

Проект за преиздаване на трудовете на доктор Лозанов,
препис: Христина Щерева
преподавател – сугестопед по гръцки език,
гр. София

Източник: сборник „ПРОБЛЕМИ НА СУГЕСТОЛОГИЯТА“, 1973 , стр. 75-88

ЗАКЛЮЧИТЕЛНО СЛОВО

на Г. ЛОЗАНОВ

старши научен сътрудник,

доктор на медицинските науки –

директор на Научноизследователски институт по сугестология,

председател на I международен симпозиум

по проблеми на сугестологията

НРБ

И така, нека се опитаме да огледаме накратко какво направихме в тези три дни. Най-напред искам да съобщя, че регистрирани участници в симпозиума бяха 159 души. От тях: България – 103, от СССР – 14, от ГДР – 10, от Канада – 7, от Унгария – 6, от САЩ – 6, от Швеция – 4, от Франция – 3, от Чехословакия – 2, от Румъния – 1, от Италия – 1, от Холандия – 1 и от ГФР – 1.

От постъпилите седем основни доклада, предвид ограниченото време, бяха прочетени шест. А от постъпилите 107 съобщения беше възможно в рамките на определеното време да бъдат изнесени 36. От постъпилите от Научноизследователския институт по сугестология

34 съобщения бяха прочетени 5. Всички материали на участниците в симпозиума – прочетени или непрочетени – поради това, че под формата на резюмета са включени вече в основния сборник, ще бъдат публикувани по желание на авторите в разгърнат вид. По такъв начин от тях ще се ползват колегите, които имат намерение да работят в областта на сугестологията в бъдеще.

Позволете ми сега да взема накратко отношение към някои проблеми, които се поставиха на разискване, и същевременно да дам някои малки пояснения. Сугестологията се оформи като отделна наука в нашата страна. Тя стана основен проблем за експериментално и теоретично разработване в първия в света Научноизследователски институт по сугестология в София. Но това, разбира се, съвсем не значи, че проблемите на внушението едва сега започват да се проучват. Едва сега те са обобщени и е уточнен предметът на науката сугестология. И същевременно едва сега проблемите на внушението са насочени не само по отношение на лекуването и на възпитанието, а вече и по отношение на обучението, както и на всестранното усъвършенствуване на цялостната личност. От тази гледна точка ние създадохме сугестопедията като единна педагогическа и дори в известен смисъл общокомуникативна система с редица специфични психологически, физиологически и дидактически особености, които са споени в общите закономерности на сугестивното. В рамките на тази система могат да се изграждат вече редица методики.

Необходимо е да подчертаем, че не само паметта и автоматизациите, но цялостното активиране на личността при

сугестивно организирания учебен процес е основна задача на нашия институт. Експериментите и практиката при нас вървят в неделимо единство. Провежда се същевременно непрекъсната квалификация на всички специалисти. Затова и резултатите при нас са високи. Сугестопедичната методика дава високи резултати и в страните, където работят обучени при нас преподаватели. Затова ние считаме, че резолюцията, която приехме на симпозиума по предложение на представителите на няколко страни, е правилна: Не трябва да допускаме да се масовизира прибързано сугестологичното направление в педагогиката, без подходящо обучение в теоретическо и в практическо отношение на специалистите-педагози. Всяко дело, предоставено в неопитни ръце, е обречено на провал. Нима не стана така на много места – макар и не навсякъде – с движението за обезболяване на раждането, създадено от професор Иля Захарович Велвовски! Колко красиво, колко високохуманно движение, което там върви отлично, но на много други места спря. Защо? Защото беше дадено в неопитни ръце на акушерки и медицински сестри, незапознати не само с теорията, но и с практиката. Да се работи с човешката личност, да се апелира към нейните резерви – изисква високо, много високо квалифицирани кадри. Всеки, който разчита само на ентузиазма, без необходимите квалификация и организация, не само че не прави никаква услуга на сугестологията, а напротив – пречи. И може би пречи повече от онези колеги, които и в изказвания, и в пресата се опитаха да спънат развитието на нашата наука.

Но ние вече можем да бъдем спокойни за сугестологията. Дори тук и там тя да не върви; дори в една или в друга страна да не се получават високите резултати, които получаваме ние, или които получават свързаните с нас други институти – причината вече не е в сугестологията, а в квалификацията на кадрите. По същия начин и психотерапията днес никой вече не посмява да отрече. Има катедри, клиники, кабинети по психотерапия. А това, че някъде психотерапията не върви – вече е ясно, – то е не защото няма психотерапия, а защото психотерапевтът не е квалифициран. В този смисъл ние сме спокойни вече и за науката сугестология и нейния клон – сугестопедията.

Времето, с което разполагахме, не ни позволи да изложим по-широко нашите схващания за връзките на личността със социалната среда. В това отношение с пояснението, което проф. Ковальов направи, доразви нашето виждане, което сме разработили при проблемите за т. нар. „обществена сугестивна норма“. Тези схващания в някои отношения тръгват още от В. М. Бехтерев. Новите неща не могат да не вървят тясно свързани с това, което е правено някога и някъде.

Нашите схващания за „обществена сугестивна норма“ се потвърдиха в проучванията ни на единния сугестивно-десугестивен процес. Тези закономерности се очертаха и при взаимоотношенията ни с част от научната общественост. Направи се опит, без достатъчно научни аргументи, да се създаде настроение против сугестологията.

При възникналата емоционална атмосфера можеше да се из земе из ръцете на сугестолога онова, което на времето се иззе от

ръцете на акушера при обезболяването на раждането. Със сугестивната сила на някои научни авторитети се усили втъпяването, че възможностите на човешката личност са ограничени. Неволно така бяха подкрепени библейските догми. „С мъка изкарвай прехраната си!“ – е казано и в библията. „С болка раждай децата си!“ – също е казано там. Отречени бяха цели направления в науката, които доказваха, че: „Жените могат да раждат и без болка!“ или: „Обучението може да бъде и приятно, леко, по-ефективно!“. Възразиха и някои философи: „Какво е това обучение, което ни подготвя да възприемаме мързеливо, пасивно?“.

Няма такова нещо, колеги. Когато обучаващият се да свири на пиано прави излишни движения, учителят му подсказва: „Не с тези пръсти, не с цялото тяло, не навеждай главата, не се наклонявай, губиш енергия, уморяваш се и свиренето не излиза вдъхновено!“. Така впоследствие се достига до момент, в който пианистът прави само най-нужните движения. Нима това е учене на пасивност! Не, това е учене на икономичност и на продуктивност. А ние учим обучаващите се: „По време на учебния процес не е нужно да се напрягате, не трябва да се страхувате, не е нужно да правите свръхусилия за всякакъв вид асоциации, не е нужно да повтаряте необходимия ви паметов материал стотици пъти!“ – именно до „рана в мозъка“, както бяха казали някои наши критици. На учениците се казва: „Може да се възприема естествено, спокойно. Освободете се от паразитните движения както в соматичната сфера, така и в психичната. Освободете се от тревогата как да запомните, какво трябва да правите. Всички дразнения, които попадат в нашите

сетива, оставят следа в мозъка. Единствената трудност е така да се поемат тези дразнители, тази информация, че да бъде лесно нейното активиране, нейното творческо използване в практиката.“ Какво пасивно има тук, какво ограничаващо човешката активност? Ние учим хората да се освобождават от паразитната активност. Ние учим хората да се обучават с удоволствие. Обучението да бъде не тягостно, мъчително задължение, а щастие, радост от безболезненото раждане на знанието. Там раждане на човека – тук раждане на знанието.

Казаха някои колеги, че при нас се помнят приятно само думичките, а после се извършват уморителни граматически упражнения. Това не отговаря на истината. Някога, преди години, действително правехме психологически експерименти с думички, но това все още не беше цялостна методика. Думите от чуждия език, (и не само те!) действително се помнят лесно. Но това не е единственото, защото ние създаваме нагласа на *цялостните резерви*. При нас вече не се говори, че се увеличава само паметта – подобряват се редица още активности на личността в учебния процес. Интелектуалната активност например значително нараства, вниманието също, а внушаемостта спада. Това е сугестивен метод, който снижава внушаемостта, но излишната внушаемост. Тази остатъчна внушаемост е достатъчна за поддържане резултатите на високо ниво. В това отношение имаме много експерименти. Те са описани. Така че не е вярно, че се помнят само думички. Активирането е глобално, то е насочено към цялостната човешка личност. Това особено ясно се вижда в нашите училищни експерименти с всички предмети.

Не бих могъл да се съглася със схващането на проф. Шипковенски не само поради аргументите, които му противопостави член-кореспондентът проф. Матеев. Не мога да се съглася и заради това, защото в него има недопустимо вътрешно противоречие. Основното вътрешно противоречие в неговото изказване, а и в някои други подобни становища е, че, от една страна, се признава, че внушението участва непрекъснато в нашия живот от момента на раждането до смъртта; а, от друга страна, се казва, че то е опасно явление, което деградира, снижава, едва ли не убива! Интересно е тогава защо все пак има човешки прогрес? Вярно е, че сугестията е универсално средство, вярно е, че понякога сугестията е бивала използвана за спиране развитието на човечеството. Но няма именно заради това не трябва ние да вземем това оръжие, да го извадим от неговата стихийна употреба и да го използваме за творчество, за стимулиране на човешкия прогрес! Не трябва ли да направим това? Разбира се, трябва! И бих запитал проф. Шипковенски: „Ако ятрогенията е толкова често явление, ако някои лекари разболяват болните поради ниска медицинска психологическа просвета, защо никой не ги учи как да разговарят с болните? Не само формално с добре подредени думи, а с онази богата палитра от деликатни сугестивни нелингвистични средства, които говорят по-силно от думите – със средствата на неспецифичната психична реактивност в отношенията лекар – болен! Това би се отразило благотворно на психотерапията, която трябва да върви в неделимо единство с психохигиената и психопрофилактиката. То ще

се отрази и на справянето с лаическата ятрогения, т.е. когато не лекари могат да разболяват с негативно сугестиране.

Има обаче и дидактогения – разболяват се или се потискат ученици от преподаватели. Значи ли това да оставим да се разболяват хората, учениците да се потискат и да се ограничават техните възможности, а да не се използват същите сугестивни средства за оздравяване, стимулиране и развитие? Ножът може да се вземе от неподходящата ръка и да се даде в ръката на хирурга, който да спасява човешки живот!

Това е нашето разбиране, а противоположната плаха позиция, вместо да помага, пречи на развитието, на науката. Не може да приемем, че човешките възможности са ограничени и че човекът е достигнал върха на своето развитие. Преди всичко социалното развитие доказва, че не е така – все пак и наистина еволюция има! И второ – сугестопедичните и общо сугестологичните експерименти релефно доказаха това.

Сугестивно организираната атмосфера – и в социален, и в природен, и в личностен аспект – може да стимулира, както казахме, не само всички психологически особености на личността, но и най-интимни вегетативни и биохимични процеси. Още не е известно докъде и доколко; бъдещите опити ще покажат това. Ние, разбира се, няма да изчерпим тези въпроси. Само сме тръгнали по този експериментален път и само сме заявили, че сугестологията е нужна на човека.

Появявайки се на бял свят, вече организирана за творческо развитие на човека, сугестологията обаче и днес, както в миналото,

се срещна с обратните тенденции. В миналото жреците държаха тайните на съвършената личност в своите ръце и ги даваха само на посветените. А на народа се казваше, че те могат да лекуват или да помнят свещените писания наизуст, защото са „осенени“ от бога. И хората немееха. Никой не смееше да помисли, че и той може да бъде „осенен“ от бога. Това беше някога, такъв беше миогледът на времето. Днес се явиха нови влъхви, за съжаление в одежди на научни работници. Те направо заявиха, че човекът няма резерви и няма сугестология, нито несъзнавана психическа активност. И така се случи, че се стигна едва ли не до опити да се инкриминира сугестологията. За щастие днес времената са други и тези гласове не намериха отклик.

В тази битка с противодействието и негативните сугестивни въздействия ние намерихме и полезната, и хумористичната страна.

Ние решихме, че тези противодействащи сили биха могли да бъдат много полезни именно на сугестологията, защото те създават условията на един естествен експеримент. Този опит би ни показал какво би станало в други страни, когато нас ни няма, а срещу колегите ни се появи остър критицизъм, който би създал подобно антисугестивно обкръжение. И ние направихме експеримент с нашите противници. Оставихме ги да сугестират негативно. Изнесени бяха десетки лекции против нас, появиха се статии с много остро съдържание. Ние не отговаряхме. При тази ситуация трябваше да видим дали сугестопедичната система в нашия институт ще издържи. Никоя друга учебна система не би могла да издържи на такива тежки и авторитетни нападки. Никой ученик не

би се учил резултатно по такава система. Ние наблюдавахме какво ще се получи при нас. В началото при редица курсисти и ученици от училищните ни експерименти действително процентът на усвояване на материала малко спадна. Но беше проведена вътрешноинститутска сугестивна профилактика и усвояването се повиши в следващия етап на още по-високо ниво. Преодоляхме като организирана затворена система негативното социално въздействие. По такъв начин нашите опоненти взеха участие в някои от най-интересните ни опити.

Сега няколко думи за творческото мислене и внушението. Не е правилно разбирането, че внушението ограничавало творческото мислене. Ако внушението, както приемат не само поддръжниците ни, но и мнозина от опонентите, участва във всеки миг от нашия живот, това би означавало, че никакво творческо развитие няма да има за отделната личност; оказва се в действителност, че внушението има родствени механизми с вдъхновението, интуитивното досещане, евристичното мислене и някои страни на творческото мислене. В нашата опитна паралелка, в която учениците се обучават по всички предмети (не само по езици, но и по физика, химия, география и т.н.) ние ясно можахме да видим как сугестопедията стимулира творческото мислене. Може би една от основните причини за това творческо разгръщане трябва да се търси в средствата на изкуството (музика, интонация, театрализация и др.), които са основен сугестивен дидактичен фактор при сугестопедията. Естетичните, художествените и етичните качества на изкуството в съчетание с подходящо

сугестивно дидактизиране на неговите комуникативни свойства, стимулират творческото развитие на цялостната личност в сугестопедичния учебен процес.

Бих искал да взема отношение и по някои от становищата за релаксация, хипноза, хипнопедия – всички тези направления, които търсят път към резервите на човека. Някога, преди да се стигне до будносугестивната хипермнезия, преди да се открие възможността и в нормално, обикновено будно състояние да се помни неколккратно пъти повече, допускахме, че само с хипноза могат да се получат тези резултати. Това ни внушаваше традицията в науката. Опитите обаче показаха, че и без хипноза се получава същият ефект. След това мислехме, че в релаксацията е същината. Опитите обаче показаха, че и релаксацията не е нужна. Ние се радваме, че има колеги, които работят и с хипнопедия, и с релаксация. Но нашият метод не е релаксопедичен. Имаме много експерименти, които показаха, че и без мускулна релаксация се получават високи резултати; това е плацебо ефектът: правиш инжекция с аква дестилата – получава се лечебен ефект. Каква релаксация има тука – само доверие, спокойствие и създаване чрез сугестивните средства на неспецифичната психична реактивност *установка на резервност*. Релаксацията според нас е един ритуален момент. Тя се създава, от една страна, сугестивно, а от друга страна, вече е сугестивен фактор със следното съдържание: Аз съм релаксиран; на мене ми е казано, че в това състояние аз ще помня повече; пък и да не ми е казано – подразбира се; това е особено състояние, което естествено ще дава и по-особени резултати. До

подобни заключения, само че по отношение на хипнозата, е достигнал американският психолог Т. Кс. Барбър. Така се създава според нас мотивация, която е насочена сугестивно към резервите на личността. Този вид мотивация в известно отношение се слива с установката, която става установка на резервност. И тук вече идва и несъзнателното в сугестивното. Щом в нашите опити е доказано, че мускулната релаксация не е нужна за подобряване ефективността на обучението, то за релаксопедия ние не бихме говорили.

Имаше в симпозиума доклади, които на пръв поглед са като че ли далеч от сугестологията. Но обученият сугестолог веднага може да намери кое в тях е сугестивно и защо са допуснати. Така се вижда широкият спектър от дейности, които при съвременната сугестологична постановка имат място за проучване в рамките на тази наука.

Ние изследвахме не само релаксацията, но и редица още други моменти в сугестията. Особено внимание отделихме на авторитета. Почти всеки термин на сугестологията се намира и в другите сродни науки, но сугестологично термините са получили допълнително ново съдържание. Макаренко е казал много неща за авторитета, посочил е различни видове авторитет. Ние само добавяме още нещо: авторитетът може да се насочи при специална психологическа организация, за която е нужно психотерапевтично виждане на сугестолога, към резервите. И нашият, сугестирацията авторитет е авторитет, насочен към резервите. Виждате: установка към резервите, мотивация към резервите, авторитет към резервите – всичко е концентрирано натам и в основата на всичко – *средствата*

на изкуството. Един от нашите опити за изясняване ролята на авторитета беше следният: на две големи групи деца в училище прочетохме при еднакви условия списък от думи. На едната група казахме, че това са думи, които се използват най-често в поезията на известния български поет Пею Яворов. А на другата група не дадохме тази информация. Оказа се, че групата, която получи информация, че тези думи се използват често от авторитетния български поет, е запомнила, без да знае как, несъзнавано, значително повече думи, отколкото другата група – контролната. Този опит ни постави в разбираем конфликт с някои педагози, с някои учители, но какво значение има това за една наука!

Направихме опити и за коригиране паметовата крива на Ебингхаус при запаметяване на изолирани безсмислени срички. Ние повторихме някои Ебингхаусов тип експерименти при сугестивни условия и получихме нещо подобно на онова, което проф. Хачапуридзе каза, че е получил при неговите субсензорни опити. Нов тип крива се появи – с бавно настъпващо забравяне. А това и в нашия експериментален материал с курсистите по сугестопедичната методика е много ясно видно.

Сугестологията е една безкрайна по своите перспективи наука. Ние сме много щастливи, че всички вие, които присъствувате тук, споделяте това мнение. То ясно личеше от вашите доклади и изказвания. Сугестологията е област на науката, която има отношение и към психотерапията, и към физиологията, и към педагогиката, и към психологията; кръстосват се редица науки. А тези, науки се кръстосват с всички видове изкуство. Сугестологията

тръгна от психотерапевтичния кабинет, влезе в педагогиката, а сега отново се връща в медицината – и не само в медицината. Наши колеги докладваха за сугестопедично лекуване на болни от невроза с отлични резултати. Беше докладвано за американските експерименти със средства, близки до нашите сугестивни средства, при умствено изостанали деца. Току що се получи информация за експерименти в САЩ със сугестопедия на болни от рак. (Изглежда не за лекуването на рака, а за успокояване на неговото психотравмиращо въздействие – още нямаме точна информация).

Но ето че сугестопедията отново се връща в психотерапевтичната практика и с това доказва, *че човешката личност е нещо цялостно*. Не можем да делим педагогическите от медицинските и от социопсихологическите въпроси! Не можем да имаме квалифицирани сугестолози, нито можем да имаме квалифицирани педагози без познаване и на някои психотерапевтични, физиологични и социопсихологични моменти. Не можем да обучаваме и да потискаме. Не можем да обучаваме и да разболяваме.

Може би бъдещите опити ще коригират някои от нашите схващания и това само ще ни радва – разбира се, ако са опити, а не увиснали във въздуха умозаклучения.

Накрая, позволете ми да изразя мнението на организационния комитет и на целия симпозиум, като изкажа благодарност на партията и правителството на НРБ, които ни даваха възможност да се развиваме по пътя на експеримента, както и да организираме този плодотворен симпозиум.

Искам да изразя благодарност на Държавния Московски педагогически институт за чужди езици „Морис Торез“ за сътрудничеството и за участието в днешния симпозиум.

Позволете ми да поблагодаря на научния съвет, както и на всички научни сътрудници и служители на Научноизследователския институт по сугестология.

Драги делегати на симпозиума, благодаря на всички вас за активното участие, с което потвърдихте, че сугестологията съществува, че тя е перспективна наука и че в тази област има какво да се прави в бъдеще.

Обявявам Първия международен симпозиум по проблеми на сугестологията за закрит!

До скоро виждане, скъпи колеги!