушението е **хипнозата**.

В науката и психотерапевтичната практика са известни разнообразни **видове внушения** [12]: вербално (словесно) внушение - с речево въздействие; зрително внушение; контекстуално внушение; косвено внушение; мотивирано внушение; парадоксално (негативно) внушение; по време на естествен сън или в полубудно състояние, в релаксирано състояние; пряко внушение; постхипнотично внушение и др.

**Внушенията са могъщи позитивни средства** на лечебното изкуство, но те могат да бъдат и **много опасни** за човешкото здраве, поведение и личностно развитие. При непредпазлив, безкритични, безотговорни и некомпетентни въздействия, могат да причинят тежки деформации в човешкото поведение, да доведат до непоправими личностни разстройства, тежки страдания, включително до агресия, автоагресия и суицид.

За наша национална гордост българският учен, психиатър и психотерапевт професор д.м.н. Георги Лозанов от средата на 50-те години на XX век започва да търси безопасни пътища за разкриване на скритите резерви на човешкия мозък (ум) чрез внушение и хипноза като

негова най-завършена форма и поставя началото на науката Сугестология. За целта Министерството на народната просвета и Българската академия на науките основават през 1966 година Научно-изследователския институт по Сугестология, чийто директор в продължение на почти 20 години (1966-1985) е професор Георги Лозанов. Той също е създал и ръководил Център по Сугестология и Развитие на Личността към СУ "Св. Климент Охридски", Международен Център по Десугестология във Виена, Международен Център за Обучаване на Преподаватели във Викторсберг и Форалберг, Австрия.

<http://dr-lozanov.com/>  
<http://dr-lozanov.com/bg/bg1.htm>  
<http://dr-lozanov.com/en/en1.htm>  
<http://suggestology.org/suggestopedia/>  
[http://www.suggestopedia-](http://www.suggestopedia-bg.info/bg/suggestopedia/georgi-lozanov.html)  
[bg.info/bg/suggestopedia/georgi-lozanov.html](http://www.suggestopedia-bg.info/bg/suggestopedia/georgi-lozanov.html)

Заедно със създаването на института по Сугестология, д-р Георги Лозанов въвежда през 1966 година за пръв път категорията сугестопедия, което прави в статията „Сугестологията - път към хипермнезия в учебния процес. Методика на Сугестопедията“, публикувана в списание „Народна Просвета“, С., кн.№ 6. Една година по-късно по време на Международната седмица по психосоматична медицина в Рим, доктор Лозанов съобщава същия термин на английски език – suggestopedia. В издадената през 2005 година книга „Сугестопедия – Десугестивно обучение. Комуникативен метод на скритите в нас резерви“ [5] професор Георги Лозанов пояснява: „Използвах този термин на английски език за първи път през 1977 г. (Suggestopedia and memory, Proceedings of the International Psychosomatic Week, Rome, 1967, 535-539). С публикуването на този нов термин аз неволно си създадох трудности, защото нямаше

традиционно стабилна дефиниция и трябваше постоянно да обяснявам. След основните научни публикации нямах възможност до сега да опиша по-разбрано за всички за какво всъщност се отнася. Сега ще се опитам в следващите страници на тази непретенциозна книга да запълня част от тази голяма празнина.” [5, с. 11].

Създателят на Сугестологията и Сугестопедията проф. д-р Георги Лозанов превръща научните търсения в тези области в своя най-важна жизнена мечта (<http://www.suggestology.eu/>)

„Аз имах мечта. И тази мечта настойчиво ми шепнеше, говореше, крещеше:

“Има метод, има форма на комуникация за “заклучени богове” и за “хипнотизирани души, повярвали в своето нищожество. Има! Има!”

Този метод, тази форма на комуникация ще промени нещата. Ако това стане, всички ще се учим и ще се развиваме много по-бързо и по-творчески... и с радост... Тогава талантите няма да бъдат толкова далеч от нас. Ние ще ги разбираме и приемаме, а може би някои от нас ще се изявят също като таланти.”

Ръководен от тази силна мечта, младият лекар д-р Георги Лозанов започва активна практическа работа за прилагането на психотерапевтични методи в медицинската практика с особен акцент върху внушението (сугестията). През 1963 година д-р Лозанов дейно участва в издаването на „Ръководство по психотерапия”, като изготвя втората глава „Внушение (Сугестия)” [15, с. 47-91], с което основателно се гордее, защото представя много случаи от терапевтичната си практика с използване на сугестия. Книгата е издадена под ръководството на професор д-р Емануил Шаранков

(1903-1997).

Още тогава Провидението е белязало с щастлив знак младия автор на теорията и практиката по сугестия. Едва ли някой от авторския колектив на Ръководство по психотерапия [15] е прогнозировал, че само след 3 години ще се случи толкова значимо събитие в българската психотерапевтична наука, което да изправи на крака Научния съвет на Педагогическия институт “Тодор Самодумов” през 1966 г., когато 40-годишният тогава д-р Георги Лозанов представя създадената от него Сугестопедична методика за обучение по чужди езици. След впечатляващата презентация на д-р Лозанов известният български психиатър професор д-р Емануил Шаранков пророчески възкликва:

- Колеги, станете прави, тук става нещо голямо за България. Идва нова педагогика!

#### Пояснение:

Случаят се предава както по интервюто с професор д-р Георги Лозанов във в. „24 часа” от 10 януари 2012 г., така и по публикуваните на 14 юни 2012 г. спомени на Румена Шиндлер-Коларова, член на Съюза на швейцарските писатели и на Писателския съюз в Женева. Румена Шиндлер-Коларова преди 47 години лично е обучавана по “Системата Лозанов” като курсистка в група, която проговоря италиански език за един месец, без никой от участващите в нея да е имал представа от този език преди обучението. За пръв път тя се е докоснала до професор Георги Лозанов чрез своята майка Иванка Димитрова, преподавател по френски език от катедра Френска филология в Софийския университет “Климент Охридски”, която ръководи група от 15 души от различни възрасти и професии. Групата участва в експеримент, организиран от професор Лозанов, в който се прави успешен опит

със запомнянето на 1000 френски думи за един ден. Успехът е 98%! Това слага началото на Института по сугестология при БАН, на Сугестологията като наука за внушението, на Сугестопедията като нейно приложение в педагогиката.

<http://www.public-republic.com/magazine/2012/06/92442.php>  
<http://www.roumena.net/>  
<http://www.24chasa.bg/Article.asp?ArticleId=1180613>

Сугестопедичната методика за обучение по чужди езици бързо намира признание в целия свят като единствено по рода си голямо българско дело в световната педагогика, национално и световно богатство, практикувана в университети като Оксфорд и Сорбоната.

Благодарение на силната жизнена мечта на младия изследовател д-р Георги Лозанов, Сугестологията и Сугестопедията стават главната тема и на неговата дисертация за присъждане на научната степен „Доктор на медицинските науки“. Дисертацията е защитена 12 януари 1971 година в Украйна пред Заседанието на терапевтическия съвет на Харковския медицински институт по неврология и психиатрия. Официални опоненти на дисертацията на д-р Георги Лозанов са трима учени:

1. Професор д.м.н. Илья Захарович Вельвовский (1899-1981);
2. Професор заслужил деятел на науката д.м.н. Нина Павловна Татаренко;
3. Професор А. И. Зильберштейн;

#### Справка:

Лозанов, Г.К. Сугестология и сугестопедия. „Психиатрия“ (14.767). Автореф. дис. на соиск. учен. степ. д-ра мед.н.: Спец. 14.767 / Лозанов Г.К.; Харьк.

мед ин-т. - София: 1970. - 64 с.: граф. Библиогр.: с. 62-64.

Непосредствено след успешната защита на докторската си дисертация, в резултат на продължителна, мащабна и задълбочена експериментална работа в Института по сугестология и много български училища, първи в света, през 1971 година професор Георги Лозанов издава своята монография „Сугестология“ [6], която е планирана като първа част на фундаменталните научни изследвания..



Монографията „Сугестология“ от 1971 г. на д-р Георги Лозанов е една от най-уникалните научни творби в България и света, затова ще си позволим един кратък обзор за нейното създаване и съдържание. Предговорът към монографията е написан от академик Сава Цолов Гановски (1897-1993), авторитетен учен педагог и философ с международна известност, член на Президиума на БАН, Директор на Института по педагогика и на Института по философия, Президент на Международната федерация на философските дружества, Председател на 5-ото Народно събрание (11 март 1966-26 юни 1971).

Академик Сава Гановски започва предговора с факта, че монографичният труд „Сугестология“ на д-р Георги Лозанов е „първата в световната литература книга, посветена на създаденото у нас сугестопедична направление“ [6, с. 15]. Монографията е резултат на продължилите близо две десетилетия изследвания в областта на .

сугестологията и сугестопедията, през който период авторът прави сполучлив преход от медицинското към педагогическото прилагане на сугестопедията Академик Сава Гановски подчертава факта, че **сугестопедията** представлява сугестологично направление в педагогиката. Авторът първоначално създава сугестопедията на основата на откритите от него сугестивни резерви на паметта, а по-късно и на цялостната личност в учебния процес.

Монографията слага началото на науката Сугестология в България и света, като тя е базирана на множество експериментални опити и теоретични проучвания През 1978 г. ЮНЕСКО изпраща в България 25 експерти от различни страни, които да разучат и оценят метода сугестопедия, разработен от проф. д-р Георги Лозанов. В резултат, ЮНЕСКО признава и препоръчва образователна система сугестопедия за разпространение в целия свят, което е едно голямо признание за българската наука и за таланта на професор Георги Лозанов.

В основата на метода стои схващането, че човешкият мозък разполага с неизползвани резерви за усвояване на информация. Тяхното разкриване, спомага за многократно по-бързото и ефективно учене, отколкото при традиционната педагогика – по позитивен и спонтанен начин – без стрес, напрежение или умора – чрез умствена релаксация и ненапрегната концентрация – с помощта на изкуството.

Съдържанието на сугестологията е отразено в седем глави в монографията в обем 520 страници.

Професор Георги Лозанов разглежда сугестологията в нейните многостранни житейски

прояви, като задълбочено проучва още първите опити със сугестивна хипермнезия, внушена хипермнезия, опитите със запаметяване на 100 чужди думи в един сеанс (**рекордът на метода на д-р Георги Лозанов е запаметяването на 1000 нови думи на френски език за един ден**), психоаналитичните концепции на Зигмунд Фройд, социометрията и психодраматичната парадигма на Джейкъб Леви Морено и др. Повече от 1000 литературни източника са използвани от автора, за да се проучи сложната природа на внушението и внушаемостта, в т.ч. учението на Иван Петрович Павлов за висшата нервна дейност (носител на Нобелова награда за медицина и физиология за 1904 година), физиологични и дисоциационни теории, идеомоторни и условнорефлекторни механизми, първична, вторична и третична внушаемост, хипнозата и пр.

**Специално внимание** професор Георги Лозанов отделя на съзнаваната и несъзнавана психическа активност, средствата на внушението в практиката, антисугестивните бариери и психическите съпротиви.

**Централно място** в монографията заемат въпросите на сугестопедията като експериментален метод на сугестологията и сугестопедичното направление в педагогическата практика. Именно тези въпроси са поставени в основата на новата монография, която излезе през 2005 година „Сугестопедия – Десугестивно обучение. Комуникативен метод на скритите в нас резерви“ [5]. Тази книга е била замислена още през 1971 година като **втора част** на Сугестологията, но поради много превратности на съдбата след като преживява върха на научната си слава и признание в България професор Георги Лозанов е бил принуден десетки години да живее и твори в



чужбина, което забавя излизането от печат на втората част на сугестологията с повече от 30 години. Това обаче е предмет на други изследвания.



Сугестопедия - десугестивно обучение.

Комуникативен метод на скритите в нас резерви [5].

Десугестопедията е изкуство - непрекъснато вибриращо, адаптирано изкуство [5].

Suggestopaedia – Desuggestive Teaching.

Communicative Method. On the Level of the Hidden Reserves of the Human Mind [16].

Втората монография на професор Георги Лозанов от 2005 година „Сугестопедия - десугестивно обучение” [5] дава отговор на въпроса: „Сугестопедия – какво е това?”, определяйки я като наука за резервните възможности на ума и неизползвания потенциал на мозъка главно към обучението, която доказва, че човешката личност има много по-високи възможности, отколкото е прието в масовата обществена норма.

Професор Георги Лозанов разкрива особеностите на резервния сугестопедичен комплекс, който се освобождава от Сугестопедично-десугестопедичното обучение [5, с. 35]:

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.

Какво се използва при сугестопедията? На основата на резервния сугестопедичен комплекс, който се освобождава от Сугестопедично-десугестопедичното обучение, в хода на сугестопедичната работа се активират фактически и влияят на обучението следните фактори [5, с. 201-202]:

1. Класическо изкуство.
2. Плацебо.
3. Парасъзнание.
4. Релаксация под формата на успокоение.
5. Периферни възприятия.
6. Достоверност на източника на информация.
7. Двуплановост в предоставянето на информация.
8. Интонация и ритъм на речта.
9. Инфантилизация в смисъл на увеличено доверие и възприемчивост.
10. Псевдопасивност.
11. Престиж.

12. Множествена личност.
  13. Вибрираща релаксативна методология.
  14. Нови имена и биографии.
  15. Песни.
  16. Смях.
  17. Специфична глобалност.
  18. Златни сечения.
  19. Насочена неманипулативна комуникация.
- Съществуват и още някои други фактори. Разбира се, всички цитирани фактори са важни.

### Какво е най-същественото, без което няма сугестопедия?

От особено значение е и обучението на преподавателя, без което не е възможно [5, с. 202-203]:

1. Да се подаде огромен материал.
2. Материалът да бъде глобално-парциално структуриран.
3. Като специалист и като личност преподавателят трябва да има много висок престиж (да внушава надеждност и доверие).
4. Преподавателят трябва да притежава, а не да имитира, стопроцентово очакване на положителни резултати от десугестивното обучение.
5. Да обича учениците си (разбира се, не сантиментално, а като човешки същества и да ги учи с лично участие в системата от игри, песни, класически тип изкуство и радости.

Сугестопедията (и нейното десугестивно прилагане) е метод на **отваряне на резервите на ума чрез любов към човешките същества**. Всички други прийоми, които бяха описани, са свързани с оркестрация, но *необходима оркестрация*.

Сугестопедията (Десугестивно обучение) Резервопедия е изградена върху **седем закона** (Conditio Sine Qua Non), които са открити,

систематизирани и описани от професор д.м.н. Георги Лозанов и могат да бъдат открити на неговия сайт:

[http://dr-lozanov.com/bg/7\\_zakona.htm](http://dr-lozanov.com/bg/7_zakona.htm)

### 1) Любов

Добре известно е, че нищо хубаво на този свят не е постигнато без любов. Любовта е и важно условие за достигане до резервите на психиката. Любовта създава спокойствие, доверие и допринася за престижа на учителя в очите на учещите се и така отваря пътищата към разкриване на психичните резерви на личността. Любовта не може да се изиграе, тъй като учещите ще го усетят. Но не бива да се разбира и като някакво сантиментално настроение, тъй като това отношение провокира отрицателни реакции. Тя трябва да се усети като искрена любов към човешкото същество. Не съветваме никой учител да започва работа на нивото на резервите без човеколюбие. Би било по-добре да почака докато преосмисли общуването в учебния процес от тази позиция.

В сугестопедията, любовта на учителя към учещите може най-добре да се илюстрира чрез образа на **родител, който учи детето си да кара велосипед**, без то да може да каже в кой момент родителят му го придържа или не.

По същият начин учещите в сугестопедичния процес най-често не съзнават кога учителят им ги подкрепя. Например, по време на всички етапи от сугестопедичния цикъл в чуждоезиковото обучение т.е. в етапите на производство на речта – въведение, разработки и представяне (етап, в който учещите се изразяват по-свободно и творчески), учителят ги води **деликатно** като **ненатрапливо ги поправя** така, че те дори не си дават сметка, че са поправяни. Учителят просто произнася

правилно сгрешения израз по такъв нежно сугестивен начин, че те дори не разбират, че са допуснали грешка. Грешките никога не се обсъждат на място и учителя с нищо не дава да се разбере, че учещия трябва да се старее повече.

Тази метафора илюстрира качеството на психологическата връзка между учител и учещ, която много напомня на връзката между майката и детето. Примерът с велосипеда използван тук се фокусира онази черта на Любовта, която е свързана с грижовната подкрепа на учителя, предложена внимателно на учещите. Грижа, която те с желание приемат, защото не им е натрапена. Така те се чувстват сигурни.

Любовта, заедно с останалите закони, създава необходимата радостна, искрена и високо мотивираща концентративна релаксация. Това състояние се характеризира с умствена релаксация и ненапрегната концентрация. То изисква спокойствие, вътрешна увереност и доверие. При тези условия на положителни емоции, творческата интелектуална дейност и глобализирания учебен процес се отличават с липса на умора. Принципът на радост и концентративно спокойствие се прилага чрез система от игри и смях, чрез нагледните материали, които са не толкова илюстративни, а стимулиращи по характер, както и цялостната организация на учебния процес.

## **2) Свобода**

Когато има Любов, има и Свобода. Свободата дава възможност на учителя да упражни своята лична преценка и да взема решения, за да може да приспособи сугестопедичната система към личните особености на всяка група. Тя също позволява на учещите да изберат дали да вземат участие в някои дейности като например песни, игри и т.н., които

може да не допадат на тяхното разположение. Във всеки момент те са абсолютно свободни да излязат от стаята, стига да не пречат на работата на групата. Принципът на свободата е един от основните елементи, които отличават сугестопедията от хипнозата. При хипноза, хипнотизираният не може да избира, да действа свободно, спонтанно, да прекъсне процеса, за да направи нещо, освен ако хипнотизаторът не му е наредил.

Свободата дава възможност на учещия се да се вслуша във вътрешния си глас и да избере своя собствен път към резервите на психиката в различните моменти на процеса на обучение. Свободата не се диктува от учителя, тя е спонтанно чувство у учещия се. Това е усещане, че те не се подчиняват на една методика, а са свободни да се включват с радост като дават израз на своите личностни черти. Т.е резервопедията не е натиск, а напротив, тя отваря вратата към личностна изява.

## **3) Убедеността на преподавателя, че нещо необикновено се случва**

Състоянието на увереност, че нещо необикновено, различно от обществената сугестивна норма непременно се случва, води до състояние на вдъхновение у учителя. Това вътрешно тържество се отразява във периферните перцепции на учителя, които се възприемат и се създават у учещите. Това, което е от особена важност е, че тази нагласа е спонтанно създадена от състоянието преподавателя и учещите се щастливо резонират, най- често несъзнателно. Така се създава така наречената десугестивна връзка на нивото на резервния комплекс. Майсторството на учителя е в улесняването на този комуникативен процес на резонанс. Естествено, известни сугестивни влияния са неизбежни във всеки комуникативен процес.

правилно сгрешения израз по такъв нежно сугестивен начин, че те дори не разбират, че са допуснали грешка. Грешките никога не се обсъждат на място и учителя с нищо не дава да се разбере, че учещия трябва да се старее повече.

Тази метафора илюстрира качеството на психологическата връзка между учител и учещ, която много напомня на връзката между майката и детето. Примерът с велосипеда използван тук се фокусира онази черта на Любовта, която е свързана с грижовната подкрепа на учителя, предложена внимателно на учещите. Грижа, която те с желание приемат, защото не им е натрапена. Така те се чувстват сигурни.

Любовта, заедно с останалите закони, създава необходимата радостна, искрена и високо мотивираща концентративна релаксация. Това състояние се характеризира с умствена релаксация и ненапрегната концентрация. То изисква спокойствие, вътрешна увереност и доверие. При тези условия на положителни емоции, творческата интелектуална дейност и глобализирания учебен процес се отличават с липса на умора. Принципът на радост и концентративно спокойствие се прилага чрез система от игри и смях, чрез нагледните материали, които са не толкова илюстративни, а стимулиращи по характер, както и цялостната организация на учебния процес.

## **2) Свобода**

Когато има Любов, има и Свобода. Свободата дава възможност на учителя да упражни своята лична преценка и да взима решения, за да може да приспособи сугестопедичната система към личните особености на всяка група. Тя също позволява на учещите да изберат дали да вземат участие в някои дейности като например песни, игри и т.н., които

може да не допаднат на тяхното разположение. Във всеки момент те са абсолютно свободни да излязат от стаята, стига да не пречат на работата на групата. Принципът на свободата е един от основните елементи, които отличават сугестопедията от хипнозата. При хипноза, хипнотизираният не може да избира, да действа свободно, спонтанно, да прекъсне процеса, за да направи нещо, освен ако хипнотизаторът не му е наредил.

Свободата дава възможност на учещия се да се вслуша във вътрешния си глас и да избере своя собствен път към резервите на психиката в различните моменти на процеса на обучение. Свободата не се диктува от учителя, тя е спонтанно чувство у учещия се. Това е усещане, че те не се подчиняват на една методика, а са свободни да се включват с радост като дават израз на своите личностни черти. Т.е резервопедията не е натиск, а напротив, тя отваря вратата към личностна изява.

## **3) Убедеността на преподавателя, че нещо необикновено се случва**

Състоянието на увереност, че нещо необикновено, различно от обществената сугестивна норма непременно се случва, води до състояние на вдъхновение у учителя. Това вътрешно тържество се отразява във периферните перцепции на учителя, които се възприемат и се създават у учещите. Това, което е от особена важност е, че тази нагласа е спонтанно създадена от състоянието преподавателя и учещите се щастливо резонират, най- често несъзнателно. Така се създава така наречената десугестивна връзка на нивото на резервния комплекс. Майсторството на учителя е в улесняването на този комуникативен процес на резонанс. Естествено, известни сугестивни влияния са неизбежни във всеки комуникативен процес.

голямо цяло и така до безкрай.

От друга страна, тази концепция се основава на някои изследвания върху функционирането на мозъка, според които частите на мозъка съдържат информация за целия мозък. Можем да допълним, че според трите основи на сугестологията, човешкото същество реагира като цяло и възприема дразнителите в тяхната комплексност. Това е още едно доказателство, че елементите не съществуват отделно, а винаги като част от цялото. От гледна точка на философията съществува великата теория, че цялото е в частта и частта е в цялото. Те са неделими. Няма изолирани части. Ето защо, при ученето, елементите трябва да се учат заедно с цялото. Глобалното дава допълнителни нюанси на елемента. Атомът отразява законите на Вселената и Вселената е в атома.

Когато това условие се спазва в педагогиката, резултатите са по-добри. Няма опит да се изолира елемента със сила. Условието цяло-част, част – цяло, част чрез цяло, където водещо е цялото е един от факторите, които допринасят за хармонизиране на учебния процес. Майсторството на учителя се състои в решението, което той или тя трябва да вземе за това кое ще бъде прието като цяло.

## **6) Златната Пропорция**

Златната пропорция разкрива законът за хармония във Вселената, на който всеки сугестопедичен процес трябва да се подчини. Хармонията създава хармония и преодолява психичния хаос, често провокиран от традиционната педагогика. Хармонията е основен фактор в преподаването и усвояването на такъв голям учебен материал за кратък период от време. Връзките между частите и цялото са в златна пропорция в сугестопедичния

процес на общуване. Способността за учене се подобрява, когато учебния процес умело открива правилния баланс между ритми, интонации, емоционални стимули, т.н.

## **7) Приложение на класическото изкуство и естетиката**

Класическото изкуство и естетиката се използват в сугестопедията като особено ефективни медиатори на неманипулативната комуникативна сугестия поради тяхната способност да излъчват безброй неспецифични стимули, които подхранват изобилието от периферни перцепции, незабележими за съзнанието.

Сугестопедичното изкуство създава условия за състояния на оптимална психорелаксация и хармония, които помагат да се създаде състояние на спонтанно повишена възприемчивост и да се стимулира способността да се разкрият психичните резерви в приятна атмосфера. То помага да се достигне до състояние на вдъхновение и да се отклони вниманието от „болното място“, където има страх, свързан с ученето. Класическото изкуство се въвежда чрез специално подбрани произведения на класическата музика, песни и арии, литературни произведения, репродукции на шедеври на изобразителното изкуство и т.н.

## **III. Иновации в морското образование на бъдещето - възможности на сугестопедията за развитието на комуникативните умения и управленската култура на морските командни кадри като фактор за безопасността на корабоплаването през XXI век.**

**Новата мисия** на психологията през XXI век е да катализира надпреварата на идеи и технологии,

личностна промяна и разширяване границите на човешките възможности, утвърждаване на позитивното мислене, превенцията на психичното здраве. Всичко това напълно хармонира със същността и въздействието на сугестологията и сугестопедията върху личността, което ни дава основание да издигнем следната **хипотеза**: Новата мисия на психологията в системата на морското образование и водния транспорт по-пълно ще се реализира чрез по-широкото приложение на интерактивни методи на подготовка на морските командни кадри, включително използване възможностите на сугестологията и сугестопедията.

Изхождайки от **интегрираното обучение** във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ на командни кадри за Военноморските сили и Търговското корабоплаване, откриваме **две важни групи предизвикателства** към нашето мислене, които ни заставят интензивно да внедряваме иновации в морското образование в бъдещето:

1) **Първата група предизвикателства** са свързани с ролята на човешкия фактор във водния транспорт. Сред морската общественост е известен факта, че **90 % от авариите и катастрофите** произтичат от **„Човешкия фактор“**, което се явява основна заплаха за безопасността на корабоплаването. Този тежък проблем е следствие от конфликта между условията на работа на човека на море и неговите психофизиологически възможности!

За да се отстрани посочения конфликт е нужно да се оптимизират способностите на човека на борда на кораба чрез обучение и създаване на условия за безопасна експлоатация на корабите чрез използване на стандартни процедури и формиране на висока култура на безопасност в

корабоплавателните компании. Резултатите от морското обучение се явяват навиците за практическо използване от корабния екипаж на теоретическите знания и добрата морска практика, получена в морските университети.

Манилските поправки на Конвенцията STCW '1978/1995/2010 (International Convention on Standards of Training, Certification and Watchkeeping for Seafarers - Международна конвенция за вахтената служба и нормите за подготовка и освидетелстване на моряците) и Морската трудова конвенция от 2006 година (The ILO's Maritime Labour Convention - MLC '2006) поставят редица нови изисквания към моряците от трите нива и корабните екипажи, което отваря нови предизвикателства пред морското образование.

В най-голяма степен новите критерии към морските командни кадри, които произтичат от посочените документи, са свързани с техните лидерски качества и управленски умения. Предвижда се въвеждането на нови видове подготовки на командния състав, в т.ч.: навици на лидер, работа в състава на екип, овладяване и управление на екипажите в екстремални ситуации на море и в пристанищата, оценка на риска, вземане на решение, умение за командване на екипажа, стила на работа и пр.

Очакванията на Международната морска организация са, че подобряването на психофизическите качества на моряците и техните компетенции ще позволи да се намали аварийността по вина на човешкия фактор на 40 % до 70 %.

**2) Втората група предизвикателства** са



свързани с характера на съвременните войни, отличаващи се с асиметричност, нелинейност, интерактивност, което изисква нови качества на офицерите. Възникна потребността от новата концепция за интелигентна отбрана (Smart Defence) и смяна на мисловните модели и методи, от разкриването и внедряването на по-продуктивни стратегически принципи, модернизиране на обучението и възпитанието на военните кадри.

От офицерите се изисква да притежават сложен комплекс от качества, сред които водещо място заемат [9]:

- Простор, широта, дълбочина, мащабност и критичност на мисленето;
- Изобретателност, творчество, прозрение, озарение;
- Развита интуиция, способност за трезва преценка на ситуациите и адекватна реакция на непредвидени и несиметрични заплахи;
- Новаторско мислене, бързина на мисълта и действията;
- Комуникативност и интерактивност;
- Умения за работа в екип и групово вземане на решения;
- Съчетаване на йерархичния подход с нейерархичния подход;
- Висока управленска култура и способности за работа в многонационална среда, транскултурален подход;
- Способност за интеграция и синергия, умения да осъществят координация с процесите на командване, планиране и изпълнение, чрез интеграционните системи;

Прилагането на **сугестологията и сугестопедията** в морското образование би ускорило достигането на новите цели в обучението и възпитанието на

морските командни кадри. Назряла е потребността от едно цялостно проучване върху приложението на интерактивните методи в морското образование и обогатяване на тяхното съдържание чрез сугестопедичната методика.

### **Изводи и предложения:**

Извършеното проучване позволява да се направят следните **изводи и предложения:**

- 1) Във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ да се проведе фундаментално изследване върху възможностите на сугестопедията за формиране и развитие на комуникативните умения и управленската култура на морските офицери от Търговското корабоплаване и Военноморските сили.
- 2) Да се разработи Сугестопедична методика за целите и нуждите на морските командни кадри, която ще бъде естествено продължение и развитие на Системата от психотерапевтични методи и психологически тренинги, които се използват във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ и които допринесоха за издигане авторитета на Морското училище като водеща академична институция за приложение на интерактивните методи на обучение и възпитание на командните кадри на Военноморските сили и Гражданското корабоплаване.
- 3) Във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ да се разработи дългосрочен стратегически проект на тема: Критична оценка и възможности за творческо прилагане в морското образование опита на Центъра по сугестология и развитие на личността към СУ "Св. Климент Охридски", Международния център по десугестология във Виена и Международния център за обучаване на преподаватели във Викторсберг и Форалберг, Австрия, създадени и ръководени от

професор д.м.н. Георги Лозанов.

При работата върху проекта да се използват и оценките на 25 членната международна експертна група на ЮНЕСКО от 1978 година за влиянието на сугестопедичната методика върху здравословното състояние на обучаващите се и тяхната успеваемост и направените Препоръки на ЮНЕСКО за прилагането на Сугестопедията като по-висш метод на обучение в сравнение с традиционните дидактически методи.

В състава на Експертната работна група на ЮНЕСКО са включени 19 експерта от Канада, САЩ, Франция, Унгария, Полша, ГДР и Румъния и 6 експерта от България, които през периода 11-16 декември 1978 година са проучили на място в София ефективността от приложението на Сугестологията/Сугестопедията в българското образование. Справка: Journal of Suggestive Accelerative Learning and Teaching, Volume 3, Number 3, Fall 1978.

Като партньори на ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ в проекта да се привлекат:

- Международната морска организация (ИМО);
- Европейската агенция за морска безопасност (ЕАМБ);
- Международната асоциация на морските университети (IAMU);
- Световния морски университет в Малмьо, Швеция;

Проектът да има отворен характер, в него да участват и други заинтересовани морски университети и институции.

На основата на оценката и натрупания опит да се извърши задълбочен SHOT-анализ на

подготовката на морски кадри, като се предприемат практически стъпки за изграждане във ВВМУ „Н. Й. Вапцаров“ Международен методически център по интерактивни образователни технологии, сугестология и десугестивно обучение, адаптирани към стандартите на съвременното морското образование.

Знанието винаги служи на бъдещето!

Предложените иновации и проекти са предназначени за морското образование на бъдещето!

### **Използвана литература:**

1. Й о л о в, Г. Критичните ситуации и масовата психика. Монография. София, Издателство „Наука и изкуство“, 1973, 234 с.
2. Й о л о в, Г. Личността в критични ситуации. Монография. София, Издателство „ПИ“, 1975, 226 с.
3. К а з а н д ж и е в, С. Военна психология (Психология на боеца). Учебник. С встъпителна студия от И.П.Пеев. „Силата и кризите на човешкия дух във военната психология на Спиридон Казанджиев“. София, ИМО “Св. Георги Победоносец”, 1995, 460 с. ISBN 954-509-156-8.
4. К и р к о в, К. Военна педагогика (Военна педагогия). Монография. Радослав Янчев, Стойко Грудев, Чавдар Радински – научно критичен разбор, портрет на автора. Научен редактор полк. проф. Р.Янчев. София, Военно издателство, 1986, 311 с.
5. Л о з а н о в, Г. Сугестопедия – десугестивно обучение. Комуникативен метод на скритите в нас резерви. Монография. София, УИ „Св. Климент Охридски“, 2005, 215 с., ISBN 954-07-2137-7.
6. Л о з а н о в, Г. Сугестология. Монография. С предговор от академик Сава Гановски. София,

Издателство „Наука и изкуство“, 1971, 520 с.

7. Пеев, И.П. Полковник Христо Гюлмезов. Монография. София, „Военно издателство“ ЕООД, 2001, 118 с. ISBN 954-509-221-1.

8. Пеев, И.П. Военно лидерство (психологически ракурс). Учебник. Второ прер. и доп. изд. София, Военно издателство, 2007, 259 с. ISBN 954-509-204-1.

9. Пеев, И.П. Възможности за приложение на психотерапевтични методи в подготовката на съвременната армия – проблеми и перспективи. Монография. София, Военно издателство, 2003, 391 с. ISBN 954-509-257-2.

10. Пеев, И.П. Позитивната психотерапия в модерната армия и обществото. Монография. София, „Военно издателство“. ЕООД, 2002, 235 с. ISBN 954-509-227-0.

11. Пеев, И.П., М.В.Рогашка. Психологическият тренинг във водния транспорт. Психологически практикум. Варна, ИК „Стено“, 2012, 224 с., ISBN 978-954-449-631-9.

12. Стоименов, Й., М.Стоименова, П.Коева, Г.Коев, П.Попов, Л.Стоименова. Психиатричен енциклопедичен справочник. Под ред. на Й. Стоименов. София, Академично издателство „Марин Дринов“, 2004, 1193 с.

13. Узунов, Д., Ив. Урумов. Студия. Психологически основи на военната дисциплина. Трудове на училището, кн. 8. Варна, ВНВМУ „Н. Й. Вапцаров“, 1969, с. 145-203.

14. Цецелков, Т. Записки по военна педагогия. Созопол, Издателство „Литография на Морското училище“, 1938, 139 с.

15. Шанков, М., Г.Лозанов, Ив. Петров, Ат. Атанасов. Ръководство по психотерапия. София, Държавно издателство „Медицина и физкултура“, 1963, 190 с.

16. L o z a n o v, G. Suggestopedia/Reservopedia Theory and practice of the liberating-stimulating

pedagogy on the level of the hidden reserves of the human mind. Monograph. Sofia, St. Kliment Ohridski University Press, 2009, p. 230. ISBN 978-954-07-2936-7.

### **Адрес за кореспонденция:**

Професор д.пс.н. Илия Петров Пеев

GSM: 0898/359647

сл. тел.: ++ 359 (052) 552236

дом. тел.: ++ 359 (052) 757472

E-mail: ippeev@abv.bg

бл. 109 вх. 4. ап. 74 ет. 45

ж/к „Младост“ 2

9027 гр. Варна

Магистър Ванина Стоянова Бодурова

E-mail: vaninastoianova@hotmail.com

ул. „Aimé Césaire“ № 12

31140 Launaguet, Toulouse

Бележка: *Настоящият доклад е представен на 16.05.2013 година*

## КЪДЕ СОНЯ ДУГАЛ СЕ РАЗЛИЧАВА ОТ ВНУШЕНИЕТО В КЛИНИКАТА?

ТОДОР ТЕРЗИЕВ

### Анотация:

**Как внушението се преплита с пропагандата? Има ли разлика и ако да, къде и как можем да разберем тънката граница? В Статията се прави съпоставка с изследванията на Соня Дугал на вестинка от фронтовата линия в Италия през 1943-1945 година и паралел с политическата действителност в България. До колко похватите през времето си приличат и обуславят внушенията и как сугестопедията на доктор Лозанов обяснява ефекта на десугестията.**

В своята книга „Front-Line Story” Соня Дугал сравнява и изследва внушението на фронтовата линия в Италия и прави връзка с труда на д-р Лозанов „Сугестология“. През задълбочения си анализ на изданията на фронтовия вестник и на предвоенните действия в Италия, тя прави една съществена разлика. У дома си, британските войници са подложени на внушения, които са изречени вербално и в продължение на години през лозунги и цялостна информационна стратегия от министерството на Информацията. Всички тези похвати приложени от властта имат единствената цел да внушат на нацията и най-вече на войниците правотата на действията им и тяхната „морална“ битка и установяване на тяхната демокрация на фронтовата линия. Можем да заключим, че този тип директни внушения са си чиста пропаганда, целяща до голяма степен настройването на нацията и армията за битките срещу други човешки същества. Това обаче, което до голяма степен властите и изпълнителите на пропагандата не

осъзнават е, че веднъж попаднали на фронтовата линия, британските войници се сблъскват с друг вид внушение. Внушение, което е в смисъла на теорията и науката на д-р Лозанов. Внушение в смисъла на предлагане за избор, невербален, а често поднасян от самата среда и всички неспецифични комуникативни фактори, за които д-р Лозанов говори. Внушение, което по-скоро може да се изрази с думата сугестия и процес, който може да се окачестви като освобождаване (десугестия) от внушенията и пропагандата на британските власти.

Днес сме поставени в ситуация, която много наподобява тази от 2-рата световна война. Ситуация, в която битката е за човешкия ум, за човешката мисъл, за човешката душа. Днес разполагаме с механизми далеч по-големи по мащаб и възможност за разпространяване на информация и настройване на общественото мнение. Последните 20 години доказват силата на комуникациите и лесното влияние над масите от хора. Настройването на общественото мнение и създаването на национални, регионални и глобални сугестивни норми, които поставят личността под голяма опасност и дори хронично проявяване на хипнотични състояния, е факт. Те от своя страна поставят съзнанието на хората под контрола на страха и до голяма степен действията в ежедневието започват да се диктуват от тази изкуствено създадена виртуална реалност.

Тази ситуация прилича на предвоенните действия на властите, когато подготвят британската армия за „освобождение“ на италианска земя от фашизма. Информационните кампании, провеждани преди и по време на действията, от министерството на Информацията имат за цел да подготвят и внушат на народа и войниците предстоящите убийства, да смекчат моралните измерения на една война и загубата на човешките животи.

В наши дни макар и все още да не говорим за открити военни действия, същите подходи, с много по-голям обхват и сила, биват използвани за директни внушения към народа, за да изпадне той самият в хипнотично състояние, което да го обезкуражи и лиши от основния имунитет срещу вредни сугестивни практики. Водещите мотиви са предимно алчност и желание за контрол над масите и тяхното „приспиване“. Д-р Лозанов казва в една своя мисъл, че хората са „...метафорично казано, паднали ангели, заключени богове, хипнотизирани души, които са повярвали в своето ограничено нищожество. И са се примирили“ Целта на днешната политическа пропаганда е именно да затвърди това състояние на „примиряване“ и да лиши личността от заложените ѝ скрити резерви. Всъщност в своята практика и изследване на внушението и хипнозата д-р Лозанов стига до заключението, че хипнотизирането води до отслабване на когнитивните защитни бариери на съзнанието и личната свободна воля.

В началото на 19-ти век внушението в научните среди се е свързвало почти изцяло с хипнотизирането и прилагането му в клиничната практика. Пациентите са били поставяни в съноподобно състояние и внушението е било вербално, директно за определена команда или състояние. През 1897г. В. М. Бехтерев представя

своите проучвания пред Военномедицинска академия и поднася следния извод: „Внушението изобщо, представлява доста по-разпространено явление в сравнение с хипнотичното внушение, тъй като то се проявява в будно състояние и при това в живота се среща на всяка крачка“.

В този смисъл пропагандата по време на 2-рата световна война, а и в наши дни, представлява такъв тип директно внушение, направено в будно състояние. Основната медия на разпространение през войната са били радиото, вестниците и политическите изказвания. Погледнато от съвременна гледна точка, това са два канала, които са имали възможността да бъдат сравнително лесно контролирани. По тях се е „пускала“ информацията необходима да внуши дневния ред на разговорите и обсъждания между хората. Емблематична в това отношение и е книгата на Джордж Оруел „1984“.

В наши дни каналите за разпространение на информация са много повече и тук вече навлизаме в съвсем различна фаза на разпространение и контролиране на общественото мнение и нагласи. До голяма степен не можем да сравняваме тези два периода заради технологичното развитие. Въпреки това принципите на пропагандата са същите.

От една страна имаме директни внушения, постигащи във времето хипнотичното състояние у хората и от друга имаме внушенията и сугестиите, които са постигнати с неспецифичните комуникативни фактори посочени от д-р Лозанов.

Както д-р Лозанов пояснява, те могат да бъдат поставени в две основни групи. В първата попадат фактори на равностойната двустранна или многостранна комуникация като двойният план

при поднасяне на информация, интонацията и ритъмът на словото. Във втората група фактори могат да се определят: достоверността на информацията, инфантилизацията в смисъл на повишено доверие и рецептивност, но при запазена критичност и себеконтрол, както и псевдопасивността в смисъл на спокойна и ненапрегната, несмущаваща и контролирана активност.

Важно е да се уточни, че инфантилизацията е естествена и спонтанна реакция при получаване на информация с висока степен на достоверност. А псевдопасивността до голяма степен е израз на добра вътрешна самодисциплина и в същото време това е една форма на концентративна психорелаксация.

Днес функциите на политическата пропаганда се изпълняват от така наречените „опорни точки“ (самото словосъчетание вече е придобило негативна конотация в обществото).

Повтарянето на едни и същи думи, в определен ред, с определена интонация от различни хора, многократно в ежедневието и по всички възможни информационни канали, превръща тези опорни точки във виртуална, внушена реалност. Дългото облъчване на обществото на практика поставя голяма част от хората в класическото клинично хипнотично състояние, предизвикано от директно внушение.

Същия този процес Соня Догал наблюдава и в своето изследване „Front-Line Story“. Съществена разлика е, че пропагандата от британското правителство има за цел да установи у хората чувството за надмощие на държавата им, превъзходството на всичко Британско, както политически, така и икономически, културно, и най-

вече морално. Също така тази пропаганда е предразположила войниците да вярват, че всичко, което е в противоречие с горепосочените ценности е негативно и че италианският народ и култура са подложени на катастрофален диктаторски и корупционен режим, който има нужда от абсолютна реформа.

Така представените факти предполагат една крайно обречена действителност. Както за нашето съвремие, така и за изхода на военните действия в Италия. Както добре знаем, днес политическата действителност е агресивна и силно ментално контролирана среда. Войниците на фронта първоначално са отстоявали без да се замислят заповедите си и са третирали италианците според наложените обществени сугестивни норми. Но нещо се е променило. И историята и проучването на Соня Догал ясно показват защо и как това се случва. Можем да направим и паралел с промените в нашата действителност, дори политическа.

Важно е да се отбележи, че след като Соня Догал се запознава с труда на д-р Лозанов, тя преработва цялото си проучване, за да уточни категорично разликите между използваните от властта манипулации и пропагандни внушения, от ,както тя го нарича, „свещеното наименование Сугестия (с главно „С“)“ на д-р Лозанов.

В своите дългогодишни изследвания д-р Лозанов окачествява Сугестията – десугестията като „безвреден, нехипнотичен път към заключените в нас огромни потенциални възможности за ускорено хармонично развитие.“. Когато говорим за такъв ефект без той да бъде специфично контролиран с цел преподавателска дейност, това се постига основно чрез въздействието на класическото изкуство и подходящата оркестрация



на средата.

В книгата си „Front-line Story” Соня Догал представя факти, които могат единствено да бъдат обяснени чрез труда на д-р Лозанов. Как въздействието на средата, непринуденото общуване, и автентичността на хората и тяхната култура оказват десугестивно влияние върху британските войници и те постепенно се освобождават от наложените им у дома обществено сугестивни норми.

Голяма част от писмата на войниците показват катарзиса, през който те преминават. Сблъсъкът им с италианския народ, тяхното ежедневие, тяхната култура до голяма степен освобождават войниците от предразсъдъците им и открехват врата на техните резерви на личността.

В книгата си Соня Догал посочва, че шокиращите случки и конфронтацията със „тези странни хора на тази странна земя“, поставят войниците в ситуация, в която те започват да преживяват на пръв поглед ежедневни случки като дълбоко променящи и значими събития в разбирането им за това срещу какво се „борят“. В писмата си те посочват как гледки на малки деца, играещи и пеещи, на малки момичета държащи куклите си, ги навяват на спомени за техните деца и тяхното детство. Войниците разбират, че децата на Италия и децата в Англия не се различават по нищо, дори „държат куклите си по същия начин“. В последствие, за да се научи италианския език самият вестник промотира и дава инструкции на войниците да слушат класическа музика (Бетовен) и да обръщат внимание на местните жители за тяхната интонация и мелодичност на езика. Препоръчват се честите посещения на концертни зали, опери и различни събития организирани от местните жители. Самата архитектура и изкуство стават

неотменни спътници на войските.

През цялото това време британските войници са приемали всички неспецифични комуникативни фактори от средата и културата на италианския народ. Показанията изложени в проучването на Соня Догал категорично посочват, че тези млади мъже променят отношението си към италианския народ. Разбират, че голяма част от хората са просто жертва на политическата действителност, завлякла ги във война. Всичко това се случва без изобщо да са правени намеци за промяна на отношението на тези войници към заобикалящата ги среда. Пропагандните речи и слова в Англия продължават да фабрикуват мнението в страната, но този ефект се губи веднъж щом войниците са се завърнали или изпратили техните впечатления в писмата към близките си.

Соня Догал прави заключението, че всеки един текст, които е проучила от писмата на войниците и препоръките на вестника потвърждават всеки един принцип от теорията за Сугестия на д-р Лозанов. Тя споделя, че някои от писмата са звучали по такъв начин, че все едно самият д-р Лозанов ги е писал, за да илюстрира различните фази на теорията си.

Едно от основните доказателства за наличието на Сугестия – десугестия се откриват в споделянията на войниците, че те започват да развиват творческия си потенциал. Голяма част започват да пишат стихове, да рисуват, научаването на италианския език се превръща в игра, комуникацията с местните жители става все по-лесна. Дори започват да разбират когато местните жители се опитват да ги излъжат и да им вземат повече пари, когато са в ресторанта. Има сведения и затова, че войниците започват да се включват в местните празненства и пеят италиански опери и

песни заедно с останалите. Самите британци споделят, че не са подозирали за тези свои заложби.

В Сугестопедията д-р Лозанов окачествява това като спонтанна активация, един от „страничните“ ефекти на десугестивния процес. Човешката личност се освобождава от наложените обществено сугестивни норми и дава сцена на творчеството и спонтанността си на изразяване. Важно е да се отбележи, че това се случва без директно внушение или хипноза.

Соня Догал категоризира теорията на д-р Лозанов за Сугестията (с главно „С“) като важен универсален комуникативен фактор в човешкото съществуване, на който би следвало да се отдели по-голямо внимание от научните среди. Тя смята, че този вид Сугестия на „освобождаването“, постигнато чрез комплексни механизми на средата, са отговорни за „обръщането“ към по-позитивно отношение на италианците и тяхното общество. Именно тук се откроява и разликата спрямо клиничното директно внушение и наблюдаваното невербално внушение (де-внушение) сред британските войници.

Важно е да се отбележи, че според Соня Догал е възможно проучваните текстове във вестника да са били манипулирани от журналистите. Въпреки това обаче, ефектите на така представените факти обуславят Сугестията на италианската среда и нейното въздействие върху войниците. Те наистина се променят. Ако е имало такъв замисъл, в крайна сметка ефектите на „естествената Сугестия“ са били впрегнати в гориво за нова партийна пропаганда, целяща да даде „силата“ на „малкия“ човек и популяризирането на демокрацията като най-справедливия модел за управление.

Поглеждайки към днешната политическа действителност в България, можем да кажем, че такъв тип похвати са ежедневие. Къде умишлени, къде не, естествената Сугестия работи постоянно. Едно все пак е ясно – когато биват спазвани принципите на д-р Лозанов за Сугестия, се получава „ненасилствена комуникация“, която освобождава личността и я прави резистентна към директни внушения, целящи да подтиснат свободното изразяване и творчество на личността. Като допълнителен пример бих искал да дам протестите през 2013, както и тези през 2020 година по столичните улици. Плакатите, лозунгите и „народното творчество“ във висока степен размива хората, поставя ги във шокова ситуация спрямо виртуалната медийна пропагандирана реалност. Така се постига ефекта на освобождаване от това хипнотично медийно състояние. Личността остава свободна да оценя и прави свободен избор. Това е и наблюдението на Соня Догал.

Едно от основните качества, които човек придобива при процеса на десугестия е автентичността. А автентичността на личността е едно от необходимите условия за протичането на десугестивния процес. Т.е. изкуството, класическата музика и среда, спонтанното творчество и изразяване имат престиж и автентичност, които неимоверно се предават и усвояват от човешката личност, когато тя участва в процеса на освобождаващата „Сугестия“. Т.е. падналите ангели, заключените богове, хипнотизирани души, които са повярвали в своето ограничено нищожество, вече не са примирени.

### **Библиография:**

Dougal, Sonia. Front-Line Story. Gotthard Media, 2001.

Линецки, М. Л. Внушението и Ние. Издателство  
"Знание" , 1983.

Лозанов, проф. д-р Георги. Сугестопедия -  
десугестивно обучение. София: Университетско  
издателство "Св. Климент Охридски", 2005.

**Контакт:**

Тодор Терзиев;

e-mail: t.v.terziev@gmail.com

## СУГЕСТОПЕДИЯТА - ВЪЗМОЖНОСТ И НЕОБХОДИМОСТ В СЪВРЕМЕННОТО ПРЕДУЧИЛИЩНО ОБРАЗОВАНИЕ

**МИГЛЕНА ЛАЗАРОВА - УЧИТЕЛ В ГР. ВАРНА ДГ №9 „АЛЕН  
МАК”- СЪС СПЕЦИАЛНИ ГРУПИ**

### **Анотация:**

Още в средата на миналия век гениалността на проф. д-р Георги Лозанов се проявява със създаването на науката Сугестология ( и в частност Сугестопедията- като наука за обучение и преподаване) През 60-те години на миналия век Проф. Д-р Г. Лозанов създаде методика за преподаване, така че учащите да се забавляват докато се обучават. Той прозря, че е възможно обучението, което с индустриализацията, технологизацията става все по-сложно може да бъде забавно и желано. Независимо дали е била препоръчвана, или забранявана сугестопедията просъществува и се доказва в другите образователни системи, защото тя не е характерна и приложима само за една определена нация. Сега в годините на промени в нашето общество отново се дискутира въпроса : Кои методики са възможни за прилагане в нашата образователна система?

Аз като дългогодишен педагог съм се запознавала с много , различни методики. Във всяка методика съм откривала много полезни , приложими за педагогическата ми дейност неща. Но нито една не е толкова всеобхватна, толкова предпочитана и от учители ,и от ученици както Сугестопедията . Сугестопедията е възможна за приложение във всеки един етап от образователната ни система. Тя е толкова подходяща за най-малките деца със своята приказност и игри,смяна на дейностите, колкото е подходяща и за по-големите , които с лекота учат ,без стрес и напрежение.

В статията разглеждам как изглежда сугестопедично занимание. Тази разработка доказва, че Сугестопедията е не само възможна, тя е необходима в нашата образователна система, ако искаме нашите деца да учат без напрежение, без стрес.

Образованието е единен целенасочен процес на възпитание, обучение и придобиване на съвкупни знания, умения, ценности, социални убеждения и навици. Спецификата и особеностите на образованието и възпитанието в исторически аспект се определят от изискванията на Обществото. С развитието на всяко общество се променят потребностите на живота. Появява се противоречие между това, което изисква животът и това, което предлага образователната система. Това не винаги става леко, без сътресения и борба за надмощие на една или друга педагогическа теория. Но успява да се наложи тази педагогическа система, която умело съчетава класическият със съвременния подход, която стои близо и е отражение на живота на хората.

Образованието е тема, която е актуална навсякъде по света. В България образователната система все още е монопол на държавата. Любопитен факт е, че реформаторските педагогики, които са по на 100 г и се прилагат в другите страни, при нас се представят като иновативни. Но освен това, дори и да се прилагат, те трябва да се съобразят с учебния план на МОН. Такава е и историята със сугестопедията-методика създадена в средата на миналия век, одобрена от ЮНЕСКО, препоръчана като методика, която да стане основна в образователната система...и както знаем, тя започва да се прилага навсякъде по света, но не и в България.

Сега, когато все повече хора са недоволни от образователната система в България и търсят нови алтернативи, по които да учат децата им, се обръща поглед към методи, които няма да убият вроденото любопитство на подрастващите, а ще засилят желанието за знание и самоусъвършенстване. В предучилищното образование са популярни Валдорфската методика и методиката на Мария Монтесори. Съвсем закономерно Сугестопедията става все по-популярна не само в педагогическите среди.

Популярността на Сугестопедията нараства преди всичко с прилагането ѝ при изучаване на чужди езици. Всеизвестен е фактът, че сугестопедията със своите 7 закона, прави възможно приложението ѝ във всяко ниво на образователната система. Аз мисля, че прилагането на сугестопедията в Съвременното предучилищно образование е не само реална възможност, но е необходимо, защото отговаря на изискванията на родителите за обучение без стрес и напрежение. Сугестопедията за деца е превантивна педагогика, защото при малките деца все още не се налага да преодоляват негативите на общоприетия модел на „Учене“. Сугестопедията за деца предлага модела :„Учене без учене“ както го нарича проф. Д-р Георги Лозанов.

От друга страна, използването на този метод в педагогическата дейност дава възможност за намаляване стреса и напрежението и при учителите. Приказността, която присъства във всяко сугестопедично занимание, следването на сюжетната линия, през която основните приказни герои съпровождат децата всеки ден по естествен начин улесняват дейността на учителите, които нямат проблем с дисциплината на децата., с липса на интерес при децата. Точно това е един от най-

големите проблеми в традиционната педагогика.

Сугестопедията е една възможност за всеки учител, който иска децата да опознават света, да се докосват до красотата на природата по най-елегантния и ненатрапчив начин. Проф. Д-р Георги Лозанов подчертава: „Сугестопедията не е директна, нито директивна методика, а методика, която меко и двупластово насърчава спонтанната креативност на обучаващия се.“ Всяко сугестопедично занимание на пръв поглед прилича на спектакъл. Преподавателят направлява реакциите с оглед засилване на мотивацията и интереса към отделните дейности. Всички игри, реквизити, играчки и други пособия преследват по-друга цел. Това са реминисценции, асоциации за отклоняване от травмиращи ситуации и най-вече средства за отклоняване на вниманието от „болките и мъките“ на ученето. Това е една от най-съществените особености на сугестопедичната теория за игрите. Както проф. д-р Герги Лозанов казва „учене без учене“.

Не трябва да схващаме обучаваното дете като някаква многоетажна машина, всекиетаж на която работи независимо от другите. Всеки човек е многопластов. Многопластов трябва да бъде и обучителния процес в ДГ,затова не може да си позволим учебният процес да бъде „Линеарен“ (както отбелязва Проф.д-р Лозанов).

Учебният план в сугестопедичните занимания е изведен на житейско комуникативно ниво. Във всяко едно занимание има закономерно редуване на емоционални етапи с разсъдъчно-логични етапи.

Прилагането на 7 –те закона на Сугестопедията при структуриране на всяко занимание създава условия

за „учене“ без напрежение и стрес. Това е задължително при малките деца, които тепърва ще опознават света около тях със цялото негово многообразие.

В ДГ сугестопедичните занимания преминават през същите етапи.

- Въведение
- Концертен сеанс
- Разработка
- Представяне

Продължителността на един сугестопедичен цикъл в който децата се запознават с една (приказка) е 5 дни. На вашето внимание ще предложа една разработка на сугестопедично занимание в ДГ за трета възрастова група (5-6 г).

## Втора разработка

Въведение:

Звучи нежна и спокойна музика, на която познатите приказни герои се показват пред децата.

Звездичка се прозява уморено, тъй като цяла нощ е танцувала и сега е време да отиде да си почива. Слънчовата майка бърза да събуди Слънчо, защото той трябва да поздрави цветята и животните в гората и рибките в реката, защото всички са в очакване на откриването на Горската Сладкарница.

Звучи музика, на която се изпълняват различни движения от кинезиология за деца, детска йога, движения, чрез които децата показват различни обекти от заобикалящия ги свят (дървета, цветя, рибки, птички, пеперуди, малки и по-големи животни.)

Слънчо не забравя да събуди и Дейзи (Дейзи е малко момиченце, което със своите приятели Капчица, Зездичка, Облачка и Слънчо пътешестват и опознават света). Дейзи няма търпение да намери Капчица, за да продължат интересните игри, които бяха започнали предходния ден.

- Днес Капчица отново е измислила много интересни гатанки и игри за Дейзи.

Първо ѝ предложила играта „Аз казвам ти се сещаш?“ (игра на асоциации.)

- Капчица казва думи, които децата ще свържат с познати за тях приказки. (ряпа, съсед, ръкавичка, бездомно)
- Предлага на вниманието на децата изречения от познати приказки, а те разпознават и назовават приказките
- „Огледалце, огледалце от стената, коя е най-красива на земята?“
- „Той живеел високо на покрива...“
- „За вас имам специален сладкиш от череши.“

- Капчица насочва вниманието на Дейзи и децата към текста на приказката с въпроси:

„Могат ли да познаят на кои приказни герои са имената: Грухчо, Прасчо, Шишко, Рижко“

„Кое име не е на герой от приказката?“

„Колко са прасенцата в приказката?“

На интерактивната дъска са показани картинни изображения на три прасенца. На децата се предлага да преброят героите и да открият цифрата, която отговаря на броя на прасенцата.

На дъската има разпръснати букви Г, П, Ш



Дейзи с децата откриват , коя буква за кое прасенце, къщичките на всяко от прасенцата с помощта на задачи с дедуктивни разсъждения.

1 зад.: Познай, кое прасенце с каква блузка е облечено, като знаеш, че Грухчо не е със синя блузка, Прасчо не е със синя и не е с червена блузка, а Шишко не е със зелена блузка.

2 зад: Познай кой къде живее, като знаеш, че Прасчо не живее нито в сламена, нито в тухлена къщичка. Грухчо не живее в сламена къщичка. Шишко не живее в тухлената къщичка.

- Капчица отново насочва вниманието на Дейзи и децата с въпрос

„Къде е отишъл Сивчо , след неуспешния опит да се запознае със своите съседи?”

На децата се предлага да решат как най-лесно Сивчо ще открие пътя, по който ще стигне до пазара.

„КАРТА”

На интерактивна дъска се предлага схематично изображение на карта. Децата като следват стрелките сами определят последователността на обектите, до които ще стигат

-> тунел -> камъни -> пазар

На фона на музика децата следват картата, като изпълняват поредица от физически упражнения: промушване през тунел, равновесно ходене по различни по големина „камъни”.

- Щом Сивчо пристига на пазара, той вижда пет щанда с различни плодове. Децата се разделят на 5 групи, като всеки си изтегля картонче с изобразен плод.

-1 щанд(група) плодовете, които растат на земята (тиквa, диня, ягода)

-2 щанд(група) плодовете, които растат в южните страни (киви, банан, ананас)

-3 щанд(група) плодовете, които имат костилки (кайсия, слива, праскова)

-4 щанд(група) плодовете, които имат семки (круша, ябълка, грозде)

-5 щанд(група) плодовете, които имат ядки (лешник, фъстък, орех)

За да могат да подредят щандовете с плодове, те изпълняват поредица от задачи ( работят в екип)

- Да разделят плодвете на две групи-в едната всички плодове, които са еднакви, и другата група са останалите плодове.

- Да преброят плодовете във всяка група.

След това да поставят правилната цифра до съответната група от плодове. Сравняват две групи групи и поставят знак „<,>,”

Но Сивчо срещнал много други животни, които също пазарували. Те имат различни професии.

-Във всяка група има картинни изображения на хора от различни професии. На децата се предоставят различни картинки, от които те трябва да отделят само тези ,които могат да свържат с професията.

- След като Сивчо е напазарувал той трябва да се прибере, но този път по друг път, тъй като бил с много багаж.

Той избира друг път, по който да се прибере до дома.

Децата разглеждат карта. Всички заедно назовават

последователно местата откъдето трябва да преминат заедно със Сивчо.

ПАЗАР -> мост -> препятствия за прекриване

Построяват макет на местността, която им показва картата.

На фона на музика децата следват картата, като изпълняват поредица от физически упражнения: равновесно ходене, прекриване на препятствия

- Сивчо винаги много се забавлява в кухнята докато приготвя своите сладкиши. Той измисля най-различни игри.

- Една от любимите му игри е : Да си представя как дървените лъжички се преобразяват на различни предмети.(Напр, „Пързалка“, „буквата Т“ „буквата Л“, „ Буквата Г“)

Децата следват вербалните указания: Подреждат лъжичките под наклон какт е пързалката.

- Едната лъжичка се плъзнала и се подпряла на другата така, че да не падне. Сивчо се зарадвал, защото това била първата буква от името на един негов бодлив приятел (Т). Но когато продължилла да пада, задържала се в края на лъжичката и се получила буквата с която започва името на една птица.Накрая лъжичката се залюляла и докато пада се подпряла за върха на другата .Така се получила първата буква на Лиско.

- И естествено лъжичките много обичат да танцуват

Музика „танц на лъжичките“-децата изпълняват

подражателни ритмични движения с атрибут (дървени лъжички)

- Сивчо докато приготвя своите сладкиши си повтаря, че за всеки гост да има по три неща в чинийката(сок,торта,бисквитка).

Капчица предлага на Дейзи и децата да помогнат на Сивчо да сложи тези вкусни сладкиши в чинийката на всяко от животните.

Децата се раздават индивидуални работни листи. На всеки лист има нарисувани три животни и разпръснати: торти, сокчета, бисквитки. Те трябва групират сладкишите така, че всяко животно да има в чинийката по един от всеки сладкиш.

- Капчица насочва децата към финала на приказката, като показва картини а децата да разкажат какво се случва след като са приготвени всички сладкиши.

Децата си припомнят как трите прасенца, които много съжелявали за своето поведение дошли в горската сладкарница. Те разказват и тези моменти от приказката, когато Сивчо ги кани, за да ги почерпи с вкусни сладкиши.

Предлагаме на децата да нарисуват Прасенца с помощта на познати геометрични фигури. Учителката рисува заедно с децата, като назовава всеки един от етапите на стилизираното рисуване.

Децата рисуват като следват указанията на учителката.

- Рисуваме един голям кръг(това е тялото на прасенцето)
- Вътре в него рисуваме по-малък,така че долната част да се допира до долната част на

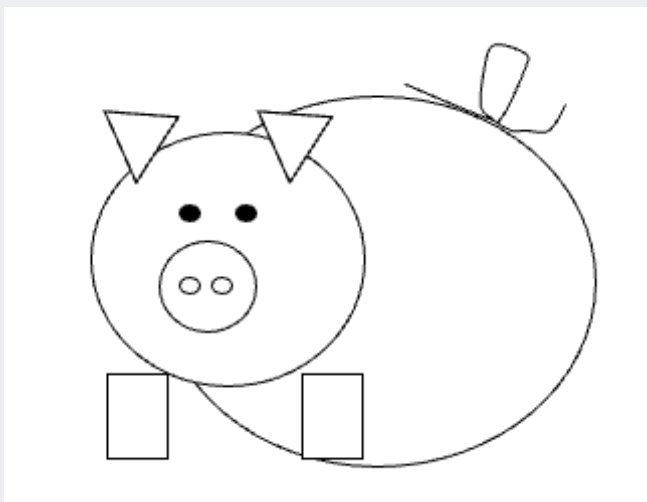
големия кръг.(това е главата на прасенцето)

- В средата на втория кръг рисуваме едно малко кръгче(това е зурлата на пасенцето и две точки за ноздри)

- Прасенцето има две уши. Сега рисуваме в горната част на главата две триъгълничета ,с върха надолу.

- Краченцата ще бъдат едни малки правоъгълничета.

- И на края не трябва да забравяме една завита като пружинка опашка.



големия кръг.(това е главата на прасенцето)

- В средата на втория кръг рисуваме едно малко кръгче(това е зурлата на пасенцето и две точки за ноздри)

- Прасенцето има две уши. Сега рисуваме в горната част на главата две триъгълничета ,с върха надолу.

- Краченцата ще бъдат едни малки правоъгълничета.

- И на края не трябва да забравяме една завита като пружинка опашка.

## СУГЕСТИЯ ПРИ НАЙ-МАЛКИТЕ ДЕЦА (3-4 ГОДИШНИ)

**СТАНИСЛАВА ВАСИЛЕВА ТОТЕВА,  
УЧИТЕЛ В ДГ № 9 „АЛЕН МАК“ ГР. ВАРНА**

### **Анотация:**

**Сугестопедията е наука, която се доказва във времето. Да, за жалост тя стана популярна първо в образователните системи на близки и далечни страни. Но проф. Д-р Георги Лозанов и за миг не е загубил вяра, че сугестопедията ще просъществува, че тя ще намери своето приложение и на родна земя. Още със създаването на Сугестопедията, за да се докаже нейната ефективност, тя се прилага при изучаване на чуждите езици, при огранотвяване о обучение по математика в начален курс.**

**Сега, когато все повече сугестопедията намира приложение във всички етапи на образователната система: освен изучаване на чужди езици, в преподаване на различни учебни дисциплини от 1-12 клас, естествено и логично си задаваме въпроса: Може ли да приложим сугестопедията и при най- малките деца в ДГ (3-4 годишните)?**

**Отговорът е : Категорично ДА.**

**И това е така, защото седемте закона на Сугестопедията са приложими. Гениалността на проф. Д-р Георги Лозанов е в това, че създавайки тези 7 закона, ако те се приложат и спазват стриктно, Класическата сугестопедия ще прояви своите най-характерни и отличителни белези: „Учене, без учене“ и „учене без напрежение и стрес“ - както казва проф. д-р Г. Лозанов.**

„Всичко ни въздейства. Природата, времето,  
цветовете“

Проф. Г. Лозанов

Изучавайки трудовете на проф. д-р Лозанов, все по-ясно осъзнавам и разбирам какво представлява сугестията и как тя ни моделира като личности, как влияе върху нашите чувства, емоции, поведение. Как формира вътрешния ни свят.

Като възрастни, свободни хора ние имаме правото да се информираме, да избираме методите и източниците, от които да черпим знания, да избираме по какъв начин да се развиваме и израстваме като личности, на какви впечатления и внушения да се подложим за да развием характер, воля, да достигнем до върховете, към които сме се устремили.

Какво се случва обаче с най-малките- с нашите деца? Тези, които зависят от нас : от техните родители, учители, общество. Правим ли най- доброто за тях? Вярваме ли в скритите у децата сили и възможности и създаваме ли всички благоприятни условия за тяхната проява?

Тези въпроси ме подтикнаха към това да търся и прилагам възможно най-щадящите методи и средства за възпитание и обучение на деца. Така попаднах на науката сугестопедия.

Сугестопедията е хуманна методика, тя стъпва върху възможността на личността да усвоява толкова количество информация, колкото пожелае, колкото е интересно. Тя се фокусира върху

развитието на скрития потенциал на личността и на възможностите, за които ние дори не подозираме. Показва на човека какво може, а не какво не може.

Сугестопедията е най-добре развита при изучаването на чужди езици и начална училищна педагогика. Но дали е възможна и как се прилага тя при най-малките деца ( децата от предучилищна възраст). Възможно ли е сугестопедията да се използва и в детските градини?

Работя като детски учител в държавна детска градина. През изминалата година работих с деца от първа възрастова група (3-4 годишни).

В групата приехме общо 30 деца. Между тях имаше деца, които никога не се бяха отделяли от родителите си, бяха изплашени, тъжни, отказващи да приемат мястото, на което са попаднали. Имах и дете със специални образователни потребности.

На помощ ми се яви сугестопедията със своята приказност. Оказа се, че всички деца обичат приказките, особено ако са преки участници на случващото се в тях. Групата се преобрази, стопи се страхът, плача, мъката се замениха с любопитство, радост, детски смях, песни, танци и игри. Адаптацията се случи бързо и леко за децата.

В традиционната педагогика учителят има ръководна роля. Той контролира целия учебен процес и продължителността на педагогическата ситуация. При сугестопедията учителят има подкрепяща функция. Той е в ролята на медиатор. В сугестопедичното занимание престижът на учителя е от огромно значение. За малките деца ние сме и учител, и майка, и приятел. Те са най-точните индикатори за регистриране на фалша и

престореността. Ако си искрен с тях те приемат и те обикват безусловно.

При най-малките деца приказността е най-силния фактор който привлича вниманието им. Докато при по-големите деца има изградено умение за слушане в концертен сеанс, то при 3-4 год. това умение тепърва ще се формира.

При 3-4 г. деца редуването на тристъпната интонация в активния сеанс се спазва, с тази разлика че в началото концертния сеанс има характер на куклено представление.

При пасивния сеанс, се предоставя възможност на децата да работят с пластичен материал(мачкат, късат, залепят върху дъска), без да се изисква да изпълняват някаква конкретна задача.

Един сугестопедичен цикъл при по големите деца от предучилищна възраст продължава 5 дни. При най-малките също продължава 5 дни и преминава през всички етапи определени от проф. Д-р Георги Лозанов: **Въведение, Концертен сеанс, Разработки, Представяне.**

#### **Първия ден е въведение и концертен сеанс.**

Въведението е с приказан герой- кукли, които съпровождат всяко сугестопедично занимание, съпровождат децата при изучаване на света около тях. Заедно с тях изпълняват задачите, слушат музика, пеят, танцуват, играят, пътуват.

**По време на разработките** учителя се отъждествява с приказните герои, които водят децата при следване на сюжетната линия.

В традиционната педагогика една педагогическа ситуация е 15мин. В сугестопедичните занимания

както при по-големите, така и при по-малките деца времетраенето на заниманието не е строго фиксирано. То може да продължи и 30 – 40 мин.

При структуриране на сугестопедичното занимание и при най-малките деца стриктно се спазват седемте закона. Във връзка с възрастовите особености на децата, които колкото са по-малки, по-бързо губят интерес, не умеят да стоят дълго време на едно място, учителят много деликатно трябва да следи промяната на настроенятия, желанията, интереса и да умело да сменя дейностите.

Както и при по-големите деца, така и тук всяка разработка трябва да е богато наситена с дейности, които да въздействат върху всички сетива (тактилни, зрителни, слухови, обоняние). Именно затова ни помага прилагане на богатата палитра от дидактични средства (демонстративен материал, игри, картини, музика).

Съществен елемент и при малките, и при по-големите е организирането на учебната среда преди всяко сугестопедично занимание – подредбата на различни табла, картини, които влияят на периферните перцепции и в даден подходящ момент учителя ще насочи вниманието на децата към тях.

Изключително важен момент е структурирането на заниманието при най-малките деца, защото ако при тях много бързо и лесно се осъществява убеждаването в нещо, то в същото време много бързо и лесно се губи концентрацията и интереса от страна на децата. Затова всяка разработка трябва да съдържа както повтораемост на игрите (които решават определени образователни задачи), така и голямо разнообразие в организационните

форми, за да се привлече бързо и лесно тяхното внимание.

**Етапът - представяне** при малките деца, това е затвърдяване на усвоените знания. Формата, в която може да се осъществи, отново може да бъде различна (куклен театър, музикална приказка, концерт и т.н.)

Важен елемент при сугестопедичните занимания и при най-малките е двуплановостта

**„Ако не е овладяна двуплановостта, по добре да не се започва сугестопедичен процес“**

**д-р Лозанов.**

Погрешно е да се мисли, че малките деца не могат да уловят фалша, искреността. Напротив те са изключително сензитивни, могат да уловят и най-малката несигурност, мимика, жест, промяна в настроението.

Според д-р Лозанов психиката ни има свои начини да регистрира фалша и престореността. Индикаторите на психиката, които бдят и дават сигнали, той нарича периферни перцепции.

При 3-4 год. все още речниковия запас от думи е много беден. Те не могат да се изразят вербално, не могат да изразят своите мисли, все още се учат да назовават и разпознават чувствата и емоциите. Сугестопедията дава възможност за свободен избор на действията, на начина по който ще реагират за да изразят своите усещания, преживявания и емоции.

След като, за да се обучаваме ние възрастните чрез метода сугестопедия е необходимо да се



превърнем в деца- пеещи танцуващи, смеещи се, забравили всички грижи и проблеми на ежедневието, защо да не можем да използваме методиката при най-малките-тези за които не са нужни време и енергия да влязат в приказността, да вярват в измислени герои и чудесата на които са способни, да разговарят, пеят и танцуват с куклите.

Трябва да знаем, че сугестията при най- малките е много отговорен процес. Той не трябва да се омаловажава нито за миг,защото познанието и формирането на личността започват от ранно детство. Прилагането на сугестопедичния метод на работа ще позволи да съхраним детското любопитство за много по-дълъг период и за по-късен етап, когато те ще трябва да осъществяват един по-сложен учебен процес. Още от най-ранна детска възраст сугестопедията като метод ме убеждава, че това е правилният начин за опознаване на света.

Всичко казано по- горе ни довежда до заключението, че класическата сугестопедия е не само възможна при най – малките, но е доказателство, че може безопасно да се разкриват резервите на личността.

## ПРИЛОЖЕНИЕТО НА ТЕХНОЛОГИИТЕ В СУГЕСТОПЕДИЧНО ЗАНИМАНИЕ В ДЕТСКАТА ГРАДИНА

**ХРИСТИНА ДИМИТРОВА ДИМИТРОВА**  
**УЧИТЕЛ В ДГ №9 „АЛЕН МАК“ СЪС СПЕЦИАЛНИ ГРУПИ, ГР.**  
**ВАРНА**

### **Анотация:**

Бързите социокултурни и научни процеси през последните десетилетия стават основание да се говори за осъществяването на преход от индустриално към информационно общество, което естествено поставя въпросите за промяна в начина на преподаване. Това предполага, както и от преосмисляне и обновяване на водещите политики и приоритети в сферата на образованието.

В традиционните начини на преподаване винаги е стоял проблемът за необходимост от включване на съвременния ученик в активен учебен процес. Проблемът за въздействие върху всички сетива на детето е проблем на съвременната образователна система в България. В последните години с променените изисквания на Обществото (в частност на родителите) към начина на преподаване все повече се заговори за реформаторските педагогики (на Монтесори, на Р. Щайнер, на Проф. Д-р Лозанов). И това е естествено, защото тези педагогики са хуманни педагогики, които поставят в центъра детето.

Сугестопедията поставя в центъра на обучителния процес не само детето, но преди всичко как да учи без да има стрес и напрежение; как максимално да се разкрият скритите резерви на децата без да се оказва натиск върху тях.

В статията "Сугестопедията и технологиите" разглеждам един проблем на съвременното образование: Как технологиите, които навлизат в ежедневието ни, в и образователния процес могат да съдействат на сугестопедагога за подготовката и провеждането на занимание в ДГ без да изневерява на принципите на Класическата сугестопедия.

**Това е въпрос, който се дискутира и ще се дискутира все повече. Аз мисля че приложението на Класическата сугестопедия може и трябва да бъде в унисон със съвременните технологии, но много внимателно трябва да се търси баланса, за да може това, което ни е завещал проф. Д-р Г.Лозанов да се съхрани и за бъдещите поколения.**

Времето, в което живеем се променя всеки ден. В 21 век всичко вече е различно - общуването между хората, забавленията, получаването на информация. В тази връзка няма как да не се промени и начина на преподаване, защото и самите деца са различни. Децата са заобиколени от технологии още от ранна детска възраст - телефони, таблети, телевизия. Те възприемат и осмислят информация много по-лесно и бързо чрез технологиите. В последно време в преподаването навлиза все повече интерактивни методи - интерактивни дъски, интерактивни роботи, интерактивни пчелички и т.н.

Още от дълбока древност е имало необходимост от образование т.е. предаване на социален опит. Социалния опит се е предавал първоначално по най-естествения път от майка/баща на дете. Постепенно се заражда организираното обучение на децата. Това обучение е било в малки групи, преподаването се осъществявало като децата са

пишели върху пясък с пръст, после върху плочки , след това са пишели с гъши перо. По- късно учителите са пишели върху черна дъска с тебешир , а след това започват да преподават, като пишат върху бяла дъска с маркер. В ерата на технологиите все повече навлиза използването на интерактивна дъска в обучението на учащите.

Интерактивната бяла дъска е комбинация от електронни и софтуерни технологии. Тя е компютърно базирано на устройство, което се свързва към видеопроектор и компютър. Тя представлява екран, на който чрез мултимедиен проектор се изкарва съдържанието на дисплея на компютъра. Тя е практически специален компютърен екран, т.е. всяко приложение, пуснато на компютър, може да се покаже на дъската. Разликата с традиционния екран е, че ако трябва да се правят някакви промени по софтуера, това става от самата дъска, а не чрез мишката или клавиатурата.

Интерактивната бяла дъска има много ползи както за преподавателя , така и за учащия.

### **За учителите:**

- По-голяма възможност да се интегрират ИКТ в занимания, докато се преподава пред децата
- По-голяма спонтанност и гъвкавост, тъй като учителите могат да чертаят или анимат голямо количество от уеб базирани ресурси.
- Лесно могат да споделят и използват материали повторно.
- Лесно могат да създават собствени ресурси според нуждите на децата в конкретната група.

### **За децата:**

- Увеличава се мотивацията, заниманията са по-приятни

- Към различните стилове на учене се приспособяват различни ресурси, съответни на нуждите на децата
- Учениците няма нужда да използват клавиатура, което води до **възможността дъската да използват и деца със специални образователни потребности.**

Възможностите на дъската са изключително големи, но недостатъкът на нашата образователна система е, че те са скъпи; не навсякъде има достъп до интернет; там където ги има не са проучени достатъчно техните възможности по обективни или субективни причини.

Аз в моята практика използвам приложението Easiteach, с което създавам мои ресурси според нуждите на сугестопедичното занимание, или използвам вече готови- които ги има в приложението.

„Easiteach е цялостно приложение за преподаване и учене за цялата група. Инструментите са богати и мощни, но също така и лесни за използване. Премахват бариерите и ви позволяват да се възползвате максимално от своите хардуерни умения. Може да се използва както в училище и в широка гама от учебни предмети, така и в детската градина.

Чрез Easiteach приложението ни дава възможност:

- Да стимулираме децата в нова тема или участие в проект, като включим видеоклипове и анимации.
- Да създадем условия за затвърдяване знанията на децата по предходни теми, като ги мотивираме да направят упражнение по сортиране или свързване на екрана.

- Да демонстрираме даден процес, като преведем децата през всички етапи на процеса.
- Да създаваме много модална история, като използваме текст, звук, и анимация, за да покажем как възприемаме информацията.
- Да развиваме числова грамотност, като използваме цифрови линии и решетки, за да развием последователности и модели.“

Easiteach предлага много инструменти, с които можем да създадем собствени ресурси според нашите нужди:

### 1.Инструменти за рисуване

- Тук имаме по 12 цвята писалки и маркери, с които можем да рисуваме на дъската, да подчертаваме и други. Най-често ги използвам, когато децата имат за задача да рисуват. Чрез тези инструменти демонстрирам как се рисува. За тях рисуването става много по-лесно, защото го правим заедно. Всяко дете има видимост и за него е по-лесно изпълнението на задачата.
- Творчески инструменти за писане имат голямо разнообразие. Може да се избира от река, ж.п. прелез, двупосочен път и др. Използвам го, когато децата трябва да направят макет в двумерното пространство.
- Можем да вмъкваме фигура, да изтриваме, да запълваме, да създаваме различни по вид стрелки и линии, да измерваме с линия и др.

### 2.Текстови инструменти

- Тези инструменти ни дават голямо разнообразие за работа с текста. Аз използвам текстовите инструменти при 5-7 годишни деца. Задачите, които могат да се решат с тези инструменти са: откриване на първи и последен звук в дума, откриване на гласни и съгласни звукове, начално ограмотяване (функцията чети с мен), откриване

на брой звукове в дума, модел на изречение и др.

### 3. Бързо меню

- Тук имаме много опции като запис на звук, рентгеново зрение (децата могат да разгледат от близо устройството на тялото на човека, животните или правилен отговор на зададен въпрос), анимиране на обекти и различни ефекти.
- С това приложение можем да запишем целия екран и да изпратим материал на родителите на децата (например ако сме в пандемична обстановка) и не са успели да присъстват на онлайн занимание.

### 4.Банка специални графични елементи и мултимедийна банка

- Тук има голямо разнообразие от различни готови ресурси. Например, Танграм, зарче, графика, дизайнер на симетрия, домино за двама, инструменти за създаване на мрежа, пиано, часовник, пъзел, sudoku от картинки, мемори карти и много други. В медийната банка има много изображения, илюстрации и анимации, но също така може ние да вмъкнем наши изображения, видео, музика за да си създадем ресурс.

Интерактивната дъска ни улеснява при подготовката на демонстративния материал за децата, чрез който ще разясняваме, разискваме по определена тема. Така, че децата да го виждат в достатъчно голям размер. Едно от нейните предимства е, че може да се рисува директно върху нея. По този начин преподавателят е улеснен да демонстрира на децата как се рисува (например: стилизирано рисуване чрез геометрични фигури „прасенце”, „мече”, „Лиса”). В сравнение с традиционния начин за демонстрация на табло

(което е малко), тук децата виждат много по-добре стъпките за изпълнение и могат да рисуват заедно с преподавателя. Друго предимство на интерактивната дъска в сугестопедично занимание е, чрез функцията рентгеново зрение. Тази функция ни позволява да онагледим и покажем на децата как е устроено човешкото тяло, тялото на различни животни и насекоми. По този начин можем да обогатим нашето сугестопедично занимание и да спазим закона за многократно увеличен учебен материал. Друга положителна страна на интерактивната дъска и в частност интернета, е когато по време на сугестопедично занимание възникне казус, въпрос от страна на дете, които учителя не е предвидил в заниманието веднага може да потърси и да покаже на децата нужната информация. Няма как преподавателят да притежава всички табла, илюстрации и необходими материали за неговата работа. (няма цветен принтер, размера на таблото е малък и трудно се показва на 30 деца в група и т.н). За това интерактивната дъска и интернетът са едно голямо улеснение за преподавателя.

Едно сугестопедично занимание в детската градина никога не преминава изцяло на интерактивна дъска. Използват се една или максимум две задачи на интерактивна дъска и това е съвсем естествено. Характерна особеност на сугестопедичното занимание, която го отличава от всяка друга педагогическа ситуация е, че се въздейства върху всички сетива. В направление математика ако задачите, които предлагаме на интерактивна дъска е ориентиране по карта в двумерното пространство, веднага след това можем да дадем индивидуална задача или групов работа, където децата да манипулират с различни дидактични материали в триизмерното пространство. На следващо занимание може да е обратно: от

триизмерното пространство се пренасяме в двумерното пространство (интерактивната дъска). Можем да решаваме задачи за създаване на картина от геометрични фигури, групиране на обекти по различни признаци, определяне количествено отношение между две групи предмети и др.

В направление Български език и литература учителят може предварително да създаде ресурси за модел на изречение, откриване на първи и последен звук, откриване броя на звукове и букви в дума, подреждане на серия картини от художествено произведение, съотнасяне на музикално произведение към определена сюжетна картина от приказка и др.

В направление Околен свят може да има задачи за групиране по определен признак, откриване на общи белези на обекти от околния свят, сглобяване на пъзел, съотнасяне на предмет спрямо друг, задачи по безопасно движение по пътищата, устройството на животните и човека, гражданско и екологично образование и др. След като поставим фронтално задача на дъската, осъществим разяснителна дейност, веднага след това може да дадем индивидуална работа на същия принцип, но с различни обекти или с някакво усложнение.

В направление Изобразително изкуство интерактивната дъска ни помага за демонстрация на различните етапи при рисуване на определен обект.

В направление Физическа култура най-често използваме станционния метод. На интерактивната дъска се изобразява последователно станциите, при които трябва да преминат децата.

По всяко едно образователно направление работата върви в двете направления: от дъска към индивидуална и групова работа и обратно. Всичко зависи от конкретните задачи, които сме си поставили в сугестопедичното занимание.

През изминалата година всички бяхме поставени в едно по-различно ежедневие. Всички трябваше бързо да реагираме на новата обстановка (преподаване дистанционно и онлайн). Това беше преломен момент за навлизане на технологиите в образователния процес. (защото единствения начин на общуване с децата беше дистанционната форма на общуване). Сугестопедията е метод на преподаване, при който се въздейства на всички сетива по много различни начини. Точно за това и технологиите имат място в него.

В ситуацията на присъствено обучение, но на ограничен достъп до родителите, отново трябваше да търсим начин, как да изнасяме информация на родителите за случващото се в детската градина. В края на всяка седмица предоставяме на родителите художествения текст (приказка). На платформа ([www.liveworksheet.com](http://www.liveworksheet.com)) се разработват игрови упражнения свързани с темата на седмицата. Тези упражнения са съобразени с образователното съдържание, което е било в разработките през изминалата седмица. По този начин връзката, която имаме с родителите макар и дистанционно дава възможност на родителите да се запознаят с дейността на децата в детската градина.

С всеки изминал ден технологиите ще навлизат все повече в нашето ежедневие и в пряката ни преподавателска дейност. Точно за това не трябва да се плашим от тях и да ги отричаме, а точно обратното. Това, че технологиите навлизат

обучителния процес не означава, че не можем да прилагаме класическата сугестопедия в съвременното предучилищно образование.

Нека помислим как и по какъв начин можем да ги интегрираме в сугестопедията, да извлечем максимума полза и улеснение което те ни дават.

В заключение можем да кажем, че с навлизането на технологиите в образователния процес и в частност сугестопедичните занимания в никакъв случай не е пречка. Защото технологиите дават възможност за улесняване предварителната подготовка на учителя - изработване на карти, намиране на картини, създаване на дидактичен материал и др.. Важно е да се знае, че трябва да се спазва закона за златното сечение (баланс при използване на технологиите). Използването на технологиите не е пречка, също така защото помага за стимулиране на интереса на децата. Тъй като със сугестопедичните занимания въздействаме върху всички сетива трябва да осигурим условия за манипулиране с различни материали, слушане, и визуализиране, а това може да се осъществи само ако се дозират различните начини на въздействие.



## ЗНАЧЕНИЕТО НА СЛАБИТЕ СИГНАЛИ

ИСКРА КОЛЕВА

### Анотация:

**Настоящата статия има за цел да подчертае значението на слабите сигнали или т.нар. подпороги дразнители в сугестопедичния учебен процес. Познава се на два основни източника: „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес“ (София, 1982 г.) и „Сугестопедия – десугестивно обучение“ (София, 2005 г.). Във връзка с многопластовото отражение на слабите сигнали се изследват две аналогии – при взаимодействието на личността с изкуството от една страна и от друга – с неопитомената природа.**

Човешкото съзнание се разширява, но не трябва да се чака светът да се оправи  
отвън – всичко е вътрешно в човека.

Учителя Беинса Дуно

За направата на една цигулка са необходими около седемдесет различни парчета дърво. Слушайки свършения й глас, се питаме дали той не е така въздействащ и поради съзвучието на тези многобройни различни, неуловими за представите ни частици, необходими за направата й. Съзнанието възприема цигулката в нейната цялост – в свършена форма и звучене, съчетани в божествена хармоничност. Какво долавяме обаче на равнището на нашето парасъзнание?

Слабите (подпорогите) сигнали се долавят под прага на съзнанието – парасъзнанието ги разпознава, но критиката, логиката спи. Кога периферните перцепции се превръщат в

подпороги сигнали?

Попадайки извън обсега на вниманието и съзнанието, (което се случва непрекъснато, тъй като периферните перцепции са динамично подпороги), те придобиват качествата на слаби, подпороги сигнали. Те подсилват значително усвояването на възприеманата информация. (На определен шумов фон подпорогите думи по-лесно се долавят.) Важността на подпорогите дразнители следва да бъде подчертана и поради това, че осъществяват дълговременната памет.

Сугестопедията, както определя нейният автор проф. д-р Георги Лозанов, произлиза от комуникативната десугестивно-сугестивна психотерапия. А тя от своя страна е свързана с факторите на изкуството, които глобално влияят, освобождават и стимулират. Чрез изкуството се подава огромен дидактичен материал като се пести психофизиологична енергия (поради парасъзнателното възприемане и осмисляне). Някои произведения на класическото изкуство отговарят напълно на психофизиологичните основи на сугестопедията, например че всеки дразнител се асоциира, кодира, символизира и обобщава едновременно на съзнавано и парасъзнавано ниво. Ето защо периферните перцепции (второстепенни дразнения) са в пряка връзка с влиянието на изкуството в сугестопедичния учебен процес.



„Мистично Рождество Христово“, Сандро Ботичели,  
1501

Да си представим, че стоим пред една ренесансова творба – Рождество Христово от Сандро Ботичели. В захлас сме, въздействието е всеобхватно. В своята откровена книга „Когато гледаме картини“ Кенет Кларк ни подсеща, че това произведение на изкуството не е от картините, на които можем да се наслаждаваме само с очите си. Тя е в най-добрия

смисъл на думата литературна картина, която трябва да се чете и бавно разгадава в светлината на всичко, което знаем за художника и неговото време... Това е най-малко чувственият танц в живописата и ако се присъединим към него, то е само с духа си, а понесем ли се в кръга на развяти във всички посоки драперии и крила и осеян с

- магическите форми на корони и палмови листа, ... небесната музика на избраниците ще достигне до нашите... сетива.

Една природна картина ни пленява по сходен начин. Всеобхватно и дълбоко, естетически и възвисяващо. Попадайки за пръв път в сърцето на Рила, нашият народен певец Иван Вазов се изпълва с прилив на вдъхновение и нови усещания:

Сега съм у дома, сега съм в моя мир –  
мир възделен и драг. Тук волно дишам ази,  
по-светло чувствам; свещен отраден мир  
изпълня ми духът, от нов живот талази  
нахлуват в мен, трептя от нови ощущения,  
от прясна сила, мощ и тайни песнопения...

Планината го прегръща „любовно“.  
Заобикалящата природа е вдъхновителка, поетът  
се слива с нея, разменя „тайна реч“. Тя го  
смирява, предразполага го и той мечтае или  
чете; чувства се по-добър; потъва в песни и  
молитва. Тук умът му „до господата отива“ и  
пристъпва към тайните на вселената.

Както в неопитомената природа, така и в  
сугестопедичния учебен процес възприемаме  
всеки миг с всяко сетиво. Безброй внушения,  
периферни перцепции – звук, ритъм, слово,  
интонация, картини, спонтанен слънчев смях –  
въздействат всеобхватно и се обединяват от  
едно неизменно качество: искреността.  
Неподправената, искрена усмивка не подлежи на  
фалшифициране. Мускулус зигоматикус се  
намира под двоен контрол, съзнат и несъзнаван.  
Обаче мускулус орбикуларис се контролира  
само несъзнателно и не може да се активира  
волево в искрена усмивка. Ние чувстваме това  
интуитивно...

Парасъзнаването обхваща и несъзнаваните  
страни на креативността, като интуицията и  
вдъхновението. Разбира се, необходима е  
подходяща оркестрация на сугестопедичния  
учебен процес – естествена, предоставяща  
свободен избор, водеща до очаквания,  
вчувстване и преживяване, за да се постигне  
холистично взаимодействие. Когато внушението  
(универсалният комуникативен фактор) бъде  
хармонизирано с личността и бъдат  
оползотворени съзнавано-парасъзнаваните  
стимули. И когато е удовлетворена потребността  
от естетическа наслада и се порожи жажда,  
стремеж за въздигане, за възвисяване на  
личността. Тогава биха могли да се разкрият  
всестранните резерви на личността и да се  
стимулират нейните креативни сили.

#### **Използвана литература:**

- Георги Лозанов „Сугестопедия – десугестивно обучение“, София, 2005;
- Евелина Гатева. „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес“, София, 1982 г.
- Лекции на Ванина Бодурова, управител на Фондация „Професор доктор Георги Лозанов и професор доктор Евелина Гатева“
- Кенет Кларк. „Когато гледаме картини“, Издателство „Български художник“, София, 1981 г.
- и много вдъхновение...

#### **За контакт с автора:**

iskravk@abv.bg

THE JOY OF TRAVEL  
OR HOW TO CREATE A SUGGESTOPEDIA ENGLISH TEXTBOOK

РАДОСТТА ОТ ПЪТУВАНЕТО  
ИЛИ КАК СЕ СЪЗДАВА АНГЛИЙСКИ СУГЕСТОПЕДИЧЕН УЧЕБНИК

АНГЕЛИНА РУМЕНОВА

**Annotation:**

**This article briefly presents the creation process of two Suggestopedia English textbooks: Viewfinders for Intermediate Level and Viewpoints for Upper Intermediate/Pre-Advanced Level. Both textbooks draw their inspiration from The Return textbook by Prof. Dr. Georgi Lozanov and Prof. Dr. Evelina Gateva and incorporate the guiding principles of Suggestopedia, turning their creation and use into an everlasting joyful travel to explore the human learning potential.**



Planning the Grand Tourby Emil Brack  
(late 19th century)

What we call the beginning is often the end  
And to make an end is to make a beginning.  
The end is where we start from.

Thomas Eliot, "Little Gidding"

Ако обичате да пътувате, знаете какво е радостното вълнение преди да потеглите: как взимате багажа си и предчувствате всички случки и събития, планирани или изненадващи, важни или почти незабележими, които ви предстоят.

После излизате от дома си и ето, край вас минават гледки и хора, сгради и пътища, които стават част от мечтаното ви пътуване и са с вас оттук нататък, по целия ви маршрут и до крайната му цел.

Когато започнах да пиша първия си сугестопедичен учебник по английски език за възрастни Viewfinders, дори не осъзнавах доколко той ще повлияе на взаимодействието ми с хората, които желаят да развиват езиковите си умения и се записват на курс в Център по класическа сугестопедия „Вихровения“. С всички тях, заедно преминахме по пътя на създаването на учебника и това толкова ни хареса и вдъхнови, че последва още един учебник – Viewpoints.



В това въображаемо пътуване, неотлъчно с мен бяха и моята учителка, Ванина Бодурова, председател на Фондация „Проф. д-р Георги Лозанов и проф. д-р Евелина Гатева“ с безценни насоки и съвети, както и самите проф. д-р Георги Лозанов и проф. д-р Евелина Гатева.

Как – бихте се учудили вие – е възможно двама души, които вече са напуснали този свят, да ме придружават в това пътуване?

Със своето основополагащо дело и постижения, както и с книгите и учебниците, които ги въплъщават, особено учебника The Return. Пътуването ми бе вдъхновено и неимоверно подпомогнато от този учебник, тъй като можех да следвам и развивам многобройните му сюжетни нишки, както и образите на действащите му лица.

От съществено значение бе и възможността да приложа същата структура на представяне и градация на многократно увеличени материал, с която обхвамах граматичните, лексикални и функционални компоненти на ниво Intermediate в учебника Viewfinders и ниво Upper Intermediate/Pre-Advanced в учебника Viewpoints.

Всъщност, предприемайки това пътуване, аз не бях планирала нито точния му маршрут, нито дължината, нито времетраенето.

Първоначалната идея бе за, по-скоро, кратка проучвателна екскурзия. Бях подбрала няколко интересни текста за концертни сеанси на летен курс по английски език за младежи, около които създадох едномесечна 100-часова сугестопедична програма.

Постепенно, курс след курс, програмата се усъвършенстваше, сугестопедичните материали се разнообразяваха и обогатяваха, курсистите впитваха своите предложения и отзиви и, неусетно, узряхме за идеята за истинско, вълнуващо с предизвикателствата и откритията си, пътуване.

Сугестопедичният учебник Viewfinders съдържа Пролог и 6 глави, а Viewpoints – Пролог и 5 глави и всяка една е плод на няколкогодишно експериментиране, изпробване и промени, които всъщност ще продължават и в бъдеще с всеки един курс и всеки един курсист.

Затова, радостта ми е непрестанна, че благодарение на хората, с които сме заедно в учението и работата, това пътуване ще продължава безкрай.

## СЕМЕЙНО-РОДОВА ДИНАМИКА И СУГЕСТОПЕДИЯ

**МИЛЕНА МИЛЕВА**

Преди около 10 години създадох метод, който нарекох "Аугуста Монада". Той се основава на специфичен прочит на родовата астрологична карта и третира неразрушимата връзка на човека с двете най-близки до него системи - тези на семейството и рода му.

Наясно съм, че само споменаването на думата "астрология" буди в едни любопитство, в други скептицизъм, в трети възхищение, а в четвърти подигравка. И разбирам напълно хората, които я отхвърлят, тъй като онова което се тиражира като астрология е много далеч от истинското познание, което носи тя.

Но тази статия не е посветена на астрологията, а на сугестопедията.. Преди да стигна до нея обаче ми се иска направя кратко въведение в спецификата на онова, с което се занимавам.

"Аугуста Монада" е пътуване към най-дълбоката същност на човека от една страна, а от друга е практически наръчник за инструментариума, с който той разполага, за да осъществи себе си, и изпълни мисията, заради която е извикан в енергийното поле на Предците си. Методът се състои (образно казано!) от "врати" след отварянето, на които се открива пълният потенциал и блясък на собственото Аз. Но не само! Осъществява се осъзната връзка с неописуемо красивата, мощна, любяща и подкрепяща енергия

на бащиния и майчин род.

Един от сложните моменти в работата ми беше фактът, че информацията, която предавах имаше само един "вход" - умът. През него разчитах да се стигне до разбиране, което да доведе до решения, осъзнати действия и в край сметка до желаната промяна. Умът обаче е колкото полезен, толкова и "опасен". Полезен, защото чрез него в съзнанието може да бъде преработено несъзнаваното - основен фактор, когато говорим за енергийното поле на предците. И "опасен", защото обичайно е услужлив на аргументи, които (не винаги, но достатъчно често!) реално ни отдалечават от свободата и напредъкът, които искаме в живота си. Осезателното присъствие на субективни възприятия и внушения получени от външната среда, социалната приемливост и понякога сериозните "блокажи" свързани с динамики в семейно-родовата среда, "помагат" на ума да "оплита" съзнанието, блокирайки по този начин фундаментално важната за всеки от нас връзка с корените.

Независимо от "съпротивата", която умът понякога упорито оказваше, хората, които ми се доверяваха, постигаха завидни резултати. Но в мен усещането за липсата на нещо съществено (което ми беше трудно да формулирам на онзи етап!) ставаше все по-осезаема, и по-осезаема.



В търсене на тази липсваща брънка се срещнах със сугестопедията. За нея знаех малко, да не кажа, почти нищо - създадена от проф. д-р Георги Лозанов за ускорено изучаване на чужди езици. И толкова. До деня, в който моята дъщеря (дипломиран психолог) не се върна от семинар в Лондон, на който лекторът споделил, че ползва методиката на един българин – проф. Лозанов. Учудването ми бе голямо, защото не разбирах каква причина може да накара психолог със световна известност да използва сугестопедията в наука изучаваща закономерностите на психическата дейност.

Сега знам! Знам за неограничените, работещи във всяка област на човешкото знание, възможности на сугестопедията. Знам, че за да осмислим какво точно ни е завещал проф. Лозанов ще ни трябват векове. Знам, че Законите, които е формулирал ще бъдат пътеводна звезда не само за нас, но и за поколенията след нас. Знам, че не ние имаме планове за приложението на сугестопедия, а Бъдещето, на което тя принадлежи.

Именно това знание се оказа повратна точка в дейността ми. То ме накара да работя 3 години върху сугестопедичен вариант на метода ми, с неограниченото менторство, приятелство и принос на онази, която ме посвети в тайнството "сугестопедия" - г-жа Ванина Бодурова.

Така се роди "Пътят Аугуста Монада". Път-приказка разказвана от Рода, Път-откровение, Път-катарзис, Път-сила, Път-посока, просто Път.... И не Път изобщо, а твоят собствен приказен Път! Изпъстрен с блата и гори, планини и долини, реки и пустини, градове и морета. Път преминаващ през острови и квартали, оазиси и шатри, пазари и огнища, ателиета и кръстопътища. Път, в който музиката

блика отвсякъде! Концерти с класическа музика, докосващи душата, се редуват с ритми от непознати земи и езици, а после блус и шлагер, рап и джаз, опера и фолклор те завъртат в танц, който само Пътя може да роди. А ти твориш – рисуващ, четеш стихове, нижеш огърлици, изковаваш оръжия, градиш замъци, палиш огнища. И не си сам. Пътят гъмжи от живот. Приказен живот. Лебеди и орли, вълци и лемури, приказни герои – властелини на блатото, боклукчийка, орисници, и още Фата Моргана, вълшебници, пазители, посланици, и разбира се Духът на Предците. И това съвсем не е всичко! Учиш, преживяваш, преминаваш през радост и смях, през сълзи и колебания, през вдъхновение и катарзис. А Пътят не обещава нищо друго, освен безусловна Любов...и промяна. Промяна, която те прави по-осъзнат, градивен, щастлив, спокоен и уверен в себе си човек. Човек разкрил онзи вътрешен потенциал, който дори не е подозирал, че притежава.

Сега, когато вървя по този Път, когато наблюдавам промените, които се случват с мен и с всички, стъпили на него - имам собствено разбиране за сугестопедията. За мен тя е много повече от наука, много повече от начин за предаване на информация, много повече от психотерапевтичен метод. Тя е преди всичко Любов. Любов, която ти пропomnia кой си, от къде идваш и накъде отиваш. Позволява ти да градиш, и дерзаяйки да осъществяваш себе си. Сугестопедията е "мантия" от знания изтъкана от градивната частица на Вселената - Любовта, и дарена на света чрез Българският Дух на проф.Лозанов!

За да пребъдем - като Човечество!

За контакти с автора:

[augustamonada@gmail.com](mailto:augustamonada@gmail.com)

[www.augusramonada.com](http://www.augusramonada.com),

тел: 0887716841

София 1000, бул. Яворов 22.



## СУГЕСТОПЕДИЯ И ТВОРЧЕСТВО

### СВЕТЛАНА СТОЯНОВА

*Светлана Стоянова е сертифициран преподавател-сугестопед. Работи към Център по класическа сугестопедия „Вихровения“, София. Нейната работа е специализирана в преподаването на български език за чужденци, както и в началното ограмотяване при малките деца по метода на класическата сугестопедия. Предложената статия представя на читателите мястото на творчеството и творческия процес в сугестопедичното обучение и значението им в сугестопедичната методика като цяло.*

Сугестопедията представлява една неделима съвкупност от педагогика, психология и изкуство. Тя е оригинална образователна система с характерен облик и отличителни признаци, които я правят приложима и ефективна в различни видове обучение. Една от съществени и черти е творчеството. То е неделима част от всяка стъпка в обучителния процес на методиката.

Всеки етап в сугестопедичното обучение е съпътстван от творчески процес. Още във въвеждението, с първата крачка в стаята, преподавателят се изявява като творец. Той представя материала на съответния художествен цикъл артистично и художествено. Курсистите влизат в роли и започват да творят – своя нов образ, своята нова реалност такава, каквато искат

да бъде тя. Творческият процес продължава и през концертните сеанси – с фоновата класическа музика – най-отличителният белег на неизменно съпътстващото сугестопедията музикално класическо изкуството. През третия етап /разработка на представения материал/ творческият процес се развива още повече – в естетична и приятна обстановка, текстовете се изчитат по различни начини, материалът се усвоява чрез игри, танци, песни, диалози и непринудени разговори. Участниците в комуникацията започват да се изявяват спонтанно, т.е. стимулира се творчески процес, който повишава качеството на възприемане и запомняне на лексиката и граматиката. На финала на обучението /четвърти етап/, т.нар. представяне на курсистите – те се изявяват индивидуално и освен затвърждаване на знанията и уменията за говорене, те се разкриват като истински творци.

Тази споеност на учебното съдържание с творчеството откриваме не само в самата изява на курсистите и преподавателя-сугестопед, но и в приятната атмосфера на стаите, учебното съдържание, което е оформено естетически в сугестопедични учебници, нагледни табла, игри и пр. Така, макар и на втори план, тези емоционални стимули и периферни възприятия се превръщат в творчески процес.

Като цяло учението се извършва в творческа

обстановка, която стимулира креативността на учащите. През обучителния процес се предизвиква хиперактивност, която е сугестирана или автосугестирана творческа свърхпродуктивност. Активира се интуицията и се създава състояние близко до вдъхновението, а това е едно зареждане на чувствата и разума по необикновен начин.

Съпътстващото сугестопедията творчество помага и за изграждането на нови материални и духовни ценности, създава нови идеи и връзки между съществуващи понятия, „раждат“ се оригинални и нови „продукти“. Всеки курс се превръща в уникален спектакъл, със собствен сценарий и сцена за изява.

Творчеството само по себе си е свързано със свободата, която е и един от седемте закона на Сугестопедията. Обучаващият има възможността да избира свой собствен път за формиране на своите знания и умения и разкриване на скритите си резерви. Като свободата се проявява спонтанно, провокирана от множеството стимули, които сугестопедията предлага.

Творчеството помага на сугестопедията да създаде креативна и щастлива среда, в която ученето се превръща в естествен и радостен процес на откривателство. Така неусетно се удовлетворяват и естествените нужди на човека от красота и хармония в общуването, както и стремежът към един по-оптимистичен светоглед.

Светлана Стоянова:

[svetlana.zhechkova@gmail.com](mailto:svetlana.zhechkova@gmail.com)

## СУГЕСТОПЕДИЯ И ВРЕМЕ

**КАТЯ СТЕФАНОВА,  
ПРЕПОДАВАТЕЛ ПО ИКОНОМИЧЕСКИ ДИСЦИПЛИНИ И  
ФИНАНСОВА ГРАМОТНОСТ**

### **Анотация:**

**Написах статията, вдъхновена от темите за размисъл, които Ванина Бодурова подаде към нас. Винаги съм смятала, че Сугестопедията е изпреварила неведнъж своето време, а това особено силно се проявява в наши дни.**

Колко необикновена плетеница от букви е тази любима моя дума - Сугестопедия. Още от първия миг, когато я чух, в съзнанието ми започнаха да се рисуват образи – С като смел, У като умен, Г като грациозен, Е като елегантен и така нататък. Какво щеше да бъде изумлението ми години по-късно, когато опознавайки все повече методиката, установих, че цялата тази палитра от качества наистина се съдържа в нея.

За всички нас и цялото човечество настъпват резки или по-деликатни промени, които се случват с темпове, наблюдавани изключително рядко в човешките цивилизации, само когато това е наистина необходимо. Ето сега е такава, необходимо време, за приветстване на новото, за достолепно изпращане на старото и за поставяне отново в центъра на всичко това ЧОВЕКЪТ, с неговите стремления, надежди и любовта, без която няма жизненост в нито едно наше действие или намерение.

Колко радост и знания може да донесе една личност на друга - ами, колкото пожелаят и двете

страни. Ето толкова специална и витална е за мен Сугестопедията, нейният създател доктор Лозанов и всички невероятни хора, които ежедневно създават приказност в работата си в името на науката и в името на любовта към курсистите си.

Вещите хора около нас казват, че сега е дошло „видело време“, в което всичко ще си дойде на мястото и ние ще започнем да се виждаме и да виждаме света по различен начин. Толкова далновидност се съдържа в седемте закона на Сугестопедията, формулирани от доктор Лозанов преди десетилетия и така особено необходими в нашето „смутно време“.

Колко спокойствие внася още първият закон – „Любов“, колко сигурност и хармония се създават у преподавателя, когато той усеща, че през цялото време има своя пътеводител пред себе си и знае, че „Свободната воля“ на всеки е в основата на взаимоотношенията в учебния процес. Така съвсем естествено се включва и третият закон „Абсолютната убеденост на преподавателя, че нещо необикновено се случва“. Четвъртият закон – „Многократно увеличеният материал“, както и петият закон съотношението „Цяло - Част, Част - Цяло; Частта чрез Цялото“, дават невероятната възможност да бъдат представени в своята завършеност цели дялове на науката, които иначе биха се изучавали тромаво и на части в продължение на големи интервали от ВРЕМЕ. Ето

отново се включва понятието време, част от което чрез Сугестопедията бихме могли да трансформираме в едно незабравимо изживяване и радост, а друга част да насочим към отдих и покой сред природата, от която толкова се нуждаем напоследък.

Хармонията в сугестопедичния процес се отразява и в шестия закон – „Златното сечение“, както и се преплита по естествен начин с класическото изкуство, за да се създаде още по-съвършен и хармоничен процес за курсистите и е отразен в седмия закон – „Прилагането на класическото изкуство“.

Наясно сме, че всеки има своите тревоги, преодолявания и сбъдвания, но колко по-различно е всичко, когато има някой до теб да подкрепя начинанията ти, да споделя успешното и неуспешното от своята опитност, да бъде с теб в мислите ти, макар и на другия край на земното кълбо. Толкова е вдъхновяващо да знаеш колко много хора ежедневно работят в различни приказни светове в своите красиво подредени кътчета на познанието. За мен завещаното от доктор Лозанов и доктор Гатева и така старателно съхранено от Ванина Бодурова, е свързано с вярата, че всеки преподавател има стремеж към това да бъде етичен и естетичен максималист в отношенията си с курсистите, колегите и като цяло в своята работа.

В този ред на мисли, у мен нахлува един познат за всеки българин завет на Левски: „... времето е в нас, а ние сме във времето; то нас обръща и ние него обръщаме“ – толкова точно послание, което съпоставено с нашето съвремие, ни дава още по-силен тласък и вяра, че това именно е пътят - възможността, която има всеки от нас да даде своя

принос чрез работата си и да се обърне тъмното на светло, страхът на решителност и всичко това чрез науката, красотата на класическото изкуство и любовта в глобални измерения, безусловна и безкористна. Често се замислям какви късметлии сме ние, които имаме възможността да сме част от една общност, да прилагаме най-хуманната методика Сугестопедията и да имаме свободата и отговорността да творим чрез красотата на класическото изкуство и да придаваме на живота онази изтънченост и хармония, от които личността се нуждае.

С най-искрена благодарност и признателност към това велико дело:

Катя Стефанова

#### **За контакт с автора:**

телефон 0885067976,  
katia\_tstefanova@abv.bg.



## "ЕДНО ПИСМО"

**ИРЕНА МЛАДЕНОВА**

Когато се влюбиш в една теория, когато разкриеш чудесата на тази любов и ти се иска да я прилагаш както в професията си, така и в личния си живот.

Скъпа моя, любима Сугестопедия,

Изпълват се 10 години откакто се срещнах с теб. И до този момент помня началото и зная, че никога няма да го забравя! До този момент продължавам да съм влюбена в теб и зная, че винаги ще те обичам! Да те откривам, да ти се радвам, да преживявам прекрасни мигове на щастие и да искам да раздавам това щастие на всеки, който има сърце да го усети!

Убедена съм, че всяка среща с нещо толкова специално като теб е дар от съдбата за този, който е готов да го получи и се чувствам истински щастлива от това, че дойде в живота ми! Ти си един от тези редки дарове, които колкото повече опознавам, толкова повече стойност за живота ми придобива!

В началото бе вдъхновението и полетът; след тях дойдоха упоритият труд и безсънните нощи в подготовка на материали, игри, текстове, преводи на песни, приказки, поезия; четене и препрочитане на трудовете на Д-р Лозанов и д-р Гатева; творчество; нови текстове, романи, истории и така до безкрай. Ръка за ръка с мен вървяха и споделяха

този процес ученици от всякакви възрасти, с различни професии и занимания, с различни интереси и мотиви за учене. Всички те в края на нашата споделена пътечка в живота си тръгваха щастливи, с грейнали лица и светлина в очите. Те също бяха срещнали теб и се бяха влюбили! Времето се превърна в 5-седмични курсове, които преминаваха неустно в радост, смях, щастие, удовлетвореност от постигнатите резултати /от страна на курсистите – че те вече говорят испански език, от моя страна – че те са влюбени в езика и вече няма какво да ги спре да го надграждат и използват с удоволствие./

Пътешествях, преподавайки любим за мен език; опознавах хората в различни краища на България; пътувахме заедно чрез въображението си, създавайки нови светове; пътувахме и реално заедно до Испания, за да учим и говорим в естествена среда. Това ми дари в професионален план ти, моя любима Сугестопедия, този безценен дар да съм щастлива в професията си!

В личен план не всичко бе като сугестопедичен курс! А така ми се искаше! Толкова ми харесваше! Там аз бях себе си! И бях всичко, което пожелах!

Аз съм учител-мечтател-философ. А философите са царете на теориите. Те затова са философи. Някои теории е добре да си останат само теории. Не всяка теория може да ме привлече; може да ми хареса или не, но това, което истински ме вълнува е как

дадена красива теория може да се превърне в практика. В Сугестопедията открих философската база на ученето и преподаването, която никога до този момент не бях откривала в друга методология /занимавам се с модерно образование от 1995 година и смея да заявя, че познавам много различни видове педагогически методи, похвати, техники, движения и т.н./. Но все нещо ми се изплъзваше, липсваше ми и продължавах да търся. При сугестопедията от теорията се отива много леко и плавно към практиката; освен това, с радост, щастие, смях и добронамереност, което дава изключителни резултати. Имах щастието да бъда свидетел на раждането на стихосбирки; промени на професии; излизане от тежки сфери на работа и посвещаване на любимо занимание; на връщане към детски мечти и осъществяването им; тоест – на разкриване на резервите на личността.

В приложението на сугестопедията в практиката откривах ежедневно щастието и хармонията в класната стая. Откривах колко бързо се връщаме към онова естествено състояние да бъдем себе си, без да се притесняваме, че някой ни оценява; да имаме право да грешим; да избираме и променяме избора си без назидание; да се изкажем по всяка тема или да се въздържим от изказване; да творим, да мечтаем, да действаме и да се радваме да индивидуалните си възможности, без да бъдем сравнявани, етикетирани или порицавани. Ученето придоби дълбок смисъл.

В глобален аспект ние учим, за да прилагаме в живота принципи, които създават една хармонична картина на нашия живот. На нашия живот?! Не само професионалния, но и личния?! И тогава си зададох въпроса:

Възможно ли бе и личният ми живот да бъде

базиран на законите на сугестопедията?

Защото всичко това, което правя в сугестопедичните курсове се случва толкова естествено, леко, красиво; не усещам времето, сливам се с момента и сякаш нищо друго не съществува, след като съм прекрачила прага на сугестопедичната зала, без значение къде - дали в моето студио или в друг град, в друга школа, в друг образователен център. И съм истински щастлива! А кой не би искал да бъде щастлив? Това е толкова естествен порив, който се таи в дълбините на душата ни!

И този въпрос започна да изниква все по-често в моето съзнание. Всеки един от законите на Сугестопедията започна да придобива особено значение за мен, питайки се как в живота си бих могла да го приложа.

Това е процес на много сериозна работа с мен самата, който продължава и до ден днешен. В следващи статии бих могла да споделя конкретни резултати, в случай, че има интерес към тях. Това, на което се надявам е, в края на своя жизнен път да съм успяла в по-голямата част от личния си живот да спазвам законите на сугестопедията и да ги прилагам заедно в тяхното единство.

Защото за мен те са универсалните закони за конструиране на хармонична среда. Моята скромна лична цел е да „конструирам“ ежедневно своя хармоничен живот или композицията на моя живот да спазва принципите, който ме правят по-щастлива, по-спокойна, по-уверена и наслаждаваща се на живота.

Според мен /може би и според някой друг от тези, които сега четат този текст/, Д-р Лозанов е завещал

на човечеството освен най-хуманната  
методология за учене така също и една  
приложима на практика философска концепция  
за хармоничен начин на живот. Чрез законите на  
Сугестопедията всеки един от нас би могъл да  
постига това, което за себе си съм нарекла „цел“  
– хармония във всички аспекти на живота.

Това ми помогна да разбера ти, моя любима  
Сугестопедия!

И продължаваш да ми помагаш да си задавам  
въпроси, да искам да знам, да мога, да мечтая и  
творя!

В нашата десета годишнина мога само да кажа  
Благодаря! И да си пожелая да продължим да  
бъдем заедно!

Автор: Ирена Младенова

Тел. за контакт 0899133832,  
e-mail: irena.mladenova@gmail.com

## CREATING WHOLENESS IN EDUCATION THROUGH ART & AESTHETICS

**SEMRA ÇELIKTAŞ**

### **Abstract:**

**Humanity, as a being, is merely energy, timeless and infinite. They are born with all the information recorded in their cells. As soon as it is remembered, the golden gate is open to the existence and the unique communication with the earth starts. In this unity "Art and Aesthetics" helps accelerate decoding the knowledge in human's DNA in a peaceful, trustworthy way and communication starts with "Humanistic Values" in education as well as in every layer in life.**

There are times called timelessness and you know that you are just "being" at that moment in oneness & wholeness and you can create anything you can imagine.

It was the first time I had lived "timelessness" deeply with Prof. Dr. G. Lozanov and had taken me beyond this reality by asking in his room in Sliven;

"Would you like to listen to the nature, the wind, birds, leaves, etc...?" "Would you like to tell me what you can hear?" and kept going

"What else?", "What else?"...

It was the magical moment for me to start discovering Suggestopedia & Suggestopedic Art & Wholeness & Human being & Education.

From then on, my journey has started and brought me here to write this article. I have kept asking questions;

"Who are we?"

"What are our sources as a human being?"

"What is Suggestology?"

"What is the relationship between human being and Art & Aesthetic?"

"Why are Suggestopedic art & Aesthetic important in creating wholeness in education?"

We, as a human being, are born with six sources;

\*Love

\*Knowledge

\*Strength

\*Creativeness

\*Beauty & Aesthetics

\*Abundance

which mean that we are unique and complete.

With the consciousness of having the sources mentioned above, we can imagine, intend and do anything that serves us to actualize our dream.

While we are growing up, we forget how unique and complete we are – unless we are interested in Art & Aesthetics – so we stop looking at the inner source and start to look for our uniqueness and completeness out which keeps us far away from our own source and center.

"The Art" reflects macro cosmos, the harmony of substance and spirit, and "Aesthetics" helps us find macro cosmos (the layout in universe) in the art object, micro cosmos.

So any type of education harmonized with Art and Aesthetics is the golden gateway to find, create and actualize anything beyond this reality.

Because admiring an art object means that it is the time to evaluate it aesthetically. And admiration is concerned with the dynamic skill called GUSTO. So anyone who evaluates the art object aesthetically starts speaking with "Humanistic Values".

With the light of the big picture of Art & Aesthetics, what is there in Art in detail, in small picture?

Art embraces everything and is all about love, compassion, energy, respectfulness, joy, humour, curiosity, rhythm, nature, naturalness, spontaneity, creativity, colours, human being and all living creatures.

So "Art" helps us create training program or a system with passion, aesthetics, in connection with wholeness and makes it meaningful and vital.

All the categories in Art let us live the adventure of possibilities with enthusiasm in our life and give us a sense of creating something with ease, joy and glory beyond this reality greater than we usually do.

All the information given above was also approved by Prof. Dr. G.Lozanov, psychiatrist, who is the creator of applied science called Suggestology himself and the educational system called Suggestopedia with the contribution of Prof Dr. Evelina Gateva-Hinkova who created the globalized artistic organization of the suggestopedic teaching and learning process.

The aim of Suggestology is to activate, free the brain

reserves to enable the person improve his/her present capacity and create anything beyond this reality. In this system the person uses suggestion as a communicative tool and makes his/her choice by both logic and intuition without any barriers.

In the light of searches done by Prof. Dr. Georgi Lozanov and Prof. Dr. Evelina Gateva-Hinkova, we know that it is the synthesis of all arts which helps us create an ambience of magic, emotion, and imagination and renders itself to the creation of the state of concentrative psychorelaxation.

In this respect we can look at the categories called as building blocks of the whole in Art and see their igniting specialities in mind, heart, spirit, psychology and reflections on education.

\*Music, classical music, opera, didactic and artistic songs

They ease the mastering of new foreign language material and the school subjects.

\*Theatre, Cinema, Choreography

They stimulate the students (and individuals) into mastering a greater volume of educational content. All the work is based on a carefully prepared plan to reach a particular goal using controlled theatrical games.

\*The classical ballet, light dances in folklore style together with the artistic – didactic song.

The learners, students spontaneously and easily absorb through dance and song the lexical – grammatical material in the folklore,

and also move their bodies and react psychologically.

\*Painting related to all periods helps us not only master a greater volume of knowledge with ease, joy, elegance but also express all details seen on the colorful scene.

In the light of above mentioned building blocks of Art, it is so vital to inform that there is a specific kind of Art called Suggestopedic Art – the synthesis of literature, drama, music, dance, fine arts, prose, poetry, songs with dance, opera fragments and arias, sculpture, geography with ethnography, the logic of the subject studied and inter subject connections. As we already noted, the synthesis of literature, music, dance, fine arts and logic in the studied subject with inter subject connections is the basis of the Suggestopedic Art.

The Suggestopedic Art and the Suggestopedic text book, respectively, have their own specific purposes and tasks in the whole artistic organization of the educational process, but are simultaneously in accordance with the general theory of the arts and a programme which fosters the creation and absorption of the educational image- reworked and added to reality, with psychological premises for the creation of the artistic image, the composition, the story, the fabula, and the artistic work , with the complexity of its content and form, the style and the structural multiplane quality of the work.

With the awareness of the knowledge explained above, since 2011 I have been teaching English in classical Suggestopedic way to the people between 5 and 65

years old, 60 adults + 85 children.

Both my students and I have experienced the wholeness through art and aesthetics . That wholeness has transformed and facilitated our lives with ease and joy in every field and fostered our perception in learning . It has also reminded us our uniqueness as a being. We have lived so many different and unbelievable moments, stories spontaneously in every class. Here is the first of the two stories I have never forgotten.

There was a 5 year old boy who had no words with his family and friends and had been taken to the doctors before but had quitted then since they had no healing. In a group of 10, I was with the boy about 4 weeks and studied English with Suggestopedic book and by singing songs, dancing, painting, playing with toys in a play, doing puzzle (artists' paintings or cartoon characters) in a specially designed class. He was joining all the activities and was so happy during the class. After the course finished, he started to use words in communication with his family and friends with ease and joy.

The other one is about a 40 year old woman who is a doctor.

In five weeks' study with the suggestopedic book "The Return",

I created an ambience in the room with educational arty posters and some space posters on the wall, musical instruments, some art books, mythologic sculptures, some world wide known paintings, colorful costumes, shawls, classical music pieces, toys and colourful pencils.

It was a place of recreation and reactivation .

In an arty atmosphere role playing & reading the



scenario, the way we communicate with love and respect let her be relaxed, safe, calm, creative, open beyond this reality, create herself in English and every aspect in her life. She stopped being perfectionist became more tolerant, started to have time for herself, live whatever comes with love, love herself, forgive whatever had happened before. Living in vitality became her key. She changed the way she was, lived and worked. She moved to a wider space with love, softness, her strength.

Just be and let yourself live with the awareness of who you are,  
watch macro cosmos & micro cosmos and apply art & aesthetics  
in any field you study to create the wholeness.  
As Prof. Dr. G. Lozanov said 'AESTHETICS does its job.'

With my deepest love and respect for Prof. Dr. G. Lozanov and Prof. Dr. Evelina-Hinkova

**Contact details:**

Semra Çeliktaş  
semraceliktas@radhaakademi.com  
www.radhaakademi.com  
+905064023529

## GEROGI LOZANOV'S THEORY OF SUGGESTION IN ITS RELATION TO HUMAN POTENTIAL

SEÇİL BESLER TÜRKÖZ

### **Abstract:**

**Within the framework of debates on human potential, this study aims to discuss Georgi Lozanov's theory of suggestion in its relation to human potential. Lozanov, as a believer of profound human potential, argued that suggestion, that is, environmental influences, including weak signals, can have immense effects on human potential and reserves of the mind/brain can be revealed in everyone on the condition that appropriate methods and carefully prepared and stimulating environmental conditions are provided. Through his lengthy interdisciplinary investigations into psychotherapy and neuroscience, he developed a value-laden education system known as Suggestopedia/Reservopedia, based on his conception of suggestion and findings of modern science.**

**This study argues that Lozanov's theory of suggestion can help us expand our vision of what counts as human potential by defying all limiting beliefs regarding our capacities and how our understanding of human potential can affect our educational outcomes. It also contends that an educational philosophy lacking Lozanov's conception of suggestion will be misleading considering suggestion one aspect of human nature. Therefore, understanding Lozanov's theory of suggestion in its many dimensions, particularly its emphasis on love, respect and care for human beings, is essential to adopt an affirmative language for human potential, hence a more humane and egalitarian worldview.**

**Key words: Lozanov, suggestion, human potential, philosophy of education**

### **1.Human Nature and Potential**

Unending debates concerning human potential have held the stage since antiquity. As Scheffler (1985:10) states, "the notion of potential is not only a hoary metaphysical idea that has come down to us from ancient Greek philosophy, it is also widely operative in the thinking of parents, educators, planners and policymakers in the contemporary world." It seems that this debate has been embedded in the so-called nativism-empiricism or nature-nurture dichotomy in philosophical and psychological worlds.

Oxford English Dictionary (OED) defines nativism as the theory that "concepts, mental capacities, and mental structures are innate rather than acquired by learning." On the other hand, OED defines empiricism as the theory that "all knowledge is based on experience derived from the senses. Stimulated by the rise of experimental science, it developed in the 17th and 18th centuries, expounded in particular by John Locke, George Berkeley, and David Hume" (OED). Keller (2010) states that what is meant by nature and nurture is not clear, and it is sometimes the distinction between what is born (nature) and what is acquired after birth (nurture). Notably, the principal question here which is more significant determining who we are, our innate traits, genes, or our immediate and cultural environment.

The response to the above question is of significance due to its implications for educational policy and decision making. "If nature is more influential than nurture in forming human individuals and societies, it seemed there would be much less possibility than many social theorists had liked to think of improving individuals and society by education, social programs, and political change" (Stevenson et al., 2018:271). However, according to recent studies, neither nature nor nurture is adequate to produce a given trait. "It should be obvious that nature and nurture are not mutually exclusive. It does not make sense to ask whether human beings are a product of nature or nurture. Obviously, the answer is both" (Prinz, 2012:6). One remarkable explanation came from Ridley (2003) when he asserts that our behaviours are not confined to our genes; instead, they enable us to behave in different directions given the environmental conditions. It is no longer nature versus nurture but nature via nurture.

At this point, it is important to note that recent findings in epigenetics (the study of how environmental factors structurally alter DNA), brain research and sociology have confirmed the flexibility of human development. "There exists today a notion held by a range of actors that bioscientific research on epigenetics is generating new insights into the molecular mechanisms through which the social and physical environment impact upon the bodies of humans and other animals" (Pickersgill, 2020:73). The concept of neuroplasticity in brain sciences, referring to "the capacity of our brains to change based on either external or internal influences" (Jensen & McConchie, 2020:77) implies that "whatever way a person needs to learn, grow, or heal, it is possible. Whether it be a skill, a content area, or a self-

regulation toolkit, it can be learned" (Jensen & McConchie, 2020:83). The theory of the connectome, that is, the totality of connections between neurons in a nervous system, also bears an optimistic message about the flexibility of the human brain. It assumes that any kind of personal change is about connections in the brain, that is, our connectome (Seung, 2012). Beside these, three important projects by the name of The Perry Preschool Project, the Abecedarian Project, the Nurse-Family Partnership revealed that contrary to the views of genetic determinists -those who ascribe predestiny to the genes- "intervening early can produce positive and lasting effects on children in disadvantaged families" (Heckman 2013:5). It follows, then, that whatever differences may initially seem between individuals, organizing the environment can play a significant role in improving individuals' performance; therefore, it is highly likely to make meaningful changes in educational outcomes for all.

However, given the robust evidence of the effects of the environmental factors on human beings, "not just the physical environment but also the biotic and social environments" (Wedell et al., 2019:245), "nativism still plays a role in shaping education policy, and practice and many teachers subscribe to an informal nativism, viewing some students as bright and others as lacking in ability. Notably, the influential philosophers of education from the Ancient Greeks to the present day have endorsed versions of nativism" (Marley-Payne, 2021: 144). Therefore, within this context, some crucial figures, who expressed their views on human or endeavoured to explore human nature, warrant a closer look due to their historical importance.

The origins of the general usage of the terms nature

and nurture can be traced back to Greek philosophy (Royle et al., 2019:131). Plato, one of the first defenders of innate ideas, believed that we come to the world equipped with an understanding of ideas of love, religion, morals, mathematics and many complex domains of inquiry (Prinz, 2012:8). In his ideal state described in *The Republic*, Plato (427-347 B.C.) divided people into three categories: gold, silver and bronze, thereby attributed differences between the social classes to nature, that is, to differences in innate capacities. He wrote in *The Republic* (1991:94): The God, in fashioning those of you who are competent to rule, mixed gold in at their birth; this is why they are most honoured; in auxiliaries, silver; and iron and bronze in the farmers and the other craftsmen. The class structure of Plato's ideal society is created (and rationalized) by an educational theory based on the ideas of in-built potential and meritocracy (Burbules, 2018:1417). The point here is that Plato attempts to establish a correlation between the social structure and intellectual capacities of individuals.

Plato's student Aristotle (384-322 BC), who was influential until the end of the Middle Ages, echoed his teacher Plato's idea of social inequality regarding the intellectual capacities of individuals. He wrote in his *Politics* (1959:3): Those then who think that the natures of the statesman, the royal ruler, the head of an estate and the master of a family are the same, are mistaken. Nevertheless, Aristotle challenged Plato's innate ideas and asserted that experience is the source of all knowledge (Prinz, 2012).

In the Middle Ages, Augustine's theology, which finds its typical expression in the idea of Original Sin, exerted its influence. According to this view, all humans have inherited a sin nature from Adam "an

infection which propagates itself from father to son through the act of generation, which being an act of organic trouble caused by sin, is sin itself and determines the transmission ipso facto of the sin to the new creature" (Cohon, 1948:293). Nothing we can do by ourselves can reconcile us to God. Mired in original sin, we cannot free ourselves from it by our own efforts. Only God's free action, his unmerited grace, can save us (Stevenson et al., 2018:157). Niebuhr (1949:118) states that original sin infects all human culture. Its essence is man's unwillingness to acknowledge his finiteness.

From the mid-seventeenth century onward, in the Enlightenment, science was seen as the only way to understand human as well as solving the problems of humanity (Stevenson et al., 2018). This new modern era was characterized by an awareness and trust in humanity's own capacities, reason and hope for human life in the world (Livingston, 2006). In this era, the notion of the malleability of human nature emerged, "which asserts that the nature of men depends upon the nature of the societies in which they have their existence" (Mandelbaum, 1971:171).

Rene Descartes (1596-1650), considered the father of modern philosophy, emphasized the rational aspect of human nature. Believing in innate ideas, Descartes argued that "what people call good sense or reason is naturally equal in all men, and that the diversity of our opinions does not arise from the fact that some people are more reasonable than others, but solely from the fact that we lead our thoughts along different paths and do not take the same things into consideration (1998:1). This means that Descartes, different from Plato and Aristotle, emphasizes the equality of reason shared by all humans.

The reactions to Descartes innate ideas came from the British empiricists. As Cassirer (2004:100) states, “they (empiricist) want to do away with the distinction between internal and external experience and reduce all human knowledge to a single source.” This source is experience. John Locke (1632-1704), attacking the doctrine of innate ideas, believed in the flexibility of human nature. Locke's tabula rasa, or blank slate view, expressed that human behavioural traits are determined by the nurture (environment) experienced during growth and development (Royle & Moore, 2019:131). Additionally, in his Two Treatise of Government and A Letter Concerning Toleration Locke (2003:101) wrote: Creatures of the same species and rank, promiscuously born to all the same advantages of nature, and the use of the same faculties should also be equal one amongst another without subordination or subjection. It appears, to Locke, then, equality is the natural state of nature, and differences probably result from the environmental conditions of individuals in which they live.

Another influential philosopher of the Enlightenment epoch deserving attention is Immanuel Kant (1724–1804), who achieved an original synthesis of rationalism and empiricism. Though aware of the dark side of human nature, he believed in the potential for reason to improve the human condition (Stevenson et al., 2018: 171). Kant described human as a rational being and thought that culture develops this nature from brutishness and lawlessness into a state that enables the moral stance. Thus, culture is the way human nature must be developed in order to be able to meet the demands of practical reason (Huggler, 2012:95). Kant (2003) wrote On Education man is the only being who needs education and man can only become man by education. To him, education

means nurture (the tending and feeding of the child), discipline (Zucht), and teaching, together with culture. Kant (2003) also argued that there are many germs lying undeveloped in man; therefore, through education we need to make these germs grow.

In the nineteenth century, measuring and quantifying individual differences through scientific methods became widespread. However, the claims concerning human nature are as questionable as the older theories as they include value judgements (Stevenson et al, 2018) because leading intellectuals have assured the general public that modern science revealed that there are innate racial and individual differences in capacity (Lewontin, 1995). Within this century, Charles Darwin (1809-1882) arose an interest in human differences and their inheritance, and he “proposed that many of the traits observed in nature evolved through a process of natural selection. Traits would appear by random mutation, and those that increased the prospects for survival were most likely to be passed on. Darwin believed that some human psychological traits might be explained along the same lines (Prinze, 2012: 9). For the early Darwinians, the idea of perfectible man had been swamped by the central lesson of the new biology -that all creatures operated within the scope permitted by their structure. For man, the scope might be great, even vastly greater than other animals, but limitless it was not (Herrnstein, 1973:4).

Following in the steps of Darwin, the first to apply empirical methods in studying the inheritance of mental ability was Darwin's cousin, Francis Galton (1822-1911). Galton, popularizing the phrase nature-nurture (Prinz, 2012), in his book, Hereditary Genius, claimed that humans differ in their intellectual

capacity and genius was hereditary; therefore, nurture did not affect one's status in life. Galton also shared Platon's idea that the state should prevent "inferior" humans being born (negative eugenics), and encourage the production of "superior" types of people (positive eugenics) (Stevenson et al., 2018:257). As Prinze (2012:59) notes in the climate of the nineteenth century, with scientific racism and a growing underclass of factory labourers, this idea had strong appeal. One problem, however, is that there was no reliable method of measuring intelligence, so the hypothesis could not be put to the test. Prinz (2012) adds that it changed when Alfred Binet and Theophile Simon developed an intelligence test, and the concept of an intelligence quotient, or I.Q., was born.

The first half of the twentieth century was the twilight of a science era when everything had to be counted, including human intelligence (Bryant & Brown, 2021:39). A critical figure in this era was Cyril Burt (1883-1971), influenced by Galton and his eugenic movement, argued that intelligence is innate and social class differences stem from heredity. Burt (1969:77) asserted that "if by intelligence we mean a genetic characteristic of the fertilized ovum from which a given individual develops, then, by definition, its amount is fixed, no matter how he actually develops it as he grows up." Criticizing extreme environmentalism, Burt (1969) believed that the differences in home and school conditions had no effect on intelligence. Alongside this, he (1969: 92) argued that the paramount need is not equality of educational opportunity, but diversity. According to his own innate potentialities, each child should, in an ideal system, be provided with the peculiar types of opportunity that can best minister to his needs.

..

In the twentieth century, one remarkable debate between innateness and environment appeared in the work of Noam Chomsky (1928) and B.F. Skinner (1904-1990). Skinner in his 1957 book *Verbal Behavior*, proposed to show that all human speech can be explained in terms of the conditioning of children in their early social environment, namely the speech of surrounding humans and their 2018:268). Skinner rejecting innate ideas, believed that the environment has a profound effect in shaping the behaviours:

"People are extraordinarily different in different places, and possibly just because of the places. The nomad on horseback in Outer Mongolia and the astronaut in outer space are different people, but as far as we know, if they had been exchanged at birth, they would have taken each other's place. The expression "change places" shows how closely we identify a person's behaviour with the environment in which it occurs" (Skinner:181).

In contrast to Skinner, Chomsky (2006:84) believes, just as did Kant, that a "pure" science of innate forms of human thought, independent of all experience, is possible. He also asserted that "the amazing speed with which children learn their native language from exposure to a very limited and imperfect sample can be explained only by the assumption that there is in the human species an innate capacity to process language according to grammatical rules of the special kind common to all human languages" (Stevenson et al., 2018: 269).

In the 1970s, the debate over human potential began between Arthur Jensen (1923-2012) and Richard Lewontin (1929). Jensen, influenced by Galton, argued that there is a significant genetic component to intelligence and environmental factors lead to a minor portion of differences among



individuals. In his *Educability and Group Differences*, questioning the egalitarian environmentalism, Jensen (1973:4) wrote,

“A largely genetic explanation of the evidence on racial and social group differences in educational performance is in a stronger position scientifically than those explanations which postulate the absence of any genetic differences in mental traits and ascribe all behavioural variation between groups to cultural differences, social discrimination, and inequalities of opportunity -a view that has long been orthodox in the social sciences and in education.”

Yet, Lewontin et al., (1984:267), disagreeing with Jensen wrote: We do assert that we cannot think of any significant human social behaviour that is built into our genes in such a way that it cannot be modified and shaped by social conditioning. Criticizing Darwin's idea that organisms were acted upon by their environment, Lewontin (1995) stated organisms are not passive agents living in isolation from their environment; therefore, Nature - love it or leave it is incorrect. Variations among individuals could be ascribed not only to the genes inherited from parents but also to the environment in a constant interaction.

Similar to Chomsky, Edward Wilson argued that the human mind is innately structured to make combinations of words in certain arrangements and not others. It is a misconception, he claims, that social behaviour can be shaped into any form, as man is not the creation of his culture as some theorists assumed, culture makes the man formula might go makes culture makes man, that is, culture is mainly influenced by the inborn traits of human nature (Wilson, 2004). Combining Darwinian

evolution, the biochemical understanding of genes and the study of innate capacities, Wilson applied it to the study of human nature in his book *Sociobiology: The New Synthesis*, which was attacked by his colleagues Lewontin and Stephen Jay Gould (Stevenson et al., 2018). There was a strong feeling that in emphasizing the biological factors in human life and apparently neglecting the role of culture, Wilson was giving (presumably unintentional) aid and comfort to reactionary tendencies in American society (Stevenson et al., 2018:271).

Another influential scientist of the twentieth century is Stephen Jay Gould (1941-2002), who stated that different behaviours among human populations usually reside in the nongenetic products of cultural evolution; they are not consequences of biological variation. Culture exerts power on nature, and human uniqueness is in the brain, which is also the biological foundation of intelligence (Gould, 1996). Gould also strongly argued for human equality; inequalities must have been socially constructed. Additionally, he found the intelligence testing dangerous as it justifies inequality between individuals (Prindle, 2006).

As for Richard Herrnstein (1930-1994), a student of Skinner and a former environmentalist, after studying the intelligence testing, convinced that individuals differ in terms of their mental functioning as a result of their inherited genetic endowment. He focused on the study of genetic differences among humans and stated that what interested him was not race but individual and social class differences (Herrnstein, 1973). Rejecting the idea that humans are equal Herrnstein (1973:59) explains:

“The false belief in human equality leads to rigid, inflexible expectations, often doomed to frustration, thence to anger. Evermore shrilly, we call on our educational and social institutions to make everyone the same, when we should instead be trying to mold our institutions around the inescapable limitations and varieties of human ability”.

As far as the above-mentioned claims are concerned, it appears that they have provided insights into what counts as being human and human potential throughout the ages. Given the continuum of educational theories from the assumption of fixed, innate intellectual capacities, which education has a very little effect, to the assumption that human is flexible and education has immense effects so much so that it can reveal human potential, that educators are aware of such views is of utmost significance so that they can understand their role in how to make an impact on their student's potential. To reiterate, the view of innate abilities, that is, human potential or intelligence resides in the nature of the gene itself, offers less possibility to improve human potential through education. As Scheffler (1985:93) maintains that the traditional myths indeed reflect an ancient view of society fixed in design and functions- meant to arrest rather than to open possibilities of change and choice.

Within the twentieth century, there appeared one seminal work, which, to my conviction, seemed to have answered the problem of human potential better than it has been answered before: Georgi Lozanov, similar to many of his contemporaries working in the realm of human capacities, drawn his own empirical conclusions, also confirmed by

the UNESCO. In the light of the above-mentioned claims concerning human potential, Lozanov's theory of potential, originally embedded in his theory of suggestion can be chronologically placed at the end of major theses on human potential. Hence, to understand his ideas on human potential, his theory of suggestion must be introduced.

## **2.Lozanov's Conception of Suggestion and Its Implications for Human Potential**

Lozanov, as a believer of immense human capacities from an egalitarian and humanist standpoint, believed that each individual regardless of race, social class or gender has hidden potential that has not been released so far due to the influence of negative suggestions from the society. According to Georgi Lozanov (1926-2012), the human individual as a psychosomatic entity is a product of the natural and social environment. It is impossible to regard the individual outside his environment, the social environment where he grows up and develops. The biological heritage is moulded, directed and rebuilt under the conditions of the social environment (Lozanov,1978:33). Given the discussions concerning human potential above, it is likely to argue that Lozanov is on the side of nature via nurture argument, which is also congruent with the findings of modern science. Therefore, he drew his attention to explore even subtle effects of the environment on individuals, which has been mostly neglected in the realm of education.

Lozanov warned us against widespread beliefs, carrying negative messages concerning human potential as “the limitations in our intellectual capacity are most often suggestive due to the suggestive influence of the society which does not

stimulate our development” (Lozanov, 2009:43). To Lozanov, yet, most people seldom question social suggestive norms regarding their capacities and thereby their potential becomes determined by the value system of the society. In other words, due to the influence of negative suggestions, individuals believe that they are made that way. Lozanov (2009:117,1978b:14) explains:

“We are all neurotically ill, under society's psychotraumatic suggestion that our abilities limited to their current state. We do not believe that it is possible to increase our memorization, to accelerate our creative development, to have more self-control both over our mental and physiological functions. The social suggestive norm teaches us that it is impossible and it contains a note of warning not to attempt it. And if it really happens, somewhere it is considered to be a miracle, an exception or a falsification.”

Lozanov maintains that the existing education system does not allow students to attain their potential reserves which “are normal possibilities of development-part of the innate genetic capacities, probably suppressed by social suggestive norms” (Lozanov, 2009:18), “the unmanifested but genetically predetermined capacities operating mainly in para-consciousness and surpassing the normal ones many times over” (Lozanov, 2005:14). Considering this, Lozanov contends what we need most is authentic humanitarian communication to help us realize our potential, which is almost neglected in schooling. Hence, as a consequence of his work, he developed a new type of communication based on his conception of suggestion, which is scientifically informed and practically valuable for guidance not only in education but also in every moment of our lives

where we choose to communicate. In Lozanov's vision, suggestion is a universal communicative factor exerting its effects in every moment, in every sphere of life, albeit not always in an organized way. Lozanov (2009:83) explains this as follows: “In any meeting, in any conversation, simultaneously with the logical and rational side of communication, we communicate consciously but most often unconsciously and intuitively by means of verbal intonation, numerous body movements, significant undertones and verbal metaphors, through energetic fluctuations and countless known and unknown factors...the spirit, the soul, and the body continuously experience influences and react to these influences in order to develop or vice versa, to suffer or degrade. Nothing and nothing in the universe is absolutely isolated. Everything is interacting.”

As Lozanov notes (2009), there are many definitions of the term suggestion, in different languages, these definitions have different nuances, and what distinguishes his comprehension of suggestion from other definitions is his emphasis on love. In Lozanov's vision, the teacher's genuine love for the human being, accepted by the student on all levels, logical, intuitive, subconscious, spiritual, is an important factor in accessing the reserves of the mind, revealing the personality's universal reserve capacities and stimulating its creativity as love creates conditions for positive emotions such as serenity, trust, calmness, inner confidence, and freedom (Lozanov, 2009).

Lozanov (2009) states, due to the lack of a more suitable word for this psychic phenomenon, he defines this kind of suggestion as “spontaneously absorbed non-manipulative suggestion”, it is more like sincere, friendly and even motherly communicative interaction based on mutual trust

and freedom, directed towards the release and unblocking of former psycho traumas and acquired limitations. Along with this, his definition of spontaneously absorbed, non-manipulative suggestion involves the seven laws of Suggestopedia/Reservopedia education system, that is, the conviction of the teacher that something unusual is taking place, the golden proportion, the motherly love and the freedom of the students to choose and decide, the large volume of study material, the global-partial dynamics, the use of classical art and aesthetics (Lozanov, 2009).

Lozanov (2009) came to such an understanding of suggestion in his psychiatric work where he witnessed the phenomenon of hypermnesia (super recollection), which also leads to improved healing. In order to corroborate his assumption that hypermnesia is a result of normal, spontaneous, liberating communication, Lozanov launched a series of experiments based on the communicative, soft, tender suggestion, which has the potential to alter the state of mind (Lozanov, 2009). It is also important to note that underlying Lozanov's conception of suggestion is Pavlov's idea that suggestion is the simplest form of conditioned reflex. Pavlov as a physiologist was interested in how verbal suggestions could be used to exert an influence on various types of somatic disease. The word, which can signal everything to people, is much more comprehensive stimulus connected in the cortex with all the other external and internal stimuli in the life of an individual. Pavlov emphasized the role of the word as the signal of the signal. In Pavlov's view, perceptions, ideas, emotions, and the like can also function as suggestive stimuli (Gheorghiu, 1989).

It appears that in order to point out the mistaken taken for granted on human potential and to provide a sound justification to his assumption that there might be no limit to human potential Lozanov (2009:17) started his experiments with the following objectives:

1. To demonstrate that the human personality possesses potential capabilities far exceeding those recognized by generally accepted social norms.
2. To analyze the extent to which various documented individual achievements demonstrating the use of potential reserves can be expected from all or most members of society.
3. To promote interest in the search for methods capable of releasing the unused potential reserves of the brain/mind.

From these experiments through which he “looked for ways of tapping man's reserve capacities with the aid of suggestion” (Lozanov, 1978b), Suggestopedia/Reservopedia education system was born. Lozanov (1978a:5) noted, “Suggestopedya started as a psychological experiment aimed at increasing memory capacities in the educational process. Suggestopedya gradually developed into a method for experimental study of suggestion itself, to determine its basic components, specific features and laws”. He argued that “potential abilities of the personality, the brain and the mind reserves could be accessed in every individual, provided the appropriate methods were used” (Lozanov, 2009:26) and concluded that well organized Suggestopedia/ Reservopedia education system accelerates learning five times on average and if applied accordingly, memory reserves, intellectual activity reserves, creativity reserves, and the reserves of the whole personality are revealed (Lozanov, 2009).

Lozanov stated (1978b:1), one of mankind's perennial aspirations has been to release man's reserve capacities and stimulate their development; therefore, he (2009) examined the literature from ancient sources and also some sources pertaining to later ages where the problem of human potential was discussed. He compared the data in the literature to the data obtained from his experiments to see whether they shared any common psychophysiological mechanisms concerning human capacities. Lozanov (1978b: 11) concluded that the tapping of man's reserve capacities could be achieved only under the conditions of excellent suggestive organization and harmonization of the conscious-paraconscious functions. Though inseparably connected with consciousness, yet the basic store of the reserve capacities is paraconsciousness. He added that (2009:66) "one should have a good understanding of these interactions (consciousness-paraconsciousness) in order to achieve an efficient teaching process maintained in the scope of the potential capacities of the brain/mind."

Lozanov (2009) investigated the effect of peripheral perceptions, the unconscious and affective stimuli and teacher's personality, objective and expectations, "expectancy directed to the potential of the personality" (Lozanov, 2009: 99). Lozanov (2009:51) stated that the teacher for sure must believe in student's reserves. That is an axiom because the peripheral perceptions reveal the truth. Lozanov (2009:59) states due to the genuineness of these signals and the impossibility for these to be stimulated by the teacher, the students perceive them without hesitation. This automatically leads to the tapping of the reserves. It is a mutual process of teacher's expectations affecting the expectations of the learners, i.e. expectations create expectations,

and this happens naturally, spontaneously, without any force.

Lozanov (2009) defined peripheral perceptions as weak signals radiated through the teacher and physical setting; they are received by the students without being realized. Once they enter consciousness, they become conscious perceptions. Lozanov (2009:52) explained that teachers reveal this truth through their gestures, gait, facial expressions, expressions of the eye, diction, intonation and a number of ideomotor movements unnoticeable to consciousness. He (2009:52) expressed that when a highly prestigious teacher has an overall behaviour which manifests clearly his deep conviction that high results will be obtained, the effect of his/her teaching is really on the reserves of the mind. He (2009: 54) further clarified accessing the reserves is possible only when the teacher- reservopedagogue has a high personal and professional prestige. Lozanov makes use of the word prestige in the sense that reliability and credibility of the source of information, that is, the teacher.

Lozanov (1978:2) pointed out how words and peripherals accompanying them have powerful effects on individuals, thus he stated "teachers exert an influence on the students not only with what they say, but also with the intonation of their voices, their smiles, gestures, clothes, movements and their whole attitude toward pupils.

The Pygmalion in the classroom effect is due to the expectations of the teachers that they have been given a class of gifted and clever pupils to work with. Such classes achieve better results because of a number of effects in the behavior of teachers who have raised positive expectation. (Lozanov,2009:97).



Teachers know that any individual possesses potential uncovered up to that moment and teacher's expectations affect student's achievement (Lozanov (2009:99).

In their book, *Pygmalion in the Classroom*, Rosenthal and Jacobsen (1968:vii) wrote: how one person's expectation for another person's behaviour can quite unwittingly become a more accurate prediction simply for its having been made. They stated that 20 percent of the children in a certain elementary school were reported to their teachers as showing unusual potential for intellectual growth. Eight months later, these “unusual or magic” children showed significantly greater gains in I.Q. than did the remaining children who had not been singled out for the teachers' attention (Rosenthal & Jacobsen, 1968: viii). Moreover the authors argued that one person's expectations of another's behaviour may come to serve as a self-fulfilling prophecy. When teachers expected that certain children would show greater intellectual development, those children did show greater intellectual development (Rosenthal & Jacobsen, 1968:83).

In parallel to Lozanov's view on expectancy, Richardson (2017:323) states: “Because they have read some genetics -or at least popular and media accounts- teachers will readily assume that those pre-education differences are at least partly innate. So they will behave toward children in different ways according to those preconceptions. Children soon assimilate the subliminal messages to reinforce self-efficacy beliefs already obtained from preschool experiences in family and neighbourhood. So the early perceptions become self-fulfilling. Richardson (2017:318) also adds “it is difficult to feel self-

confident and aspirational for self or children in a society that has certified you as deficient in brainpower. People guide their lives by their beliefs of personal efficacy.”

Perceived self-efficacy refers to beliefs in one's capabilities to organize and execute the courses of action required to given attainments (Bandura, 1997:3). Therefore, educators are supposed to assume their responsibility to create “growth-mindset-friendly environments” where children feel free from judgment, where they know that teacher believe in their potential to grow (Dweck, 2017). Research findings give strong support to the notion that every child needs a significant adult to express positive regard in him or her (Hattie & Yates, 2014:20).

One seminal work that provides an illuminating insight into Lozanov's conception of suggestion belongs to the scholar-researcher Sonia Dougal. Dougal (2001:13) wrote: Dr. Lozanov, a neuroscientist and world specialist on suggestion who founded the teaching method called Suggestopedia, explained the routes by which suggestion enters personality, developing it, moulding and changing attitudes.

In order to distinguish Lozanov's theory of suggestion from all others, she refers to it Suggestion with a capital “S”, a theory of liberation from negative conditioning, which has not been explored by other scientists and researchers, she adds that “what distinguishes Lozanov's theory from other theories is its potential to tap the brain reserves, releasing capacities of human being within” (Dougal, 2010).

Dougal applied Lozanov's theory of suggestion to



account for the case of the British soldiers during World War II. As a consequence of war propaganda in England, the soldiers felt negative feelings towards Italians when they landed in Italy. Dougal on reading the writings of the British soldiers in the daily newspaper Union Jack was amazed by the change in the attitude of soldiers towards Italy and Italian culture, and also by the boom of artistic and intellectual activity in the soldiers (Dougal, 2001, 2010).

Dougal wanted to know when, how, and why the change in soldier's attitudes occurred as part of her research. To that end, she examined some theories to find a proper explanation to her questions and concluded that those theories left many questions unanswered. It was when she came across Lozanov's theory of suggestion that she discovered it provides a comprehensive explanation to her research questions (Dougal, 2001, 2010).

Experimenting with Lozanov's theory in and outside the classroom to confirm its validity convinced Dougal that it could be applied in different real-life situations Dougal (2010:20) makes the following explanation:

If we apply Lozanov's definition of suggestion as a positive, communicative factor which can create conditions for tapping the functional reserve capacities of the personality to explain the emergence of what appear to be almost inspired articles and letters appearing in the front line Daily newspaper Union Jack in Italy during World War II, we shall see how potentially important his theory could be also for social sciences in interpreting attitude change (Dougal, 2010).

Lozanov's theory of suggestion, above all, not only expresses the belief that reserves of the mind are

accessible for everyone but also it offers an underlying rationale for it. The account of human nature Lozanov presents centres on flexibility, and his theory of suggestion seems to provide informed guidance for demystifying the theses on human potential. As Scheffler (1985:11) also states, the idea of fixed potentials is a myth "the more the brain/mind is used, the more it develops" (Lozanov,2019:17).

### **3.Suggestion in Relation to the Philosophy of Education**

The concept of potential is one of the most fundamental concerns of educators and educational theorists as "the notion of potential fulfils significant functions in educational decision making at the critical junctures of past and future, fact and value. To identify and analyze such functions seemed to us to promise new insights into educational practice and to point the way to improved norms by which such practice might be guided (Scheffler,1985: 3).

As Lozanov investigations have revealed one important concept concerning human potential is suggestion that many philosophers, scholars and educators seem to have neglected to explore it in its relation to human capacities. Lozanov's conception of suggestion tends to pull the pendulum further away from its traditional meaning so much so that the term came to be associated with a path to tap into human capacities in the realm of education, which inevitably involves philosophical work. Hence, at this point, it is important to note that Lozanov's concept of suggestion can go deeper than this to become a significant concept expressible in the philosophy of education, to determine the exercise of educational decision

making

Concerning the relation of suggestion to the philosophy of education, one noteworthy explanation pertains to scholar Hilmi Ziya Ülken, who in his book entitled *Philosophy of Education*, took a critical look at the views of philosophers of education. Ülken (2013) stated that many philosophers of education from Rousseau to Dewey overemphasized the significance of will in education. Yet, the reverse side of the coin, that is, suggestion has not been that much appreciated. Ülken draws the attention of the educators to the fact that they are not in front of individuals who are composed of the mind or active intelligence only, or who can only function with their mind, will and emotional ability. In Ülken's view, what stands before us is not a conquered secret realm of the soul, but one of the two neglected aspects of human nature that defines human, that is suggestion, which is underestimated as it has been probably confused with the hypnotic phenomenon and even with the unscientific experiences of occultism (Ülken, 2013). In a similar vein, Gheorghiu (1989:3) adds that suggestion is a phenomenon whose ubiquity, persistence, and subtle influence are seriously underrated.

Ülken (2013) also states that will correspond to human's state of tension and consciousness, whereas suggestion to the relaxation and subconsciousness. Notably, Ülken argues that these, that is, will and suggestion, are the two real aspects of the human soul. It is not possible to understand and know an individual through only one of them. Therefore, an educational philosophy based on only one aspect of human nature would be one-sided and faulty. Ülken also adds that a critical task of the educator is to perpetuate intelligence through

relaxing it with suggestive acts and keeping it alive from inside. He states that the mistake of the old pedagogy is to dwell on the first of these only, namely, will (Ülken 2013).

As Scheffler (1985:103) states, "recognition of human dignity as an ideal policy is a matter of prizing people's powers to order their own lives; it is equally a matter of prizing social arrangements that honour such powers. Policy inescapably influences lives". In so far as Lozanov's strong emphasis on respect, love, and care for humans and his findings that potential capacities can be revealed for everyone are considered, his theory of suggestion seems to provide us with the best plausible solution to enable individuals to take part in the constantly changing world to actualize themselves. Therefore, its adoption as an underlying conception in the philosophy of education is highly likely to stimulate a growing sense of human capacities shared by all humans.

#### **4. Conclusion**

Since academic achievement is substantially attributed to the potential or intelligence of an individual, it is significant to be cognizant of different perspectives concerning what counts as human potential. Considering the assumptions of some philosophers and scholars that human potential is constrained by innate traits or genes, therefore individuals cannot be helped to develop it, it seems highly likely that such beliefs could hinder for alternatives. As the literature review of this present study reveals, a considerable number of philosophers or scholars who expressed their views on human potential seem to have adopted discriminating and limiting point of views concerning human capacities.

Lozanov, on the other hand, through his theory of suggestion, above all, endeavoured to develop an optimistic language for human potential and thereby demonstrating the direction to the free and harmonious realization of potential capacities for all. Therefore, an attempt to ground our educational decision making on Lozanov's scientific findings and conviction that potential abilities can be accessed in everyone can bring about maximum contribution to the growth of the individual and society. Last but not least, it is significant to identify the role of Lozanov's conception of suggestion in this rapidly changing and complex world, and seeking the ways for benefiting from it as fully as possible.

## References:

- Aristotle. (1959). *Politics*. (M. Rackham, Trans.) London: William Heinemann Ltd.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Bryant, C., & Brown, V. A. (2021). *Cooperative evolution: Reclaiming Darwin's vision*. Anu Press. Retrieved from [www.jstor.org/stable/j.ctv1j9mjff](http://www.jstor.org/stable/j.ctv1j9mjff)
- Burbules, N. C. (2018). *Philosophy of education*. In P. Smeyers (Ed.), *International handbook of philosophy of education* (Vol. 1, pp. 1417-1427). doi:10.1007/978-3-319-72761-5
- Burt, C. (1969). *Intelligence and heredity: Some common misconceptions*. *The Irish Journal of Education*, 3(2), 74-94.
- Cassirer, E. (2004). *The philosophy of enlightenment*. (F. C. Koelln, & J. P. Pettegrove, Trans.) Princeton: Princeton University Press.
- Chomsky, N. (2006). *Language and mind*. New York: Cambridge University Press.
- Cohon, S. S. (1948). *Original sin*. *Hebrew Union College Annual*, 21, 275-330.
- Descartes, R. (1998). *Discourse on method and meditations on first philosophy*. (D. A. Cress, Trans.) Indianapolis: Hackett Publishing Company.
- Dougal, S. (2001). *Front-line story: The language of suggestion and desuggestion on the front-line in Italy (1943-1945)*. Freiburg: Gotthard Media.
- Dougal, S. (2011). *Suggestion with a capital S*. International Scientific Conference on Suggestopedia (pp. 20-29). Sliven: The "Professor Doctor Georgi Lozanov & Professor Doctor Evelina Gateva" Foundation.
- Dweck, C. S. (2017). *Mindset: Changing the way you think to fulfil your potential*. New York: The Random House.
- Galton, F. (2012). *Hereditary genius: An inquiry into its laws and consequences*. New York: Barnes&Noble, Inc.
- Gheorghiu, V. A. (1989). *The development of research on suggestibility: Critical considerations*. In V. A. Gheorghiu, P. Netter, H. J. Eysenck, & R. Rosenthal (Eds.), *Suggestion and suggestibility: Theory and research* (pp. 3-55). Berlin: Springer-Verlag.
- Gould, S. J. (1996). *The mismeasure of man*. New York: W.W. Norton & Company, Inc.
- Hattie, J., & Yates, C. R. (2014). *Visible learning and the science of how we learn*. New York: Routledge.
- Heckman, J. J. (2013). *Giving kids a fair chance*. Cambridge: New York.
- Herrnstein, R. J. (1973). *I.Q. in the meritocracy*. Boston: The Atlantic Monthly Press.
- Huggler, J. (2012). *Culture and paradox in Kant's philosophy of education*. In K. Roth, & C. W. Surprenant (Eds.), *Kant and education: Interpretations and commentary* (pp. 94-106). Abingdon: Routledge.
- Jensen, A. (1973). *Educability and group differences*. New York: Harper&Row Publishers.
- Jensen, E., & McConchie, L. (2020). *Brain-based*

- learning: Teaching the way students really learn. California: Corwin Press, Inc.
- Kant, I. (2003). On education. (A. Churton, Trans.) New York: Dover Publications.
- Keller, E. F. (2010). The mirage of space between nature and nurture. London: Duke University Press.
- Lewontin, R. C. (1995). Biology as ideology: The doctrine of DNA. Ontario: The Canadian Broadcasting Corporation.
- Lewontin, R. C., Rose, S., & Kamin, L. (1984). Not in our genes: Biology, ideology and human nature. New York: Random House.
- Livingston, J. C. (2006). Modern christian thought: The enlightenment and the nineteenth century. Mineapolis: Fortress Press.
- Locke, J. (2003). Two treaties of government and a letter concerning toleration. New York: Yale University Press.
- Lozanov, G. (1978a). Suggestology and outlines of Suggestopedy. (M. Hall-Pozharlieva, & K. Pashmakova, Trans.) New York: Gordon and Breach Science Publishers.
- Lozanov, G. (1978b). The Lozanov report. Paris: Bulgarian Commision for the United Nations.
- Lozanov, G. (2005). Suggestopedia-desuggestive teaching: Communicative method on the level of the hidden reserves of the human mind. Vienna: International Centre for Desuggestology.
- Lozanov, G. (2009). Suggestopedia/Reservopedia: Theory and practice of the liberating-stimulating pedagogy on the level of the hidden reserves of the human mind. Sofia: St. Climent Ohridski University Press.
- Mandelbaum, M. (1971). History, man&reason. Baltimore: The John Hopkins Press.
- Marley-Payne, J. (2021). Rethinking nature and nurture in education. Journal of Philosophy of Education, 55(1), 143-166.
- Niebuhr, R. (1949). Faith and history: A comparison of christian and modern views of history. New York: Charles Scribner's Sons.
- Pickersgill, M. (2020). Epigenetics, education, and the plastic body: Changing concepts and new engagements. Research in Education, 107(1), 72-83. doi:10.1177/0034523719867102
- Plato. (1991). The republic. (A. Bloom, Trans.) USA: BasicBooks.
- Prindle, D. (2006). Stephen Jay Gould as a political theorist. Politics and the Life Sciences, 25(1/2), 2-14.
- Prinz, J. J. (2012). Beyond human nature:How culture and experience shape the human mind. New York: Norton&Company.
- Richardson, K. (2017). Genes, brains and human potential: The science and ideology of intelligence. Cambridge: The MIT Press.
- Ridley, M. (2003). Nature via nurture: Genes, experience, and what makes us human. New York: HarperCollins.
- Royle, N. J., & Moore, A. J. (2019). Nature and nurture in parental care. In D. J. Hosken, J. Hunt, & N. Wedell (Eds.), Genes and behaviour: Beyond nature-nurture (pp. 131-156). Chennai.
- Scheffler, I. (1985). Of human potential: An essay in the philosophy of education. London: Routledge&Kegan Paul.
- Seung, S. (2012). Connectome: How the brain's wiring makes us who we are. New York: Houghton Mifflin Harcourt.
- Skinner, B. F. (1976). Beyond freedom and dignity. Middlesex: Penguin Books.
- Stevenson, A. (Ed.). (2010). Oxford dictionary of English. Oxford: Oxford University Press.
- Stevenson, L., Haberman, D. H., & Wright, P. M. (2018). Thirteen theories of human nature. New York: Oxford University Press.
- Ülken, H. Z. (2013). Eğitim Felsefesi. İstanbul: Doğubatı.
- Wedell, N., Hunt, J., Hosken, D. J., Hunt, J., & Wedell,

N. (2019). Nature-nurture in the twenty-first century.

In D. J. Hosken, Genes and behaviour: Beyond nature-nurture (pp. 245-249). Wiley&Sons Ltd.

Wilson, E. O. (2004). On human nature.

Massachussets: Harvard University Press.

ЛЮБОВ ПО ВРЕМЕ НА ХОЛЕРА  
ИЛИ  
КАТАРЗИС В СУГЕСТОПЕДИЧНИЯ УЧЕБЕН ПРОЦЕС ВЪВ ВРЕМЕ НА ОБЩЕСТВЕНИ  
ОГРАНИЧЕНИЯ

ВАНИНА С. БОДУРОВА  
ФОНДАЦИЯ „ПРОФЕСОР ДОКТОР ГЕОРГИ ЛОЗАНОВ И  
ПРОФЕСОР ДОКТОР ЕВЕЛИНА ГАТЕВА“

**Abstract:**

On July 22, 2019, in the Bulgarian town of Koprivshtitsa the traditional national conference on Suggestopedia took place.. The topics suggested for discussion and sharing were under what turned out to be a prophetically sensitive title „Suggestopedia and Catharsis“. On March 13, 2020 the world was placed in an unprecedented lockdown. The reasons and consequences of this event will be revealed by history. However every specialist in the field of Psychology as well as every teacher in the field of Suggestopedia can detect, understand and take into account in their work the created states and feelings of anxiety, fear, insecurity, grief, sadness and others. The article opens a discussion on the way catharsis is described by profesor doctor Georgi Lozanov and professor doctor Evelina Gateva in their work and draws the attention to the vital importance of this function of art in the suggestopedic teaching and learning process.

**Анотация:**

На 22 юли 2019 година в град Копривщица Фондация „Професор доктор Лозанов и професор доктор Евелина Гатева“ организира традиционната национална конференция по Сугестопедия. Някак интуитивно и с пророческа чувствителност темите, поставени за обсъждане и споделяне бяха под надслов „Сугестопедия и Катарзис“.

На 13.03.2020 година целият свят беше последователно затворен за първи път в човешката история. Все още е рано да знаем истинските причини и последствия от това събитие, но едно е сигурно – човечеството стана свидетел на един продължителен период на страх,

безпокойство и несигурност., съпроводен с катарзис на много нива. Обучението за първи път премина в масов световен мащаб от реална във виртуална среда. За това събитие и неговото отражение в сугестопедичната история ще се пише тепърва. Днес, в памет на 95 рожден ден на професор доктор Лозанов бихме искали да разгледаме неговия труд през една социална, естетична и поетична перспектива.

Професор доктор Георги Лозанов създава сугестопедичната система на обучение и преподаване преди 55 години. Той изследва възможностите тя да бъде насочена към оптимално използване на жизнената енергия в образователния процес без загуба на време, в безопасност, за достигане и разкриване на резервните възможности на човешката личност. За него сугестопедията е щадяща, хуманна и трансформираща. В нейната тъкан са заложени универсални закони, които ако се изучават и приложат в ежедневието, превръщат житейските ситуации в произведение на изкуството.



През годините множество сфери стават сцена на сугестопедичния учебен процес – от образователната среда на детската градина, училището, висшето учебно заведение до терапевтичното поле на чуждо езиковите курсове, признати от група престижни български лекари през 1970 година.. Тя е над-национална, с родина и световен център - България; над-религиозна с основна ценност човеколюбие и социално отговорна инклузивна педагогика. Сугестопедичната система на обучение е призната от ЮНЕСКО през 1978 година като висш метод на преподаване за много групи учащи се и по много предмети.

В нейната същност се вплитат наука, изкуство и философия. Тя стимулира интелектуалните, творческите и интуитивни способности на човека, като със своята психохигиенна функция го предпазва от психотравми, свързани с образователния процес – така наречената дидактогения, и има терапевтичен ефект при вече създадени такива. Цялата тази многоизмерност на методиката се подчинява на трите основи на сугестологията и седем закона – condition sine qua non. В тази система на обучение и преподаване човекът се разглежда като една цялост на съзнание и парасъзнание, които винаги действат едновременно и заедно.

В това свое естество тя умее да разпознава внушенията от външната среда, които са негативни, подтискащи и разболяващи. Тя също дава инструментариум, с който да се неутрализират тези отрицателни внушения-сугестии. Процесът на десугестиране - сугестиране или освобождаване от ограничаващи послания и стимулиране с подкрепящи и вдъхновяващи такива, в метафоричен смисъл е подобен на древната

алхимия.

Правилното прилагане на сугестопедичната система създава хора, които са мислещи, свободолюбиви, любознателни и с оптимистичен поглед към живота.

Характерно за този процес е въздействието не само върху обучаемите, но и върху учителя.

Направената обобщена характеристика на сугестопедичното преподаване ни показва, че тя е особено подходяща и психично щадяща във времена на създадена обществена психична напрегнатост. Нейната устойчивост се дължи на разпознавателния механизъм в действието на директните и директивни сугестии – императивната форма на комуникация, подадена с подходящата интонация и сила, подчинява личността, ограничава свободата и парализира мисълта.

От друга страна, съществува друг вид общуване – с форма на „Бихте ли искали да.“, която е задължителна за сугестопедичното преподаване. Вербалното оформяне на възможност за избор вече е път към регистриране на автентичност и повишаване на доверието към събеседника. Тези механизми са свързани с така наречените антисугестивни бариери, характерни за нашата психика, които ни предпазват от унищожителните външни сугестии. В среда на създадена обществена психоза, в която умело се използват средства за манипулация, антисугестивните бариери дават сигнали за съществуваща опасност. Неспецифичните комуникативни фактори, характерни за сугестията на професор Лозанов – престиж, инфантилизация, двуплановост, ритъм, интонация и псевдопасивност - подчинени на седемте закона на сугестопедията, реагират на

създадена масова психоза с терапевтичен отпор.

В днешно време всеки един специалист психотерапевт, психолог, психиатър или сугестопед, може да отчете щетите, нанесени от мерките, свързани с пандемията в цял свят – страх, несигурност, тревожност, засилване на депресиите. Тази среда на психически ограничения може да разболее човека по логиката на ятрогенното действие.

Как един сугестопедичен процес би могъл да отговори с цялото познание, оставено ни от професор доктор Георги Лозанов?

Като рожба на интегралната психотерапия на доктор Лозанов, сугестопедията изисква: любов в смисъл на човеколюбие, свобода на избора, убеденост, че нещо необикновено се случва, спазване на взаимоотношенията между цяло и част- цялото е водещото – във философския смисъл това създава усещане за единство с всички живи същества и космоса; подчинение на комуникацията на закона за хармонията; създаване условия за хипермнезия или свръхприпомняне.

Тези изисквания налагат една споеност, приемане на човека до нас, уважение на неговия избор, избягване на отчуждението, страха и подозрителността.

Като рожба на сугестологията – резервология, сугестопедията изисква подаване на многократно увеличен материал. Това не позволява на човек да достигне до оглупяване или умствено ограничение, а напротив, налага се като условие за разкриване на резервите. Състоянието на ума, което се търси в сугестопедията е така наречената концентративна психорелаксация, път към резервния комплекс,

измерена и определена експериментално в научно-изследователския институт по сугестология в София в периода от 1966 до 1984 година.

От месец февруари 1971 година под ръководството на професор доктор Георги Лозанов неговата сътрудничка професор доктор Евелина Гатева започва работа по създаването на глобализирано-художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес, с което се прави крачка от така наречения клиничен вариант към художествения. С какво допринася изкуството към вече изградения модел?

По определение, според труда на професор Гатева, изкуството притежава различни функции:

„обществено-преобразуваща функция  
познавателно-евристична  
художествено-концептуална – анализ на състоянието на света  
„касандрийското начало“ или изкуството като предсказание  
изкуството като съобщение и общуване  
изкуството като катарзис  
изкуството като внушение и въздействие на подсъзнанието  
изкуството като формиране на творчески дух и ценностните ориентации  
изкуството като наслада“  
Функцията, за която най-много настоява професор Гатева в разговора си с професор Лозанов няколко дни преди тя да почине, се отнася до изкуството като катарзис.

„Dr Lozanov: My question is whether the art by itself can help or is it important how the teacher is applying the art, how he is introducing the art in the process of instruction

Dr Gateva: I think that both directions are very important. How to make a very good combination of how the teacher will use the art in the pedagogical work, what kind of art and where the teachers will emphasize the most important moments in art to provoke this state of desuggestion.

Dr Lozanov: Yes

Dr Gateva: Up to now we have followed the more or less suggestive influence of art. Now we have to pay attention about the moments of desuggestion because it is well known that art has a lot of functions.

Dr Lozanov: Yes

Dr Gateva: Not only one. Among the many functions...

Dr Lozanov: What kind, what kind of functions?

Dr Gateva: They are a lot. I describe them in my book too, but among all these functions there is a very important function, the catharsis. The...not only abreactions...

Dr Lozanov: It is making free. Freeing. Catharsis as freeing.

Dr Gateva: Not only freeing but purifying the soul

Dr Lozanov; Purifying, yes

Dr Gateva Purifying the soul from the inhibitions

Dr Lozanov Yes

Dr Gateva: And in art this purification is unconscious. It is not very easy to organise this in the pedagogical practice. To choose those elements into this function of art to help this process of desuggestion

Dr Lozanov: Yes

Dr Gateva: But it is possible and I think it will be some special kind of art.“

В исторически план катарзис се определя като пречистване на духа и тялото. За предците ни това необходимо пречистване от всичко затормозяващо човешката личност и блокиращо връзката ѝ със Създателя се е осъществявало чрез: слово, вода, билки и музика при Орфей и питагорейците; ритуали в чест на Аполон и Дионисий, нестинаството при траките, или в чест на Сатурн при римляните; чрез театралните форми трагедия и комедия при древните гърци; чрез карнавала в средновековна Европа; в ренесансовата епоха на Шекспирова Англия или Франция на Корней – „състрадание и удивление – при шекспировите критици- чувство на облекчение, прозрение, че и страданията си имат своето необходимо място в един свят, в който царува не само сляпата казуалност или случайност, а едно морално начало, което в края на краищата се налага – чувство на облекчение, удивление, адмираци [1], чрез възхищение към героя, който вдъхновява към велики дела аристократичната част от обществото; в епохата на Виенския Класицизъм чрез хармоничната музика на Моцарт, Хайдн и Бетовен се вплита посланието за изкупление; в съчиненията на съветския психолог, Лев Виготски, чрез изкуство, което решава социална задача от

висш порядък, за да изкупи „колективния ни грях“; а в психотерапията от края на 19 век се говори за катарзисни методи чрез свръх припомняне и емоционално отреагиране при психотравми и фокусът от обществено съпреживяване и пречистване се премества към индивидуалното споделяне.

Професор Гатева създава сугестопедичното изкуство, за да подпомогне осигуряването на условия за концентративна психорелаксация каторазчита на изкуствата от класически тип заради престижа на времето, но и заради цялостността на личността, баланса хармонията и единството на елементите.

В същото време днес тъгата, болката от напускането на любим човек, неудовлетворението и страха - това са чувства, с които не винаги имаме време и условия да се справим.

Сугестопедичната среда е защитена, подчинена на седемте закона, от които първият е любов към човешкото същество, приемане, меко поправяне на грешките, пълна подкрепа а последният е класическото изкуство. Не само заради символизма на числото седем професор Лозанов се спира на формулирането на тези закони. В тяхната хуманна логика се започва с широкото, човеколюбиво сърце на лекаря или учителя, преминава се през висшата ценност на свободата, разбирана от Ботев и Шандор Петьофи, също и към вътрешната ни свобода от унищожителни самоограничения, след нея усещаме връзката с цялото мироздание в необикновеността на случващото се, многократно увеличения материал, отношението цяло – част, частта чрез цялото, златното сечение, което е най-универсалния закон за хармония и стигнем до класическото изкуство и естетика.

Не случайно тези условия се наричат закони или *conditio-sine-qua-non* – условия, без които не може - те разглеждат човека в неговата цялост.

И ако при древните театърът е бил мястото, на което се е разигравала драмата между невинния герой и боговете или музиката е била тази, която е издигала духа до Създателя, ако през ренесанса до Бог се е стигало чрез красота и любов, а през 18 век в музиката на виенските класици катарзисът е свързан с идеята за изкуплението, то къде е мястото на Бог, изкупление и връзка с нещо по-голямо от нас в наше време?

В сугестопедията, според професор Гатева, тази функция се постига чрез отклоняване на вниманието от болното място, преместването от ежедневието към поетично-музикалното единство.

*„Преместването от ежедневието прагматична реч в посока на организираната поетична реч и в посока на музикалната реч е било свързано винаги с проблема за катарзиса.“*

В нашия контекст на създадена обществена психоза един сугестопедичен курс чрез поезията, класическата музика, изобразителното изкуство, вплетени в сюжета на историята, която води, отклонява вниманието от болното място, заздравява вярата и оптимизма и по този начин повишава жизнения тонус като създава бариера за отрицателните внушения. Катарзисът е „припомняне и фиксиране на онези състояния на равновесие и хармония, при които с най-голяма лекота, в най-голямо количество и най-трайно се възприема, преработва и претворява информация“. Това състояние в сугестологията и сугестопедията е концентративната психорелаксация. Затова за нас ритъмът и интонацията представляват началните –

произлизащи от дейността и организиращи сугестивни фактори за постигане на състояние на концентративна психорелаксация. Но при създаване на сугестопедично изкуство синтезът на музикално-речевите интонации и учебното съдържание така трябва да бъде балансиран, че да не води до напрежение“

Прозрението на професор Гатева по отношението на нуждата от разработване на тази функция на изкуството е особено актуална в настоящия момент, в който хората са подтиквани да бъдат разделени по важни въпроси, свързани със здравето, объркани от автентичните източници на информация. Противоречивите твърдения създават напрежение, което може да бъде освободено по един мек начин – на една друга сцена, в която логика, емоция и интуиция, дух, душа и тяло признават, че човекът е многоизмерен, не линеен. За професор Лозанов „Човекът е душа. Душа.. Сега ако Вие ме нагрубите аз мога да се разплача. Защо не? Ако съм една кибернетична машина няма да почувствам нищо..“ И така в тази среда често се отрища емоцията, провокирана от общото изпяване на една песен, която ни напомня наша болка; създават се ситуации, в които спонтанния смях е здравословен, играта с маски или играта на театър, художествените игри на разработката, репродукциите на великите майстори- всичко това ни помага да изпитаме естетическа емпатия и да се освободим. Сугестопедичното изкуство, сътворено върху основите на сугестологията и законите и средствата на сугестопедията, създава условия за разтваряне на психиката, приемане и освобождаване от унищожителното напрежение.. Фантазността, преживяването на нашия герой ни дава друга перспектива – ние не се задържаме в болката, след освобождаването героят ни взема решение как да

продължи, защото пиесата продължава – ние се движим на много планове, през много епохи.

Съгласието, което сме дали, влизайки в една сугестопедична класна стая, е да продължим да сътворяваме написаното и оставеното преди нас. Това е връзка и тя социализира, излиза човечното, изчиства се ненужното, онова, което ни забавя и обърква.

В първия етап от сугестопедичния цикъл, въведението, ние сме създали условия за спокойствие и доверие, знаем, че няма страшно, че няма да бъдем наранени, унижени или поправени по груб начин, участвали сме в много чиста весела игра, в която неочаквани обрати и превъплacements на учителя ни карат да се смеем от сърце, да освободим напрежението, дори в тази контрастност на ежедневието – въведение има основа за катарзис, за освобождаване от нещо наслоено.

Но истинската кулминация ще дойде с концерта – един сеанс, в който дух и душа се сливат и там, където има натрупване, то се освобождава по един красив начин.

Концертният сеанс за подаване на новата учебна глобална тема има *„естетичното, ритуално, катарзисно и концентративното – психорелаксативно значение“*, а вдъхновението е основно изискване на сугестопедичния учебен процес., ще напише професор Лозанов. Великите творци и ние се свързваме на емоционално ниво, в цялото многообразие на съзнавани и парасъзнавани сигнали, послания и действия. Позата ни, тържествеността, ритуалното изчакване и общуване с музикалното произведение, създава една атмосфера на древност, храмово спокойствие и в същото време на извисяване.

Добре подготвеният преподавател използва цялото многообразие от периферни перцепции, своето овладяно единство на мисъл, чувство, движение и тон, за да подаде чрез гласа си един материал, който няма да натовари, а ще освободи и ще се възприеме чрез двата плана на съзнаваност и парасъзнаваност. Търсените паузи, най-красивите места в музикалното произведение, нежната динамика, наситените пасажии, избухването в тържествената, уверена интонация заедно с музиката унасят или разтърсват слушателите – ученици.

Тогава, в тези моменти, и преподавател, и ученици преживяват силата на пречистването, споделено в едно пространство, но запазено за всеки един със сакралността на интимното.

Ние не сме били подготвени за това преживяване, защото всеки път то е различно – прилича си само по високата степен на концентрация на душевни и духовни сили.

И в този момент чрез избраното изкуство ние можем не само да покажем човечността си, но и да я оформим и достигнем до духовно озарение.

Сугестопедията поставя за първи път редица проблеми за разглеждане в областта на психологията на общуването в образователния процес. Тя е методика, система на обучение и начин на възприемане и изживяване на света, която в най-пълна степен признава многоизмерността на човека и свързаността му с външната среда. Катарзисът, в този смисъл, потвърждава думите на Е.А. Бугарчева, че служи на „ съхранението на човешкото в човека и съответно предстоят да се открият нови области, в които да се изследват неговите социални функции в

съвременното общество“. Такава област, за наша радост, се оказва и сугестопедичния процес на обучение и преподаване.

### **Благодарност:**

Авторката би искала да изрази своята благодарност

към професор, доктор на психологическите науки, Илия Пеев, за непрестанната подкрепа, пример, житейски уроци, силен дух и неотменна вяра през всички изминали години на запазване делото на професор доктор Лозанов

към доцент, доктор на педагогическите науки, Пенка Кожухарова, за насоките, разбирането, поощрението и вдъхновението в научната работа.

### **Използвана Литература:**

Лозанов, Георги, „Сугестология“, Наука и Изкуство, София, 1971

Лозанов, Георги, „Сугестопедия-десугестивно обучение“, Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, 2005

Лозанов, Георги, Гатева, Евелина „Сугестопедично практическо ръководство за преподавателите по чужди езици“, Научно – изследователски институт по сугестология, София, 1981

Гатева, Евелина, „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес“, Научно-изследователски институт по сугестология, София, 1982

Бугарчева, Е.А. „Катарсис как категория и феномен современной жизни: монография“, Министерство



Образования и науки Российской Федерации  
Государственное образовательное высшего  
профессионального образования „Казанский  
государственный технологический университет“,  
Казань, 2011, pdf

Guinagh, Barry, „Catharsis and Cognition in  
Psychotherapy“, Springer-Verlag, New York, 1987,  
pdf

Rubidge, Bradley „Catharsis through Admiration:  
Corneille, Le Moyne and the Social Use of Emotion“,  
New York University, Modern Philology, 1998, pdf

Lemarquis, Pierre, „L' Art Qui Guérit“, Editions Hazan,  
Paris, 2020

**За контакти с автора:**

vaninastoianova@hotmail.com  
12 Rue „Aime Cesaire“  
31140, Launaguet, France  
„Лъвова чешма“, 4, вх. А, ет. 5, ап.15  
8800 Сливен, България

*В памет на професор доктор Георги Лозанов и  
професор доктор Евелина Гатева*

И така, последната страница на първия брой на списание „Класическа сугестопедия“ е отгърната. Сърцето е изпълнено с благодарност към авторите, които споделиха своите виждания, наблюдения, изследвания, чувства и мисли. Сугестопедията на професор доктор Георги Лозанов е жива. Тя съществува чрез всеки, който се старае да я запази. Дълбочината на теорията и многоизмерността на практиката ни позволяват само едно – да изучаваме този труд, да го пресъздаваме чрез своята душевност и да го предаваме чрез силата на живото Слово.

Бихме искали да благодарим и на Ина Василева - Тасева, дизайнер и изпълнител на електронното издание за самоотвержеността и нежността, с която подхожда към труда на професор доктор Георги Лозанов!

До нови срещи, мили читатели!

Ванина Бодурова  
Фондация „Професор доктор Георги Лозанов и професор доктор  
Евелина Гатева“