

ВАНИНА БОДУРОВА

"Caminante, no hay camino, se hace camino al andar"

Споделени мисли за първия конкурс за подготовка на обучители – сугестопеди

ХРИСТИНА ЩЕРЕВА

За необходимостта и процедурите по съставяне на справочник на сугестопедичните термини. Прототип на сугестопедичен терминологичен справочник

СОНЯ МИНЕВА

Въздействие на класическата музика при концертния сеанс и някои тематични препратки към сугестопедичния учебник "The Return"

СЪДЪРЖАНИЕ:

**ВАНИНА БОДУРОВА -
02**

Думи на редактора към
читателите

**ВАНИНА БОДУРОВА -
03**

"Caminante, no hay camino, se
hace camino al andar"
Споделени мисли за първия
конкурс за подготовка на
обучители – сугестопеди

**ХРИСТИНА ЩЕРЕВА -
07**

За необходимостта и
процедурите по съставяне
На справочник на
сугестопедичните термини.
Прототип на сугестопедичен
терминологичен справочник

СОНЯ МИНЕВА - 32

Въздействие на класическата
музика при концертния сеанс
и някои тематични препратки
към сугестопедичния учебник
"The Return"

**ИРЕНА МЛАДЕНОВА -
49**

Вдъхновяващите книга-
сценарий "Un Viaje" на д-р
Гатева, "Четири годишни
времена" на Вивалди и
репродукции на пейзажи

**ПАВЛИНА НИКОЛОВА -
68**

Мястото на класическото
изкуство в Класическата
сугестопедия

**ВАНИНА БОДУРОВА -
92**

Думи на Благодарност от
редактора

Мили читатели,

Днес се навършват 11 години от тленната кончина на професор доктор Георги Лозанов. Винаги с мисъл за него, винаги с благодарност към вас, бихме искали да споделим още един брой на нашето списание „Класическа Сугестопедия“. Още веднъж брой специален. Той представя избраните разработки от първия конкурс за подготовка на обучители-сугестопеди, обявен на 29.06.2022 година и завършил на 4.03.2023. Открива и нашите мисли и вълнения за пътя, който все още не е създаден, „който се създава, докато вървим“...

Много поезия, много култура, много знание, много душа има във всяка една от тези разработки. Всяка една носи индивидуалния дъх на авторите-сугестопеди, разкрива личните им търсения, оставя за нас, между редовете, да открием техните изпитания.

Надяваме се трудът им да послужи за вдъхновение на всички хора, които почитат и се вълнуват от труда на доктор Лозанов и доктор Гатева.

Този брой е нашият малък дар към паметта на доктор Лозанов и нашият скромн отговор на поставения от него въпрос: „А кой ще обучава учителите?“

С пълното съзнание за голямата отговорност, която всяка наша дума предполага, бихме искали да ви поканим отново заедно да пристъпим в съкровения свят на Сугестопедията!

Ванина Бодурова,

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

"CAMINANTE, NO HAY CAMINO, SE HACE CAMINO AL ANDAR"

СПОДЕЛЕНИ МИСЛИ ЗА ПЪРВИЯ КОНКУРС ЗА ПОДГОТОВКА НА ОБУЧИТЕЛИ –
СУГЕСТОПЕДИ

ВАНИНА БОДУРОВА

**ФОНДАЦИЯ „ ПРОФЕСОР ДОКТОР ГЕОРГИ ЛОЗАНОВ И
ПРОФЕСОР ДОКТОР ЕВЕЛИНА ГАТЕВА“**



“Венера и трите грации поднасят дарове на младо момиче”, Сандро Ботичели, 1486-1490

*Caminante, son tus huellas
el camino y nada más;
Caminante, no hay camino,
se hace camino al andar.
Al andar se hace el camino,
y al volver la vista atrás
se ve la senda que nunca
se ha de volver a pisar.
Caminante no hay camino
sino estelas en la mar.*

Antonio Machado (1875-1939)
Proverbios y Cantares (XXIX)

За първи път в новата българска история на Сугестопедията избираме преподаватели – сугестопеди, които ще се подготвят за сугестопеди-обучители.

Може би е добре да припомним, че нашата Сугестопедия беше забравена от държавата ни, изкривена, изоставена, замечена като ненужна. Създателят ѝ, професор доктор Георги Лозанов, дълго време живя с усещането за persona-non-grata, за нежелан, в родината си, България. Докато в края на месец януари 2008 година, точно, на 22.01. 2008 година, залата на регионална библиотека „ Сава Доброплодни“ не се бе изпълнила с хора, които бяха дошли да го чуят и видят. В очите ми на отскоро влюбена в Сугестопедията учителка, посрещането му беше по-скоро на persona -très-grata, отколкото нежелана.

Три поколения сливналии се бяха събрали да засвидетелстват уважението си към този човек, за когото се носеха градски легенди от уста на уста. Чест прави на директорката на регионалната библиотека в Сливен, госпожа Росица Петрова, която не се поколеба да покани доктор Лозанов да изнесе своята първа лекция пред обществеността в България и да го посрещне подобаващо като значим учен. Чест прави на град Сливен, който го прие с радост, топлина, внимание, любопитство, добронамереност и му създаде условия да прекара последните години от живота си заобиколен от обич.

Доктор Лозанов обучаваше до края. Той даваше пример до края. Той въздействаше до края. Той

ни даде последния си урок малко след като кардиограмата показваше правата линия на края.

Преди 11 години той ни остави привидно сами. Но ние вече бяхме приели Любовта като наша природа, бяхме защитени от всички трудности и препятствия благодарение на нея. Тогава започнахме да променяме идеята за Сугестопедия. Тя възвърна истинската си същност на високо хуманна методика, педагогика, философия на живот на нивото на скритите резерви на човешкия мозък/ум. Тя започна да излъчва такова непринудено очарование и да привлича учители от всички области на познанието, родители, лекари, предприемачи.

Тя ставаше все по-жизнена и възприемаше лика на всеки един човек, който преподаваше чрез нея.

Изминаха години, в които учителите-сугестопеди започнаха да изучават законите, да се съсредоточват върху онези области от широката и необятна теория, които най-добре припознаваха като свои. Майсторството на учителите беше започнало да се оформя. Очарованието се придружаваше от зрелостта в мисленето и наблюденията. Ние наблюдавахме развитието дискретно, встрани – по време на конференциите, по време на посещенията, по време на трудностите, по време на противоречията. Въпросът винаги беше дали доктор Лозанов би бил доволен. Разбира се, че ни липсваше. Разбира се, че не ни беше казал всичко. Разбира се, че ни бе оставил сами да откриваме как звучи най-пречистващия концертен сеанс, как завършва един ден на недостатъчно добра сугестивна организация, как говореше, мислеше, действаше един автентичен учител или понякога не така автентичен. Какъв беше вкуса на натиска и какъв на лекотата. Ние

се учихме, докато стъпвахме на неговите разработки, докато тълкувахме думите на доктор Гатева, докато се уверявахме в невидимата подкрепа чрез синхроничните събития на онова необикновено, което се случва.

Всеки един учител премина през своя катарзис. Ние се задълбочихме, за да изследваме защо катарзисът беше така важен, така необходим, така настоятелно присъстващ в сугестопедичните теоретични разработки. И с всяко наше изследване на обемната литература, достигаме до един и същи извод – за да достигнеш резервите, е нужно да влезеш пречистен. Така лесно е духът ти да се замърси. А там, където се свързваш с най-съкровено, там е пространство чисто.

Затова когато една сутрин на месец юни 2022 година в съзнанието ни се появи кристално ясната, окриляваща мисъл за предаване на познанието, чувството бе на лекота, но и на уплаха.

Достатъчно чистота ли има в сърцето, за да се осъществи тази отговорна задача? Бяха изминали почти точно 17 години от момента, в който бяхме видели доктор Лозанов, 10 от неговото напускане на земния живот. Може би беше дошло време. Може би познанието за подготовка на преподаватели - сугестопеди можеше да се предаде в нечий други ръце. Да се създаде нещо ново, което ще послужи на следващите поколения. Дървото имаше своя здрав корен.

Разбирате, че обявяването на конкурс в една така интимна област като споделяне на сугестопедичното познание беше сякаш някак неуместно. Заради думата и конотациите. Някак административно, някак формално, някак елитарно. Някак далеч от тайнството,

съкровено и споделянето на процеса на нивото на резервите. За нас той винаги е бил много личен, много сърдечен, някак физически усещан. Той не беше и не е ежедневие. Той е поезия. Как да пишеш история с един език, който все още не е установен? Как да създаваш имена на събития, които все още са нови? Как да преработваш понятия, които имат общоприети значения? Имаше нужда от Алхимия. От приказност. От фееричност. От лекота. От пречистване.

Дали всички биха разбрали изискванията? Дали условието да умееш да поставиш общия интерес над своя личен би се припознал по начина, по който ние го живеехме? Дали това не би разделило хората? Дали не биха го възприели като съревнование? Като задължение? Как да кажеш, че това е предаване от Учител на Ученик, процес, който е на границата на посвещението? И въпреки всичко това желаше сърцето, това задължаваше в общуването, това изискваше в срещата с онези преподаватели, които откликнаха.

Днес, при отчета на нашата работа и намерения, първо бихме искали да благодарим на всеки един и всяка една от тях за смелостта и доверието да участват, за смирението да приемат отговора.

Благодарение на всеки един участник в това събитие, ние формулирахме критерии, които не бихме се осмелили да поставим предварително.

Споделянето на разработките, които бяха едно от изискванията за участие, налагаше пълна честност и чистота. И отново се появи усещането за физическо присъствие. Болка в разпадането на съставни части и сливането с мисълта на другия. Да проникнеш отвъд написаното. Да разбереш и да приемеш. За това

имаше нужда от неколкодневна подготовка. Условието за пречистване, за събуване на обувките на предразсъдък, очакване...

Тогава разбрахме, че Сугестопедията и балетът си приличат. И двете изкуства не са присъщи на човека. И за двете, за да постигнеш онова усещане за безтегловност и грация, е нужно да работиш много. Балетът предизвикваше гравитацията. Сугестопедията – ежедневното общуване.

Пред всяка една разработка се представи оголената душа с образа на Венера на Сандро Ботичели. Тя беше готова да приеме, да усети, да посъветва, да подкрепи, да избере. Изборът беше труден. Бяхме поставили условие за 4 души.

Четворката отговаряше на четирите части на симфоничната форма. Тя е съзвучие. Четворката беше числото на материята. Венера беше материализираната духовна красота в материя.

От всички споделени мисли, представени като разработки на една от темите:

“Терминологична база на Класическата Сугестопедия“

„История на Класическата Сугестопедия“

„Медицински корени на Класическата Сугестопедия“

„Влиянието на Класическата Сугестопедия върху здравето на обучаемите и обучаващия“

„Значението на концертния сеанс в Класическата Сугестопедия“

„Разкриване на резервния комплекс чрез Класическа Сугестопедия“

„Мястото на класическото изкуство в Класическата Сугестопедия“

с условието материалът да бъде оригинален и непубликуван, се родиха следните критерии:

Критерий за уважение към доктор Лозанов и доктор Гатева

Критерий за усещане на значимост на оставеното в наследство

Критерий за тема, включена в конкурса

Критерий за широка култура

Критерий за ерудиция

Критерий за умение да се анализира и правят връзка с източниците и новата постановка от автора

Критерий за задълбоченост и честност при създаване на разработката

Критерий за баланс между логика и емоция

Критерий за финес

Критерий за смирение

Критерий за прецизност

Критерий за задълбоченост

Критерий за структура

Критерий за оригиналност

Критерий за лекота

Критерий за въображение

Критерий за смелост

Критерий за самоувереност без да бъде арогантност

Критерий за усещане за връзка корен – последовател

Критерий за световен поглед и единство със света

Изборът бе направен. Първите преподаватели – сугестопеди, които щяха да започнат своята подготовка за обучители – сугестопеди получиха своята подадена ръка. Даровете, които Венера и Трите Грации носеха на младата жена в картината на Ботичели, тепърва щяха да бъдат предавани. Една нова страница се отгърщаше, един нов щрих в жизнеността на Сугестопедията се добавяше.

Дано бъдем достойни!

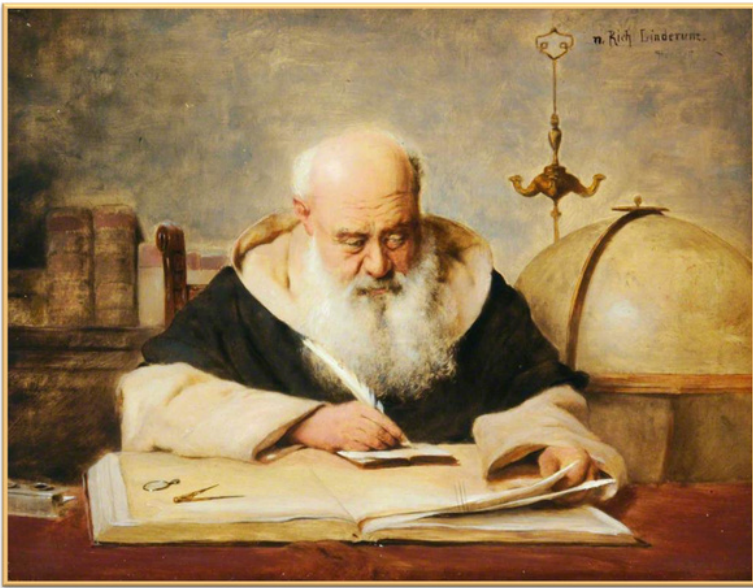
[1] „Пътнико, твойте стъпки
са пътят, друг няма.
Няма път, пътнико,
Вървенето пътя създава.
Вървенето пътя създава
зад себе си ще видиш
пътя повторно
не може да минеш.
Пътнико, път няма
само следи от кораб в морето.“

Превод: Блогът на Цветелина
<https://knigata365.com/>

ЗА НЕОБХОДИМОСТТА И ПРОЦЕДУРИТЕ ПО СЪСТАВЯНЕ
НА СПРАВОЧНИК НА СУГЕСТОПЕДИЧНИТЕ ТЕРМИНИ
ПРОТОТИП НА СУГЕСТОПЕДИЧЕН ТЕРМИНОЛОГИЧЕН СПРАВОЧНИК

ХРИСТИНА ЩЕРЕВА

**СУГЕСТОПЕД КЪМ СУГЕСТОПЕДИЧНА ШКОЛА ПО ГРЪЦКИ ЕЗИК
„ОНИРО“**



„The Scientist“ Richard Linderum (1851–1926)
Photo credit: Museums Sheffield

Понятийно-терминологичният апарат е необходим и присъщ на всяка наука. Неговата роля е да осигурява общовалидност и устойчивост не само при дефинирането на понятията, но и по отношение на коректното им тълкуване, на осмислянето на теоретичните и практико-приложни постановки, както и на процесите и взаимовръзките, характерни за съответната научна област.

За незапознатия наблюдател вероятно не е съвсем очевидна корелацията между понятието наука (според конвенционалното схващане за присъщата ѝ строгост) и сугестопедичното обучение, характеризиращо се с подчертано

естетическа и стимулираща радостта и спонтанността атмосфера. И все пак, безспорно е, че сугестологията и нейното приложение в педагогиката – сугестопедията стъпват на сериозна научна база. Те са рожба на светлия ум на един учен и на дългогодишния му задълбочен труд, заедно с много негови сътрудници. И както всяка научна област, в процеса на историческото си развитие сугестологията и сугестопедията също формират свой собствен, богат понятийно-терминологичен апарат.

Поради това допускаме, че един изчерпателен, прецизно изработен справочник на сугестопедичните термини би бил полезно допълнение към набора от научна литература, препоръчвана при подготовката на бъдещи преподаватели-сугестопеди. Освен това, смятаме, че успоредно с поддържането на безусловно високо качество на сугестопедичното обучение, изготвянето на съвременни помагала, базирани на автентични източници, би могло също да има принос за осигуряване на полагащото се на сугестопедията признание, за потвърждаване на нейната жизненост и в наши дни, както и за разсейване на все още прокрадващия се скептицизъм по отношение на научните фундаменти, гарантиращи високата ефективност и безопасност на метода.

Настоящата разработка представлява прототипна версия на терминологичен справочник. Представените в него термини са извлечени само от един, макар и христоматиен за сугестопедията, научен труд. Това означава, че предложеният тук прототип на справочник ни най-малко не претендира за изчерпателност на сугестопедичната терминология. По-скоро целите на разработката са:

1. да онагледят внушителното количество термини, с които сугестопедията борави, както и наличието на множество вътрешни взаимовръзки и йерархично структурирани, допълващи се или следващи едно от друго понятия;
2. да провокира размисъл и дискусия относно целесъобразността на подобно помагало.

Едва щом се достигне до принципен консенсус, че такъв справочник действително би представлявал уместно и необходимо допълнение към научната литература, свързана със сугестопедията, би имало смисъл да пристъпим към неговото същинско реализиране.

ПРИМЕРНИ СЪПКИ ПРИ РАЗРАБОТВАНЕТО НА СУГЕСТОПЕДИЧЕН ТЕРМИНОЛОГИЧЕН СПРАВОЧНИК

В процеса на организиране на информацията в тук предложения прототип, възникнаха някои въпроси, колебания и предизвикателства. Те ни провокираха да формулираме определени съпки, които биха могли да послужат като основа за изграждане на алгоритъм при създаването на реален сугестопедичен терминологичен справочник.

1. Извличане на словник

За да гарантираме изчерпателност на представените в справочника термини, е необходимо да се формира корпус от автентични научни текстове, от които да бъде извлечен подробен терминологичен словник. За сравнение, словникът на тук представения с илюстративна цел прототип е изготвен въз основа единствено на научния труд на проф. д-р Георги Лозанов „Сугестопедия – десугестивно обучение (Комуникативен метод на скритите в нас резерви)“, Университетско издателство „Св. Климент Охридски“ София, 2005 г.

2. Диахронна перспектива

При формиране на текстовия корпус, би следвало да бъдат регламентирани ясни хронологични граници. В случай че бъде избрано за изготвяне на словника да се ползват публикации от широк времеви диапазон, термините би следвало да бъдат представени и в диахронна перспектива. При сравнително разглеждане на различни сугестопедични научни трудове, в съответствие с времевата дистанция помежду им, можем да забележим наличие на терминологична вариативност – както при назоваването, така и в дефинициите на определени понятия. Най-често става дума за доизясняване или обогатяване на конкретни понятия или процедури, но не липсват и случаи на чувствително променящи се позиции, както и на отпадане или модифициране на термини (напр. мелодрама, рецитал – активен, пасивен концертен сеанс и др.) Подобни явления, разбира се, са напълно обясними, предвид многогодишното развитие и усъвършенстване на метода. В един коректно съставен справочник обаче тази вариативност следва да бъде проследена и отразена.

3. Синхронна перспектива

Наблюдават се случаи, при които дори в рамките

на един научен текст са употребени различни термини, обозначаващи едно и също понятие, без ясна необходимост от подобни дублетни форми (напр. неспецифични комуникативни фактори/ десугестивно-сугестивни фактори). Често става дума за близки по звучене словоформи (напр. парасъзнавано/ парасъзнание; релаксативна методика/ релаксативна методология; двуплановост/ двоен план) или синоними (напр. въведение/ интродукция; комуникативна сугестия/ комуникативно внушение). Вероятно такова нестабилно поведение е популярно за новоутвърждаващи се термини. При съставяне на изчерпателен терминологичен справочник обаче, с цел максимална яснота, е необходимо всички подобни локализиращи терминологични варианти да бъдат отбелязани със съответни препратки.

4. Избор на формат – енциклопедичен, лингвистичен или смесен тип

Тук е моментът да си припомним, че немалка част от научната литература, отразяваща развитието на сугестопедията, е създадена на други езици. Наличието на чуждоезикови авторски, а не просто преводни, научни трудове, включително написани от създателя на сугестопедията, проф. д-р Георги Лозанов и от неговата най-близка сътрудничка, допринесла особено много за развитието и обогатяването на метода, проф. д-р Евелина Гатева, поставя въпроса дали помагалото да не бъде със смесен лингвистично-енциклопедичен характер, т.е. в него да бъдат представени и чуждоезиковите варианти, съответстващи на термините на български език. Алтернативно, би могло да се помисли за изготвяне на паралелен лингвистичен (напр. англо-български) терминологичен речник, ако съществуването на такъв се счете за целесъобразно.

5. Изготвяне на набор от атрибути на речниковите статии

Разумно би било предварително да бъде съставен списък от атрибути, съпътстващи основните определения на термините, който да бъде прилаган по възможност към всяка речникова статия. Подобно унифициране би улеснило читателя при ползване на помагалото, а също така би гарантирало изчерпателното, детайлно представяне на всеки отделен термин. Основен критерий за избор на атрибути би следвало да е допълнителната информационна стойност, която те биха имали за читателя. Ето някои предложения за подобни атрибути:

- а) индикация на сферата на произход/ употреба на термина, (напр. термин от: сугестология; сугестопедия; психология; неврология и т.н.);
- б) принадлежност на термина към дадена йерархична структура (напр. терминът принадлежи към: неспецифични комуникативни фактори; антисугестивни бариери; закони на сугестопедията и т.н.);
- в) препратки – при наличие на вътрешни взаимовръзки или синхронни дублетни форми (напр. потенциални възможности на личността – вж. резерви)
- г) принадлежност на термина към конкретна тематична функционалност (напр. принципи/ теоретични постановки, на които се основава методиката; организация/ елементи на учебния процес; насоки, свързани с квалификацията и усъвършенстването на преподавателя и т.н.);
- д) период на възникване, модифициране, заместване на термина;
- е) честотност на употреба на термина.

Настоящият списък от атрибути е примерен и се нуждае от дискутирано обмисляне, редактиране и обогатяване.

6. Критерии за включване на високочестотни лексеми без конкретна терминологична

СТОЙНОСТ

В научните трудове се наблюдават определени лексеми, заедно с различни техни словоформи, които са с изключително висока честотност на употреба, без самостоятелно да функционират като термини. (напр. вибрира, вибриращ, вибрират...; глобално, глобална, глобалност... и т.н.). Би могло да се допусне, че тази фреквентност не е случайна, а че е натоварена с послания, които авторите смятат за важно да бъдат регистрирани и осъзнати от читателя. Затова според нас е резонно подобни лексеми също да присъстват в терминологичния словник. Тъй като нееднозначната им употреба прави невъзможно изготвянето на речникова статия, аналогична на останалите, е необходимо да се помисли за отделни, специфични критерии при съставяне на статии за подобен тип лексеми.

7. Електронен вариант или хартиен носител

Предвид възможностите на съвременните технологии, тяхната достъпност и активната им употреба от една страна, наблюдаващите се сложни взаимовръзки между отделните термини от друга и огромното количество материал, който би следвало да се обработи при съставянето на подобно помагало от трета страна, нашето мнение е, че би било по-рационално първоначално то да бъде изготвено в електронен вид. Това би улеснило: търсенето на конкретни термини; отбелязването на препратки от даден термин към друг или към съставляващите го термини; редактирането и обогатяването на определени статии, както и добавянето на нови; разпространението му – би могъл например да бъде публикуван на страницата на Фондация „Професор доктор Георги Лозанов и професор доктор Евелина Гатева“.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Забележки

1. Термините, представени в настоящото приложение са извлечени единствено от „Сугестопедия – десугестивно обучение (Комуникативен метод на скритите в нас резерви)“, Г. Лозанов Университетско издателство „Св. Климент Охридски“ София, 2005 г. По тази причина липсват някои широко използвани в сугестопедията понятия (напр. Седем закона на сугестопедията; Интонационна люлка, Отместване на вниманието от болното място и т.н.).

2. Съставителят не претендира за абсолютна изчерпателност на термините дори в рамките само на това произведение.

3. Предложените речникови статии са с примерен характер, единствено с цел да се онагледи как би могъл да изглежда един същински реализиран справочник.

4. Речниковите статии представляват преобладаващо извадки от горепосочения научен труд. Почти навсякъде обаче те са частично модифицирани, с цел да се постигне концентриране на информация в оптимален обем, характерен за една речникова статия, както и поради ограничението на формата на настоящата разработка. Оттук произтича невъзможността извадките да бъдат отбелязвани в кавички, с посочен източник, както изисква коректността.

5. Термините са номерирани, с цел номерата им да бъдат използвани за отбелязване на препратки в скоби, поради ограничението на формата на настоящата разработка. При евентуална реализация на действителен

справочник в електронен вид подобни препратки могат да се постигнат чрез вътрешни линкове, а на хартиен носител – с упоменаване на самия термин в скоби или с друг шрифт, както традиционно се практикува при издаване на речници.

б. В настоящото приложение са включени и някои високочестотни лексеми, без самостоятелна терминологична стойност. Те не се придружават от речникова статия. Отбелязана е само честотността на употребата им в горепосоченото произведение.

ПРОТОТИП НА СУГЕСТОПЕДИЧЕН ТЕРМИНОЛОГИЧЕН СПРАВОЧНИК

1. Активен концертен сеанс – Първа фаза на концертния сеанс (39). Поведението на преподавателя е тържествено. По време на четенето той нюансира гласа и интонацията си според музикалната фраза: мажорна – възторжено-ликуващо, минорна – интимно-лирично, темпото: бавно, бързо, умерено и динамиката: тихо, силно, средно. Гласът му се превръща в своеобразен инструмент в оркестъра. Интонацията е мека, любяща, избягват се прекалено сантименталните или императивни елементи. Дикцията е ясна. Новата, важна информация се откроява с интонация, различна от тази на останалото изречение или с по-голяма пауза (вж. 68). Следването на характера на музиката прави четенето необичайно, разнообразно и запомнящо се, осигурявайки състояние едновременно на мозъчна концентрация и на психорелаксация (38), и гарантира по-лесното възпроизвеждане на прочетения материал в последствие.

2. Антисугестивни бариери – Система от защитни механизми, предпазващи личността от външни психически въздействия. Съпътства всеки комуникативен процес. Най-силно се активира при регистриране на външни манипулативни сугестивни въздействия. Трите основни бариери, съставляващи тази система са: емоционална (27), логическа (40) и етична (29). В конвенционалното обучение реакциите на обучаемите може да включват компоненти и от трите типа, като е възможно такива бариери да бъдат формирани от самия преподавател. В десугестивната педагогика (17), благодарение на спонтанността и съучастието на обучаемите, осигурени чрез характерната двупланова игра (15), рискът от активиране на съществуващите антисугестивни бариери е много по-малък. От гледна точка на теорията за множествената личност (44), при различните варианти на личността антисугестивните бариери също варират. Следователно е необходимо преподавателят да търси онези състояния на личността, при които антисугестивните бариери са смекчени и не възпрепятстват възприемането на новия учебен материал.

3. Артистични средства – Принадлежи към: Средства на десугестивната педагогика (75). Въвеждат в обучението особен тип дидактизирано изкуство (79), споено с учебното съдържание. Подпомагат психологическата оркестрация (49), чрез изобилие от хармонизирани периферни перцепции (55). Създават приятна атмосфера при възприемането, запаметяването и разбирането на основните знания. Значително повишават ангажираността, както и сугестивната нагласа за увеличени възможности за усвояване. Имат освобождаващо и стимулиращо въздействие и висока мотивационна сила върху обучаемите. Представяват неотменен елемент при разработване на методики за преподаване на

конкретните предмети.

4. Баланс на съзнавано-парасъзнаването –

Организирано и психологически оркестрирано (49) оползотворяване на комплекса от съзнавани и парасъзнавани стимули. Известно е, че стимулите могат да постъпват отвън или да възникват в личността както в полето на съзнанието, така и в различните нива на парасъзнанието (52). Балансът в предлагането и на двата вида стимули в учебния процес води до оползотворяване на ресурсите не само на логическото мислене, но и на парасъзнанието, което е основното хранилище на потенциалните резерви на личността. При такава сугестивна организация се постига оптимално хармонизиране на съзнавано-парасъзнаваните функции, което допринася за високата ефективност на обучението. Преподавателят се старее да не акцентира нито само върху осъзнаването/ разбирането на материала, нито единствено върху интуитивното му възприемане. Той умело подава информация както за рационално осмисляне на материала (посредством логически обяснения), така и с помощта на периферните перцепции (55) и емоционалните стимули (напр. с помощта на артистичните средства (3), които предлагат повече възможности за ангажиране на неспецифичната психическа активност (46).

5. Вибрирам/ вибрация/ вибриращ,-а,-о –

Честота на употреба: 18

6. Вибрираща интонация – Принадлежи към:

Неспецифични комуникативни фактори/ средства (47). Немонотонната, постоянно променяща се, мека интонация на преподавателя. Тя, както и цялостното му немонотонно вибриращо поведение, водят до активиране на най-подходящия вариант на

личността (вж. 44) и до по-трайно перцептивно и креативно състояние. Преподавателят избягва всяка интонация, която би могла да въведе обучаемите в хипноподобно състояние със склонност към автоматично подчинение или липса на воля, или пък да предизвика сънливост, неангажираност на вниманието, снижаване на креативността и т.н. Вместо това той прилага предварително усвоена техника на променяща се интонация, т.нар. тристепенна интонационна люлка – постоянно преливане между равна, тиха и възторжена интонация. Тази променливост на интонацията се запазва през всеки етап на обучението. Особено голямо е значението ѝ по време на въведението (11) и на концертния сеанс (39), при който преподавателят е снабден и с още едно средство за постигане на вибрираща интонация, а именно възможността да следва музиката на придружаващото класическо произведение, превръщайки гласа си в инструмент от оркестъра.

7. Вибрираща релаксативна методика /

методология – Методика на преподаване, характеризираща се с ритмо-аритмично поведение на преподавателя и вибрираща интонация (6). Вибриращият характер на учебния процес е гарант за отсъствието на всякаква хипнотизираща монотонност. Така се създават условия обучението да бъде интересно и мотивиращо, но и десугестивно (18), депрограмиращо и същевременно интегриращо, т.е. пренасящо усвоените знания от едно състояние (вариант на личността – вж. 44) в максимален брой други състояния (варианти на личността). Експериментално е установено, че всяко ниво на релаксация се характеризира с различен стил на функциониране на личността. От това следва, че за успеха на учебната работа целта на преподавателя не е просто да въведе обучаемите в дадено състояние на релаксация, а

да търси подходящите варианти на личността – и то при запазен континуитет на паметта и съзнанието. Целта му е да активира най-подходящия вариант на личността и да доведе обучаемия до едно по-трайно перцептивно и креативно състояние, необходимо за ускореното усвояване на учебния материал.

8. Вигиланс / Вижиланс – Термин от: психологията. Състояние на будно съзнание. Съществуват различни степени на будност – от реещо се до силно фокусирано внимание. На всяко ниво съответстват специфични неврофизиологични характеристики. Колкото по-високо е нивото на вижиланса, толкова субектът е по-способен да реагира съзнателно адекватно на сложни ситуации. Ниски нива на вижиланс се регистрират при заспиване, по време на сън, както и под въздействието на опиати или при хипнотични и хипноподобни въздействия. В сугестопедичния учебен процес всяко ниво на вижиланса, на будната напрегнатост, активира различен вариант на личността (вж. 44), т.е. иницирането и проследяването на различните нива на вижиланс са в пряко отношение с прилагането на вибриращата релаксативна методика (7).

9. Внушение – Термин от: психологията. И в диахронен, и в синхронен план, термитът има множество дефиниции. Проф. д-р Г. Лозанов разграничава няколко типа внушение:

1) Хипноза (84) – внушение, осъществявано при високо ниво на авторитарност. Води до автоматична подчиняемост и временна загуба на свободата на личността.

2) Клинично внушение (36) – кондициониращо и субординиращо, т.е. ограничаващо свободата на личността. Програмира личността към стереотипни и нетворчески отговори.

3) Комуникативно (нехипнотично) внушение (37) – универсален комуникативен фактор, който

присъства във всеки миг от живота ни, макар и не винаги организирано. Представлява мек, неманипулативен вариант на внушение в нормално будно състояние, без ограничаване свободата на личността.

В сугестопедичния учебен процес се прилага единствено неманипулативното комуникативно, нехипнотично внушение (45) в нормално будно състояние. Прилагането му се изразява в „предлагане“ на личността да избира, едновременно разсъдъчно и интуитивно, измежду широк спектър от комплексни стимули. Изборът става поради външната оркестрация на символите, в съответствие с психофизиологичните закономерности на личността. Т.е. внушението, прилагано в сугестопедията представлява организирано, психологически оркестрирано (49) и хармонизирано с личността оползотворяване на съзнавано-парасъзнаваните стимули.

10. Входно ниво – Засичане на нивата на знания, умения, мотивация и креативност преди началото на обучението.

11. Въведение / Интродукция – Първият от четирите етапа в сугестопедичния цикъл на обучение. Чрез влизане в образ, преподавателят въвежда ключови елементи от сюжетното, лексикално и граматично съдържание, включени в предстоящия урок. Характерни за въведението са ведрата атмосфера, смехът, спонтанното въвличане на обучаемите като съавтори на игровата комуникация. За да се гарантира техния интерес и да се избегне пораждаване на напрежение от неразбиране, въведението се представя на език, съобразен с нивото им. Онагледява се с мимики и движения на тялото, с реквизит, илюстративни материали, художествено-дидактични песни и танци. Определени абстрактни понятия и думи се превеждат. Поведението на преподавателя е

умерено артистично и непринудено. Той е дружелюбен, без да фамилиарничи; спонтанен, но не фалшив. Създава атмосфера на непосредственост и динамика. Целта му е да постигне специфична комуникация на границата на неизползваните потенциални възможности на курсистите, както и да създаде у тях усещане, че те вече знаят. По тази причина монотонните повторения с цел запаметяване се избягват. Според проф. д-р Евелина Гатева особено значение има първото въведение, тъй като именно яркостта на впечатленията от първата среща създава благоприятни условия за бърза условно-рефлекторна дейност на мозъка, която е необходима в следващия най-важен етап – подаването на новото учебно съдържание.

12. Глобална тема – Учебен материал, обединен в уедрена, смислово оцелостена единица. Съдържа в себе си множество конвенционални дидактични единици – 5 до 10 подтеми. Представя голямата картина, разкриваща смисъла на елементите, които я съставяват, вместо тези елементи да се заучават последователно, откъснати един от друг, без ясни ориентири за тяхното място в цялото и за взаимовръзките помежду им. Подобно организиране на материала води до по-дълбокото осмисляне на общите вътрепредметни закономерности. Също така, то дава възможност за осъществяване на междупредметен синтез (вж. 41), при който учебно съдържание от различни предмети, с отношение към темата, се интегрира в едно цяло.

13. Глобално-парциално структуриране на материала / Глобализиране на учебното съдържание – Принадлежи към: Принципи на десугестивната педагогика (61). Учебният материал се систематизира и се преподава посредством динамичното преливане на цялото

в частта и на частта в цялото. Увеличеният материал във всяка глобална тема (12) е построен така, че от една страна да бъде спазена йерархията на структурата, а от друга отделните съставни елементи да се виждат в цялостната голяма картина. Същевременно в елемента може да се разпознае цялото – глобалното, от което той е част. Допуска се възможността глобалното да стане част от друга по-голяма глобалност, както и частта да се превърне в глобалност, ако върху нея се фокусират интересът и вниманието. Същият принцип се следва не само при структурирането на учебниците, нагледните материали и учебния план, но и в начина на преподаване, и в поведението на преподавателя.

14. Глобалност / глобален,-на,-но / глобализиране – Честота на употреба: 50

15. Двуплановост / Двоен план – Принадлежи към: Неспецифични комуникативни фактори/ средства (47). Сугестопедичното обучение по същество и по изпълнение е диалектично, едновременно насочено към смисловите цялости и към съставящите ги детайли. На първи план вниманието на обучаемите е насочено към смисловите цялости, като там се осъществява съзнателната и творческа работа. Едновременно с това, на втори план се залагат и неусетно се усвояват отделните градивни елементи. Към тях вниманието се обръща само от време на време, при нужда.

16. Десугестивен,-на,-но – Честота на употреба: 51

17. Десугестивна педагогика – Надгражда Сугестопедията (80), премахвайки изцяло всякакви възможности за съзнавано препрограмиране на обучаемите. Акцентира

върху вътрешната свобода на личността и създава условия за разкриване на резервите на мозъка и ума чрез спонтанно, активно комуникативно освобождаване, депрограмиране, десугестиране от социално наложени ограничителни вярвания за човешкия потенциал. При децата е превантивен метод, който ги предпазва от дидактогенни смущения (23), от липсата на мотивация за учене и от всички негативни въздействия на общо разпространената образователна система. Методите на десугестивната педагогика оперират в областта на неизползваните възможности на мозъка/ума. Нейната цел е не просто да предостави методика, алтернативна на останалите, а създаването на нова култура на общуване и възприемане на света.

18. Десугестивно обучение – Комуникативен метод на обучение, целящ освобождаването и оползотворяването на потенциалните възможности на мозъка/ума (вж. 66). Базира се на основите на десугестологията (50), на принципите на десугестивната педагогика (61) и на трите групи средства (75), които произхождат логически от тези основи и принципи. Обучението по този метод е свободно, но същевременно организирано и целенасочено. Освобождаването и оползотворяването на резервите (66) се дължат не на видимото влияние на преподавателя, а на съвместната работа между него и членовете на групата, основаваща се на искрено уважение. При този тип обучение знанията се всмукват спонтанно, без типичната за обикновеното обучение демотивация. Освен в пъти по-високите учебни резултати, се наблюдават и следните ефекти: вместо до умора, то води до почивка, вместо до фрустрация и разболяване от претоварване – до отключване на оздравителни процеси, вместо до алиенация – до социализация, вместо до автоматична подчиняемост на социално

внушаваните норми за ограничения капацитет на мозъка/ума (вж. 48) – до неговото освобождаване.

19. Десугестивно-сугестивни фактори /

средства – Вж. Неспецифични комуникативни средства (47)

20. Десугестология – Наука за

освобождаването и оползотворяването на потенциалните възможности на мозъка/ума, доразвиваща Сугестологията (78). Тя е теоретичната основа, на която се базира десугестивната педагогика (17). Една от основните ѝ цели е да провокиране депрограмирането на патологичните програми, които ограничават човешкия потенциал. Опира се на три главни психо-физиологични основи (вж. 50).

21. Десугестопедия – Вж. Десугестивна педагогика (17)

22. Дидактични средства – Принадлежи към:

Средства на десугестивната педагогика (75). Касаят структурирането на материала. Както в учебника, така и в преподаването на учителя се съблюдава динамичната йерархично-структурна глобалност (вж. 13). Предлаганият материал за работа в един учебен час е от два до десет пъти по-обемен от предвижданото в традиционното обучение. Уедрената методическа единица (вж. 12) дава възможност да се видят цялостно основните закономерности в изучавания материал. Обобщеността на кодовете позволява да се преодолее обичайната ограниченост на кратковременната памет. Този принцип изисква смислова организираност на материала и не допуска многократно монотонно упражняване на детайлите. Благодарение на него се създава висока мотивация и се стимулира креативността. Неотменен елемент при разработване на

методиките за преподаване на конкретните предмети.

23. Дидактогения – Разболяване или потискане развитието на децата поради подход на учителите и/ или организация на учебния материал, несъобразени с психичните специфики на личността. При наличието на педагогически подход, несъобразен с психофизиологичните особености на личността, страхът в класната стая, авторитарното поведение на преподавателя, незачитането на свободата на личността на обучаемите, изграждането и затвърждаването на обществената сугестивна норма (48) за ограничените възможности на човешката личност, механичните опити за интензификация на учебния процес, както и създаването и фиксирането на стереотипи/ навици, които след това трябва да се разрушат, напр. сричането, водят не само до понижаване на интереса и жаждата за знание, но често и до скрита „учебна невроза“, до разрушаване на вярата в собствените сили и вътрешни резерви, усилване на вътрешните психически конфликти, задълбочаване на невротичните състояния или получаване на психотравми.

24. Динамика / динамичен,-на,-но – Честота на употреба: 25

25. Достоверност на източника на информация – Принадлежи към: Неспецифични комуникативни фактори/ средства (47). Един от факторите, заедно с инфантилизацията (34) и псевдопасивността (62), които в хода на сугестопедичната работа повлияват неравностойно (еднопосочно в комуникацията – от преподавател към обучаеми) на комуникативния резултат. Пряко свързан с престижа на преподавателя (60). Нивото на доверие към източника на информация влияе

пряко на нивото на рецептивност от страна на получаващия информацията. При повишена достоверност на източника, без това да се съзнава от получателя, информационният процес протича на по-високо равнище, като се повишават нивата на възприемане, разбиране и запаметяване.

26. Емоция,-и / Емоционален,-на,-но – Честота на употреба: 54

27. Емоционална антисугестивна бариера – Принадлежи към: Антисугестивни бариери (2). Проявява се като несъзнателна реакция на емоционално недоверие – човек е склонен да отхвърля онова, което е ново и непознато. Най-ясно се наблюдава у малките деца – с честата им инстинктивна негативна реакция спрямо непознати хора. Емоционалната бариера може да бъде активирана също и при въздействия, които водят до нарушаване на емоционалния баланс или провокиране на тревожност у личността. Снизените емоционални бариери или филтри са от особено значение за успешното усвояване на нов учебен материал. Процесът е несъзнателен.

28. Емоционално-логичен баланс – Хармонизиране на количествата емоционални стимули и разсъдъчно възприемана информация в хода на учебния процес. Това не означава механично редуване на емоционални с разсъдъчно-логични етапи. Те са преплетени, импрегнирани един в друг, така че да активират едновременно тези две основни страни на човешката личност. Осигуряването на емоционално-логичния баланс спомага за творческото, а не само репродуктивното овладяване на знания, умения и навици. Важно е да се помни, че приятните емоции стимулират висшата интелектуална активност.

29. Етична антисугестивна бариера –

Принадлежи към: Антисугестивни бариери (2).
Представява противопоставяне на всяко психическо въздействие, което не е в унисон с персоналния етичен кодекс на личността, както и с възприетите от нея социални етични норми. Процесът е несъзнателен, но може да се проявява и като съзнателна формулировка.

30. Златна пропорция – Известна още като златно сечение, златен коефициент или божествена пропорция. В математиката тя е ирационално число, изразяващо отношение на части, при които по-голямата се отнася към по-малката така както цялото се отнася към по-голямата. Отбелязва се с гръцката буква ϕ и има стойност приблизително равна на 1,618. В достигналата до нас антична литература за пръв път се споменава през III век пр.н.е. от Евклид. Оттогава до днес златното сечение не спира да вълнува светлите умове на човечеството. Проявява се в природата, в човешкото тяло, в редица творения на изкуството. Смята се за най-съвършената пропорция – олицетворение на хармонията. В сугестопедичния учебен процес тя се съблюдава във времевото съотношение между отделните етапи в един цикъл на обучение, както и между отделните цикли, а също и в динамиката на смяна на различните дейности. Тя е един от критериите при изработването на нагледните материали и при изграждане на фабулата в учебника. Отражена е дори в интонацията на преподавателя, който има грижата да осъществява прецизно прехода между трите вида темпо на работа: бързо, бавно, умерено; да използва светлината и сянката в динамизма: високо, ниско, средно, както и да фиксира продължителността на тези състояния, съобразно принципа на златното сечение. Не на последно място, в сугестопедията златната пропорция присъства наситено и чрез широко използваните произведения на изкуството.

31. Изкуство – Изкуството има силата да въздейства на цялостната личност – както на нейния емоционален фон, така и на интелектуалното и развитие, на паметовите и възможности, волевата и насоченост и дори на здравословното и състояние и на възпитанието и. Естетическото възприемане на дадена творба винаги е съпроводено от силно директно сугестивно въздействие върху личността. Нещо повече – то провокира сугестивно взаимодействие – естетическа реакция на вчувстване, на душевен резонанс. Т.е. сугестията на изкуството може да се приеме като комуникативен процес, осъществяващ се най-често посредством емоциите и периферните перцепции (55), който не само въздейства, но и предизвиква богати асоциации във връзка с конкретното смислово съдържание. Докато научният образ или идея изисква логическо разбиране, художественият предполага разбиране чрез преживяване. Когато е удовлетворена потребността от естетическа наслада, се активират висши емоции. А тъй като висшите емоции стимулират и висшата интелектуална активност, ролята на изкуството в сугестопедията е пряко свързана и с неговото интелектуално въздействие. Ето защо изкуството се използва широко в сугестопедията като десугестивно-сугестивен и освобождаващо-стимулиращ фактор, допринасящ за по-ефективното възприемане и трайно усвояване на учебния материал. Накратко, ролята на изкуството в сугестопедичния учебен процес е усвояване на съдържание чрез съпреживяване на емоция, породена от красотата.

32. Изходно ниво – Засичане на нивата на знания, умения, мотивация и креативност в края на обучението. Част от изходното ниво се провежда неусетно за обучаемите няколко дни преди края на курса, под форма на вече позната

за тях от учебните часове, напр. стимулиращи игри, разговори и др.

33. Интонация – Вж. Вибрираща интонация (6)

34. Инфантилизация – Принадлежи към:

Неспецифични комуникативни фактори/ средства (47). Естествена и спонтанна реакция на повишено доверие и възприемчивост, при запазена критичност и себеконтрол по време на получаване на информация от източник с висока степен на достоверност (вж. 25). В повечето случаи човекът, който получава информацията, не осъзнава, че рецептивността му се е повишила поради повишеното му доверие към източника. Той не разбира, че информационният процес протича на по-високо ниво. В състояние на инфантилизация се възприема, разбира и запаметява повече от обикновено, което води до осезателно повишаване на ефективността на учебния процес. Постигането на състояние на инфантилизация е в пряка връзка с концепцията за множествената личност (44). То е свързано с известни изменения в съзнанието и различни нива на релаксация, както и с динамично изменение на много от особеностите на личността. Инфантилизацията е един от факторите, заедно с достоверността на източника (25) и псевдопасивността (62), които в хода на сугестопедичната работа повлияват неравностойно (еднопосочно от преподавател към обучаеми) на комуникативния резултат.

35. Класическо изкуство – Вж. Изкуство (31)

36. Клинична сугестия / Клинично внушение –

То е до голяма степен кондициониращо и субординиращо, т.е. ограничаващо свободата на личността. При това то програмира личността към стереотипни и нетворчески отговори. Макар, че опитното лице е в съзнание, тези въздействия напомнят на хипноза. В сугестопедичния учебен

процес всякакви методи на клинично внушение се изключват.

37. Комуникативна сугестия / Комуникативно внушение – Вж. Неманипулативна комуникативна сугестия (45)

38. Концентративна психорелаксация /

Концентративно спокойствие – Принадлежи

към: Принципи на десугестивната педагогика (61). Постига се чрез усещането за защитена среда, цялостно организираната, хармонично вибрираща учебна комуникация, системите от игри, хумора, естетиката в организацията на пространството и нагледните материали, носещи не илюстративен, а стимулиращ характер.

39. Концертен сеанс – Вторият от четирите

етапа в сугестопедичния цикъл на обучение. Представява изчитане на текста на нова глобална тема по специфичен начин, придружено от класическа музика. Състои се от две неразделни фази: Активен концертен сеанс (1) и Пасивен концертен сеанс (53), който по съществото си е псевдопасивен. Музикалните произведения и за двата сеанса са специално селектирани на база редица експерименти и изследвания на психофизиологичните реакции на обучаемите. Изследванията показват, че най-голям процент от новия материал се усвоява в дълговременната памет именно при този етап на сугестопедичното обучение.

40. Логическа / разсъдъчна антисугестивна

бариера – Принадлежи към: Антисугестивни бариери (2). Изразява се в отхвърлянето на психически въздействия, които противоречат на здравата логика и рационалното мислене, както и на очакванията, породени от досегашния опит на личността или от социалната конвенция за границите на възможното/ правилното/

постижимото. На пръв поглед тази реакция изглежда съзнателна, въпреки че често е плод на несъзнателна преценка.

41. Междупредметна глобализация на темите –

Глобалните теми (12) обхващат не само определени раздели от дадена дисциплина. Те обединяват по възможност голяма част от други учебни предмети, които имат отношение към темата, без с това да се заличава разликата между предметите. Водещо си остава знанието и творческото развитие по конкретния изучаван предмет, а останалите включени дисциплини само дооформят обемно и от друг поглед глобалната картина, допринасяйки както за неусетното усвояване на допълнителни знания, така и за осигуряването на емоционално-логичния баланс (28) в учебния процес.

42. Междупредметни връзки – Вж.

Междупредметна глобализация на темите (41)

43. Многократно увеличен материал –

Предвиденият за изучаване материал е много по-обемен в сравнение с всяка друга методика. Това е възможно не само поради подходящото му структуриране и цялостната организация на учебния процес, водещи до отключване на резервите на мозъка (66), но и поради факта, че парасъзнавано (52) възприеманата материя е многократно по-голяма по обем от предлаганата само във фокуса на вниманието паметова програма. Ето защо, в сугестопедичното обучение не се разчита на спонтанното обрастване на елементите, спонтанното им асоцииране или спонтанното попадане в парасъзнанието поради умора от монотонно повтаряне на изолирани елементи. Вместо това акцентът се поставя върху осигуряването на условия за придобиване на т. нар. пасивни знания (54).

44. Множествена личност –

Психофизиологична теория, според която всеки човек представлява синтез от множество личности. Става дума за явление, изразяващо се в динамична, несъзнателна смяна на логиката, емоцията или постъпките при запазен континуитет на паметта и не винаги в пълно противоречие с основата на личността. В някои такива случаи се променя цялостното функционално ниво на тялото. Например, дадена емоция или мисъл автоматично променя сърдечния ритъм, кръвното налягане, ритъма на дишане, метаболизма и много други телесни функции. Променя се и динамиката на мозъчната дейност – EEG може да се ускори или забави. Бета и алфа-вълните могат да се увеличат или намалят, нови участъци на мозъка могат да се активират и т. н. Важното тук е, че психосоматичните промени на един от умовете често пъти отсъстват при другия ум. Теорията за множествената личност разглежда това явление като проява на двойственост или множественост от личности, които дори не съзнават съществуването на останалите. Под промяна на личността тук се визират не клинични разстройства, а само алтернативните, временни промени, провокирани от вътрешни физически взаимовръзки на личността и ума или от външни фактори (напр. определен тип комуникация, която може да стимулира креативната енергия, вдъхновението, настроението и мисленето, или обратно – да ги блокира). В сугестопедичния учебен процес тази теория рефлектира на ниво потенциалните възможности на мозъка и ума (66). Приема се, че ускореното изучаване на дадена дисциплина може да бъде постигнато от един от умовете, но не и от някой друг ум. Приема се също, че всеки ум в основата си е психологическо или психофизиологично състояние. Това означава, че за целите на усвояване на учебния материал е необходимо да се открие най-подходящото състояние, т.е. най-

подходящия вариант на личностова характеристика или най-подходящия ум. Един добре обучен преподавател притежава уменията да открива и да провокира ума, който допринася най-много за ефективното обучение, както и да съотнася знанието от един ум към всички форми на различните умове. За достигането до най-подходящия за учене ум допринася втората група десугестивно-сугестивни фактори (19) и по-специално инфантилизацията (34) и псевдопасивността (62). Доказано е, че те провокират динамично изменение на много от особеностите на личността както в емоционалната сфера, така и в мисленето, а също и в ценностната система, нагласите, мотивациите и усвояването на ново знание. При обучението по чужди езици учебният процес се подпомага допълнително от избирането на нови имена и биографии от страна на курсистите. Този похват има психологически и физиологически смисъл, тъй като подпомага обучаемите да влязат в нова функционална система, която също би могла да допринесе за повишаване на ефективността на ученето.

45. Неманипулативна комуникативна сугестия / Насочена неманипулативна комуникация –

Насочена неклинична, неманипулативна, нехипнотична сугестия в будно състояние, без наличие на принуда, която се характеризира с осъзнаване на психологическия процес и със запазване свободата на избор на личността (to suggest = to offer, to propose, т.е. „Да внушиш означава да предложиш избор“). Въздействието на такова внушение се наблюдава при редица житейски ситуации и фактори като комуникацията с близък човек, изкуството, престижа, парасъзнавани перцепции, емоционален фон и др. Само този тип сугестия може да доведе до разкриване на резервите на личността, до вдъхновение и прояви на творчество. Поради това в сугестопедията се

прилага именно такова внушение. Сугестията (77) в учебната зала, както и в живота, се осъществява чрез различни стимули, които постъпват пряко или периферно отвън, или възникват в личността и то не само в съзнанието, но и на различни нива на парасъзнанието. За постигане на организирано и хармонизирано с личността внушение в процеса на обучението, е нужна прецизна оркестрация (49) на тези стимули. За да не придобива сугестията манипулативен характер, от изключителна важност са личността на преподавателя, неговата нагласа на безрезервна любов към човека, вътрешната свобода на обучаемия, осъзнаването на силата на плацебо ефекта (56), познанията за възможностите на парасъзнанието (52) и спазването на златната пропорция (30) в комуникацията. Предлагайки многовариантен избор на обучаемия, преподавателят все пак подсказва от позицията на специалист кой от вариантите би бил най-подходящ. В началните етапи на обучението решението на обучаващия се не може да дойде по съзнателен път, тъй като той все още не разполага с необходимите знания. Но той може интуитивно се ориентира доколкото да се довери на преподавателя. Това се случва благодарение на неспецифичната психична реактивност (46), която се осъществява чрез множество несъзнавани сигнали, неотменно съпровождащи всяка съзнателна дейност. Доколкото тези сигнали са релевантни на централно поставената във вниманието задача, те повлияват в значителна степен вземането на решения.

46. Неспецифична психична реактивност /

активност – Реактивност, възникваща под въздействието на несъзнавани сигнали, които неизменно съпътстват всяка съзнателна комуникация. Тези сигнали не могат да бъдат заглушени. Те се регистрират от мозъка, постъпвайки в него чрез парасъзнаването (52) и

провокират реакции, модулиращи съзнателните процеси на вземане на решения, поведението, емоционалния статус, нивата на доверие и ангажираност и т.н. Поради това в десугестивната педагогика се приема, че оползотворяването на потенциала на този тип реактивност посредством предоставяне на подходящите стимули, играе важна роля за ефективността на обучението.

47. Неспецифични комуникативни фактори (средства) / Десугестивно-сугестивни фактори (средства) –

Средства на внушението (74), които се осъществяват главно по механизмите на периферните перцепции (55) и парасъзнанието (52). Прилаганите в сугестопедичния учебен процес неспецифични десугестивно-сугестивни фактори/ средства са експериментално проверени и доказали своята ефективност по отношение на активирането на паметовите и творчески потенциални възможности на личността. Те са обособени в две групи. Първата включва факторите на равностойна двустранна или многостранна комуникация. Те са: двуплановост / двоен план (15) при поднасяне на информацията; интонация (33); ритъм на речта (68). Втората група включва фактори/ средства за неравностойно (еднопосочно) повлияване на комуникативния резултат. Тук се включват: достоверност на източника на информация (25); инфантилизация (34) в смисъл на повишено доверие и рецептивност, но при запазена критичност и себеконтрол; псевдопасивност (62) в смисъл на спокойна, ненапрегната контролирана активност.

48. Обществена сугестивна норма – Граници на човешките възможности, валидизирани от обществото като норма, които социалното обкръжение и цялостната организация на функциониране на социума, съзнателно или не, имплантират в личността още от ранна детска

възраст. Приемането на тези граници като безусловна истина предопределя ограниченията в развитието и проявленията на действителните възможности и дарби на тази личност.

49. Оркестрация – Висока сугестивна организация на широкия спектър от предлагани по време на сугестопедичното обучение комплексни стимули, паралелно с хармонизация на съзнавано-парасъзнаваните функции, с цел да бъдат ангажирани не само съзнанието, но и парасъзнанието (52) с периферните перцепции (55) и емоционалните стимули. Така се реализира една холистична комуникация, която води до разкриването на потенциалните резерви на човешката личност.

50. Основи на десугестологията –

Десугестологията (20) се базира на следните три главни психо-физиологични основи:

1. Изолирани съзнателни дейности не съществуват. Съзнанието и парасъзнанието (52) винаги действат неразделно.
2. Всеки приет стимул се асоциира, кодира, символизира се многоизмерно и се свързва с различни минали състояния на ума.
3. В своята комплексност стимулите винаги се свързват с динамиката на доминиращата различна креативност на състоянието на ума. От тези основи следва, че линейното преподаване, както и преподаването на малки изолирани порции, особено когато са адресирани само към съзнанието и вниманието, каквато е тенденцията в масовата практика, е в противоречие с определени психофизиологични закономерности.

51. Памет / Паметов,-а,-о – Честота на употреба: 111

52. Парасъзнавано / Парасъзнание –

Несъзнаваната психическа активност – всичко,

което е извън съзнанието за даден момент. В парасъзнанието се включват периферните перцепции (55), емоционалните стимули, несъзнаваните придобити диспозиции в различните им варианти (като нагласата, инерционните и вторично автоматизираните процеси, несъзнаваните съставки на мотивацията, отношението, очакването и потребностите), всички невербализирани автоматични дейности в тяхното психическо отражение, несъзнаваните автоматизирани елементи в рамките на съзнаваната психическа активност. В понятието парасъзнание се включва също така светът на екстероцептивните (екстерорецепторите са рецептори, разположени в кожата и лигавицата, които възприемат стимули/ дразнения от външната среда и ги преобразува в нервни импулси) и интероцептивните (интерорецепторите са рецептори, разположени във вътрешните органи, които възприемат информация за възникнали изменения в тези органи и ги преобразува в нервни импулси) субсензорни стимули (76), вторият план (вж. 15) на комуникативните процеси, както и многобройните несъзнавани форми на асоцииране, кодиране и символизиране, които имат информационен, алгоритмичен и препрограмиращ ефект върху личността. Парасъзнаваното обхваща и несъзнаваните страни на креативността, като интуицията и вдъхновението. Всички тези страни на парасъзнанието са взаимно проникващи се и участват в десугестивно-сугестивния процес.

53. Пасивен концертен сеанс – Втора фаза на концертния сеанс (39). Поведението на преподавателя е спокойно, но не прекалено отпуснато. Чете нормално, както в обикновена реч и художествено, доколкото диалогът го изисква, т.е. с известна лека промяна в тембъра на гласа при репликите на различните действащи

лица и според емоционалната наситеност на образите. Бързината на четене е както в обикновения ежедневен говор на съответния език. Музиката в този сеанс е вече главно фонова. Курсистите не следят написания текст, а възприемат слухово и периферно.

54. Пасивни знания – Езиковата комуникация е винаги глобална и включва както активното, така и пасивното знание на всички нива. Затова и при десугестопедията (21) се атакуват всички нива едновременно. Пасивното знание се приема за изключително полезно тъй като узнаването на пасивната лексика и граматика прави възможно ранното четене на подходящи текстове. Също така узнаването на пасивната лексика и граматика прави възможна комуникацията от рано и в широк диапазон. Ограничената възможност да се конструира изказване с активната лексика и граматика се компенсира многократно от повишеното разбиране поради узнаването, а това изважда комуникативните методи от обучението „като по разговорник“ (на строго определен въпрос да се дава строго определен отговор) и улеснява комуникацията чрез разбирането, подобрявайки самочувствието и повишавайки мотивацията. Не бива да се забравя и психофизиологичният факт, че най-често пътят към активното минава през пасивното.

55. Периферни перцепции / Периферни възприятия – Възприемане на обичайни надпрагови дразнителни, което динамично се заменя с възприемане на подпрагови сигнали (вж. 76), в зависимост от фокуса на вниманието в конкретния момент. Когато са надпрагови, те допринасят за съзнателното разясняване и осмисляне на изучавания материал и така подкрепят неговото логическо усвояване. Щом обаче се озоват в периферията на вниманието и съзнанието, те лесно се автоматизират като

несъзнателно попадат в съответните функционални системи, допринасяйки за фиксирането на материала в дълговременната памет. В сугестопедичните методики се използват като цялостна система. Често по механизма на периферните перцепции се осъществяват и средствата на внушението (74), които могат да обслужват всеки един от типове комуникация – от свободната комуникация до хипнозата.

56. Плацебо – Термин от: медицината. Известно е най-вече като симулирано, медицински неефективно лечение, за чийто терапевтичен ефект обаче пациентът бива невярно информиран. Много често се наблюдава подобрене на състоянието на пациента. Изследвания показват, че стимулативните емоционални отношения с пациента, както и отношението на доверие към терапевта са от основно значение за ефикасността на плацебо ефекта. Плацебото не е само клиничен феномен. То е един от неспецифичните въздействащи фактори при всяка комуникация – лечебна, учебна, професионална, житейска и т.н. Има място навсякъде в живота, където пряко или косвено, явно или скрито доминира подадена информация от източник с високо ниво на достоверност. Най-често тези въздействащи сигнали постъпват в нас несъзнавано чрез периферните перцепции и парасъзнанието. В сугестопедичния учебен процес преподавателят се съобразява с подобни неотменими сугестивно-комуникативни фактори, без това обаче да означава, че сугестопедичната методика е базирана основно на механизма на плацебо ефекта.

57. Подпрагов сигнал – Вж. Субсензорни стимули/ сигнали (76)

58. Потенциал / Потенциални възможности на личността – Вж. Резерви (66)

59. Представяне / Заключителен ден –

Четвъртият от четирите етапа в един цикъл на сугестопедичното обучение. Представянето е не само инструмент за засичане на постигнатите резултати. То е от съществено значение, тъй като представлява момент на утвърждаване – демонстрирайки пред себе си и пред групата наученото, курсистът придобива самостоятелност и самочувствие. Започва се с монологична реч, по време на която се коригират само най-недопустимите грешки. В последствие се преминава към диалог. Кратките представяния по конкретни теми на всеки курсист са добър повод за допълнителни въпроси и свободен разговор. Преподавателят се грижи умело да окуражава и подкрепя с всички средства процеса за спонтанна комуникация, за да се превърне това в система. Особено важно и тържествено е представянето на последния ден от курса.

60. Престиж на преподавателя – Принадлежи към: Неспецифични комуникативни фактори/ средства (47). Пряко свързан с достоверността на източника на информацията (25). Информацията, предоставена от авторитетен източник се възприема с много по-голямо доверие. Това от своя страна неусетно води до повишаване на разбирането и запаметяването, както и на креативността. Други резултати от високия престиж са постигането с лекота на инфантилизация (34) като естествена и спонтанна реакция на доверие и успокояването на антисугестивните бариери (2). Много важно за сугестивния процес е престижът на преподавателя да не е изкуствен, нито пък да проявява признаци на авторитарност. Авторитетът, който вдъхва надеждност, доверие и спокойствие се изгражда от само себе си благодарение на: а) експертността на преподавателя, основана на неговите знания, опит, образование, умения, мъдрост, без обаче те да се демонстрират самоцелно, както и на

неподправената любов на преподавателя към преподаваната материя; б) усещането за сигурност и опора, които преподавателят вдъхва, излъчвайки искрена увереност във възможностите на курсистите, както и убеденост, че добре познава принципите на методиката и владее протичащите в учебната зала процеси; в) грижовността, зачитането, разбирането и споделеното достойнство, с които той подхожда към своите курсисти. За тази цел е необходимо преподавателят да притежава както психологически умения, така и високо развита социална и емоционална интелигентност.

61. Принципи на десугестивната педагогика – В рамките на основите на десугестологията (50) са уточнени и принципите на десугестивната педагогика. Те са:

1. Радостно и спонтанно концентративно спокойствие (вж. 38). Чрез системи от игри и хумор, както и чрез нагледните материали които имат стимулиращ характер, а също и чрез цялостната учебна комуникация, този принцип гарантира необходимата ведрост, некичова и високо стимулираща концентративна релаксация.

2. Динамична, структурирана и йерархична глобалност – частното в общото и общото в частното; общото като частно и частното като общо (вж. 13). Този принцип има отношение главно към систематизирането на учебния материал в учебниците и нагледните материали, но също така и към поведението и системата на работа на преподавателя. Съгласно него на учебното съдържание в учебниците, в нагледните материали и в начина на преподаване трябва да се структурира със запазване йерархията в структурата, но частта, елементите да се виждат в цялото. Също така в елемента, частта да се види глобалното, от което то е част. Глобалността може да се променя пластично според това кой вариант на личността (вж. 44) с нови интереси и емоции доминира в

момента.

3. Десугестивна нагласа с цел спонтанно освобождаване на потенциалните възможности на ума. Третият от принципите подсказва, че щом имаме необходимото душевно състояние съобразно първия принцип и динамичното структуриране на учебния материал съгласно втория, е необходимо да се създаде и нагласа на освобождаване на потенциалните възможности на мозъка и ума. Тук особено важно е, че тази нагласа се създава спонтанно от самия обучаващ се. Майсторството на преподавателя е да проведе учебния комуникативен процес на нивото на потенциалните възможности (66) на личността на обучаващите се, без да прибегва и до най-малкия натиск. Той просто комуникира в сферата на неизползваните възможности на мозъка и ума. Така обучаващият се има усещането, че постига всичко, а помощта на учителя е просто една протегната приятелска ръка.

Всеки един от трите принципа на десугестивната педагогика е страна на другите два. Те не се прилагат поотделно и откъснато един от друг.

62. Псевдопасивност – Принадлежи към: Неспецифични комуникативни фактори/ средства (47). Представява спокойната, ненапрегната, несмущаваща и контролирана активност. Псевдопасивността до голяма степен е израз на добра вътрешна самодисциплина и в същото време е форма на концентративна саморелаксация.

63. Психологически средства – Принадлежи към: Средства на десугестивната педагогика (75). Неотменен елемент при разработване на методиките за преподаване на конкретните предмети. Отнасят се до цялостната организация на учебната комуникация и особено до организацията на периферните перцепции (55), чийто характер е по-скоро стимулиращ, отколкото илюстративен. Учебните табла следва

да бъдат художествено изработени, учебната зала да е чиста и естетически подредена, преподавателят да е ведър, да вдъхва спокойствие, радост и удовлетворение. Важно е да се помни, че обучаващите се несъзнателно имитират не само всичко, което виждат, но и което чуват и усещат.

64. Разработка – Третият от четирите етапа в един цикъл на сугестопедичното обучение. Разделя се на: 1) Първична/ първа, която включва групово изчитане на текста на глобалната тема (12), при чуждоезиковото обучение – със следене на превода. Включени са разнообразни движения, игри с гласовете на преподавателя и курсистите, четене по роли и т.н. Грешките се коригират деликатно и незабележимо. Фонетичните и граматическите обяснения са бързи и кратки. 2) Вторична/ втора – включва превод на текста с наблягане на пасажите с висока лексико-граматична значимост. В по-напреднал етап се превеждат само определени пасажки, а към края на обучението – отделни думи и изрази, които се представят със синоними. При четенето и превода се използват активно всички възможности за аналогии – препратки към таблата, реструктуриране на изречения или словосъчетания, групово спрягане на еднотипни глаголи, дидактични или специално подбрани песни и т.н. Работата продължава до пълно изчерпване на граматичните единици, включени в урока. Те се активират непосредствено при четенето и превода в лека игрова форма, с честа смяна на заниманията. Игрите и песните по време и на двете разработки винаги носят лексико-граматична информация и имат художествена стойност. По време на разработките е необходимо да се прояви изключителна грижа за предимно двупланово (15), деликатно подсказващо насочване към спонтанно и естествено участие в разговор. В тази фаза на учебния процес се акцентира на следните

изисквания: 1) Насърчават се свободата и креативността на курсистите; 2) Всички етапи на десугестивната педагогика са обединени посредством напомнящи интонации, песни, пиеси и т.н.; 3) Преподавателят продължава да държи курсистите на границата на тяхното езиково познание и ценностна система; 4) Преподавателят осигурява радостна атмосфера, с цел да създаде у курсистите усещане за лекота при усвояване на материала.

65. Резервен комплекс / Сугестопедичен

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

1) Разкриват се паметовите резерви, резервите за интелектуални дейности, за креативност и резервите на цялостната личност. Ако не освободим многостранния резервен потенциал (66), 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 обучаващите се 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.

66. Резерви – Неизявените, но заложи и опериращи предимно в парасъзнанието (52), многократно по-големи от ежедневните възможности на личността, които в известна степен се подчиняват на различни от обикновените психофизиологични

закономерности. Тези потенциални възможности остават непроявени главно поради потискащото влияние на обществената сугестивна норма (48). Примери за разкрити резерви: хипермнезия (69); предизвикана хиперкреативност – сугестирана или автосугестирана творческа свръхпродуктивност. Активира се интуицията и се създават състояния, близки до вдъхновението, което външно се изразява в чувствително по-голямо от обикновеното творческо изявяване на личността; сугестивен контрол и самоконтрол върху болката, кръвотечението, вегетативните функции, трофиката, обмяната на веществата. Сугестопедията има смисъл, само когато е насочена към резервите на личността – 3 до 5 пъти по-бързо и по-лесно учене с положителен вторичен продукт, изразен в благоприятно за здравето въздействие, смекчаване на социалните конфликти и лични проблеми и т.н.

67. Релаксация – Термин от: психологията.

Снижаване на тонуса, отпускане на напрежението на телесната мускулатура и успокояване на нервната система. В определени моменти се отразява благоприятно на психическото и физическото състояние на личността. В сугестопедията не се прилагат форми на ръководена релаксация, тъй като има достатъчно научни данни, сочещи от една страна, че релаксацията сама по себе си не допринася за повишаване на запаметяването, каквато е една от целите на сугестопедията, а от друга – че направляваната релаксация може да доведе до хипноподобни състояния, което е в разрез с концепцията за вътрешната свобода на личността и комуникативното освобождаване в процеса на десугестопедичното обучение. Тъй като за успеха на учебната работа е необходимо да се търсят не определени нива на релаксация, а подходящи варианти на личностнова характеристика, в сугестопедичния учебен процес релаксацията се проявява само под

формата на успокоение.

68. Ритъм на речта – Принадлежи към:

Неспецифични комуникативни фактори/ средства (47). Движение, което се поражда от организираното и логично редуване на различни по времетраене тонове. В сугестопедията, заедно с вибриращата интонация, той осигурява мекото, хармонично, мелодично разнообразие. То е особено необходимо по време на концертен сеанс, тъй като предотвратява настъпването на монотонност, криещи риск от въвличане в съноподобни или хипноподобни състояния. Един от неделимите елементи на ритъма е паузата. Нейната сила също намира приложение в процеса на обучение. В концертния сеанс напр. преподавателят често прави продължителни паузи, в които на преден план излиза придружаващото музикално произведение. Също така думите и фразите, носещи особено важна лексико-граматична информация, се открояват или с различен вид интонация, или с по-голяма пауза. Ритъмът присъства не само в гласа на преподавателя, но и в цялостната организация на учебния процес – в смяната на дейностите, в интензитета на настроеността, в подредбата на таблата и т.н.

69. Свръхпамет / Хипермнезия (от гръцки: *υπερ* – свръх, *μνήμη* – памет) – Памет,

многократно надхвърляща възможностите на обичайната. Не винаги е израз на желано развитие на личността. Може да се наблюдава като рядък, транзиторен клиничен симптом при епилепсия, шизофрения, хистерия, тумор на мозъка, инфекциозни болести на мозъка, олигофрения, травми на мозъка, при някои хирургически операции на мозъка, при редица медикаменти за подсилване на паметта, но с негарантирани странични ефекти, при някои отравяния с наркотици и др. Значително, но хаотично повишаване на паметовите възможности може да се наблюдава и при някои

психологични техники – ръководена фантазия, ръководена медитация, мантри, тантри и др., когато практикуващите или учителите им не познават основите на психотерапията, клиничната сугестия и клиничната хипноза и смесват двете области. Хипермнестичните явления при тези състояния също са преходни и без практическа полза. Известни са също и редица нормални, здрави хора, които при обикновени условия показват значително високи паметови възможности. Те имат далеч по-добра от средната способност да запомнят с точност и детайлност голямо количество материал, да кодират, съхраняват и извличат ново съдържание много бързо. Тази способност не е патологична, нито има връзка с нивото на интелигентност на човека, който я притежава. Капацитетът на паметта на тези субекти се отнася главно до автобиографичната памет. Хората с хипермнезия са в състояние да запомнят почти всеки детайл от събитията, които са преживели. Като общо правило обаче те не са по-способни в други видове памет, освен ако не са в състояние да свържат стимулите със спомени от личен характер.

В сугестопедичното обучение, когато учебно-лечебният процес се провежда правилно, хипермнезия се достига и при здрави и при болни личности. За хипермнезията като съществен резерв (бб) са характерни следните специфични психофизиологични закономерности: проявява се след латентен период внезапно и спонтанно, без съзнателно усилие; нарастващо припомняне без повтаряне на дразнителя (реминисцентен тип крива); амнестично покритие и потъване в парасъзнанието на основното смислово ядро от комплекса на дразнителя до „изваждането“ му в съзнанието; улесняване на първото припомняне при условията на емоционален стимул, асоциативни връзки на периферните перцепции и концентративна психорелаксация; голяма трайност на репродуцираните паметови следи;

намалена уморяемост; значителна психотерапевтична, психохигиенна и психопрофилактична ефективност.

70. Свръхприпомняне / Екмнезия (от гръцки: ек – от, из, μνήμη – памет) – Сравнително слабо проучен и много рядък феномен, който се състои в преживяване на ситуации, случили се в далечното минало, сякаш се случват в настоящето. Тези състояния се характеризират с много интензивна жизненост. Преживяващият ги е силно емоционално ангажиран. Поведението му е еднакво с онова по време на действителното събитие. Ето защо екмнезията може да се разглежда като вид халюцинаторно преживяване. Като клинично явление то се среща рядко при някои мозъчни увреждания, особено различни форми на деменция, които влошават тъканта на нервната система, причинявайки промени в съзнанието и паметта, при епилептични епизоди и др. Не винаги има патологичен характер. Среща се и при интоксикация от халюциногенни вещества, както и при някои отреагиращи психотерапевтични методики. Има транзитoren характер.

71. Смях / Хумор – Сугестопедичното обучение е обучение със смях. Той обаче не е хаотичен. Преподавателят знае кога, с какви средства и на какво ниво да създаде естествени условия за спонтанната му поява. Смяхът допринася за десугестивното, освобождаващо и спонтанно комуникиране на нивото на потенциалните възможности (бб) на мозъка и ума. Той придава емоционален контекст на случващото се, с което активира емоционалната памет. Сигнализира за приемане и позитивно отношение към останалите и така повлиява положително на груповата динамика и на усещането за защитена среда. Неутрализира всеки признак на умора. Води до отделяне на ендорфини, които допринасят за усещане за щастие, удоволствие и спокойствие и по този начин спомага за трайното

отъждествяване в мозъка на изучавания предмет с чувство на радост и лекота.

72. Спонтанен,-на,-но – Честота на употреба: 41

73. Спонтанно късно припомняне – Множество проведени отложени проверки на знанието показват, че при материал, предложен на обучаващите се през правилно организирано дидактизирано изкуство (79) (сугестопедични дидактизирани спектакли при деца, концертни сеанси при възрастни), се наблюдава следната сугестивна закономерност: обучаващите се не само запамятват материала дългосрочно, но са и в състояние да пренасят наученото върху други сродни ситуации.

В сугестопедичното обучение, когато учебно-лечебният процес се провежда правилно, хипермнезия се достига и при здрави и при болни личности. За хипермнезията като съществен резерв (66) са характерни следните специфични психофизиологични закономерности: проявява се след латентен период внезапно и спонтанно, без съзнателно усилие; нарастващо припомняне без повтаряне на дразнителя (реминисцентен тип крива); амнестично покритие и потъване в парасъзнанието на основното смислово ядро от комплекса на дразнителя до „изваждането“ му в съзнанието; улесняване на първото припомняне при условията на емоционален стимул, асоциативни връзки на периферните перцепции и концентративна психорелаксация; голяма трайност на репродуцираните паметови следи;

74. Средства на внушението – Те се осъществяват най-често по механизма на периферните перцепции (55). Могат да обслужват всеки тип комуникация – от свободната комуникация до хипнозата. Ролята им зависи от нивото на авторитарност, изискваща автоматична подчиняемост на единия

полюс и пълната свободна и неограничавана комуникация на другия полюс. Следователно, средствата на внушението са неотменно съществуващи комуникативни фактори. Зависи за какво и как ще се използват. Така например, една интонация може да бъде мека, топла, неподчиняваща. Но също така може да бъде сурова, властна, подчиняваща. Всеки културен човек, още повече преподавателят, е длъжен да познава тези най-често несъзнавани, но неотменно присъстващи комуникативни фактори. (вж. 47)

75. Средства на десугестивната педагогика –

Три групи средства за оформяне на конкретни методики, които логически произхождат от основите на десугестологията (50) и принципите на десугестивната педагогика (61). Тези групи средства са: 1) психологически (63); 2) дидактични /дидактически (22); 3) артистични (3). Прилагайки тези три групи средства, съобразени с принципите на десугестивната педагогика, както и с неспецифичните комуникативни фактори (47), може да се създават методики за обучение по различни предмети и за различни възрасти, а също и да се организира цялостната учебна комуникация на преподавателя, с цел оползотворяване на подтиснатите от обществената сугестивна норма (48) потенциални възможности на личността (66).

76. Субсензорни стимули / Подпрагови

стимули (сигнали) – Термин от: неврологията. Дразнения, които попадат извън обхвата на вниманието и се възприемат несъзнавано. Тези недиректно възприети сигнали не се отчитат от съзнанието. Изследвания върху общуването и комуникативните средства обаче доказват, че стимулите, разположени под перцептивния праг все пак могат да предизвикат реакция във възприемащия и да повлияят на чувствата и поведението му, в зависимост от физическата му кондиция. Т.е. подпраговите стимули вземат

участие в парасъзнаваната активност на личността. Те се характеризират със своята слабост и късотрайност. Периферните перцепции (55), широко оползотворявани в сугестопедичното обучение са динамично подпрагови.

77. Сугестия – Вж. Внушение (9)

78. Сугестология – Наука за разкриване на резервите на личността (66), създадена от проф. д-р Георги Лозанов (1922 – 2012), психиатър, психотерапевт, психолог, невролог и педагог. Фокусира се върху внушението като средство за провокиране на спонтанното, а не програмирано или наложено, освобождаване на неизползвания потенциал на подтиснатия от обществената сугестивна норма (48) мозък/ ум и респективно, за нейното отместване и освобождаването на повече целинни области в човешката личност. Предоставя научната база за развитието на сугестопедията (80), а в последствие и на десугестопедията (21).

79. Сугестопедично изкуство / Дидактизирано

изкуство – Особен тип педагогическа форма на синкретично изкуство – включва музика, изобразително изкуство, литература, танц, театър, кино. За неговото развитие и въвеждане в процеса на сугестопедичното обучение основна заслуга има проф. д-р Евелина Гатева (1939 – 1997), оперна певица, музикален педагог, лингвист, дългогодишен близък сътрудник на проф. д-р Лозанов. Изкуството в сугестопедичното обучение не е с цел забавление и отмора, нито с илюстративен характер. То е втъкано в общата организация на процеса, така че да въздейства цялостно на личността – на нейното интелектуално развитие, паметови възможности, емоционален фон, волева насоченост, креативен потенциал. Десугестопедията (21) оползотворява силата на внушенията на изкуството да предизвикват

реакция на естетическо вчувстване, на душевен резонанс. Сугестията прераства във взаимодействие, в комуникативен процес, осъществяващ се най-често несъзнавано, чрез емоциите и периферните перцепции. Така чрез сугестопедичното изкуство се постига емоционално „обрастване“ на паметовия материал, което безспорно допринася за високата ефективност на обучението.

80. Сугестопедия – Хуманна, холистична учебно-възпитателна методика, базирана на теоретичните фундаменти на сугестологията (78) и десугестологията (20). Създадена от българския учен проф. д-р Георги Лозанов (1922 – 2012) и експериментално развивана в продължение на десетилетия в ръководените от него Държавен научноизследователски институт по сугестология към Министерството на народната просвета, Научен център (факултет) по сугестология и развитие на личността към Софийски университет и Научен институт за изследване на ученето в Австрия. Тя е световно призната методика за високо ефективно учене, което едновременно се постига чрез и води до освобождаването и стимулирането на потенциалните възможности (66) на личността, неоползотворени поради натиска на социалната сугестивна норма (48). Съчетава в себе си педагогика, психология и изкуство. В нея се прилага насочена неманипулативна, неклинична сугестия (45) като един от пътищата за безвредно достигане до резервите на човешкия мозък. Паралелно с постигането на чувствително повишени учебни резултати (потвърдени и от международна експертна група на ЮНЕСКО през 1978 г.), тя има и много допълнителни позитивни ефекти върху човешкото здраве, психика и етика.

81. Фасетна функционална структура на

мозъка – Хипотеза, предложена от проф. д-р Георги Лозанов (психиатър и невролог), че

мозъкът представлява единство на множество „малки мозъчета“. В тази хипотеза към анатомията и физиологията на мозъка се подхожда от психологична гледна точка. Разглежда се феномена множествена личност (44), и по-специално факта, че при действителна дисоциация на личността, всяка отделна личност в рамките на мултиперсоналността показва типични и при повторение винаги едни и същи качества, начин на живот, стил на учене, характер на болести, дори основни морални задръжки и светоглед. Този феномен, съотнесен към анатомията и функциите на мозъка, отнасящи се до качествата на личността: памет, емоции, реч, болести и т.н. провокира множеството въпроси, като напр.: Става ли мозъкът друг при друга личност? Проблемът се усложнява допълнително в случаите на непълна промяна на личността, при липса на амнезия, при запазен континуитет на паметта. Теориите за строгата специализация на двете мозъчни хемисфери, както и холографската концепция не могат да отговорят на тези въпроси. В търсене на задоволителен отговор, възниква настоящата хипотеза, която допуска, че по подобие на бъбреците, белите дробове и други органи, мозъкът също е изграден на базата на множество основни функционални и структурни единици, които могат да се включват и изключват при различните състояния на множествената личност (44). Според тази теория за такава единица може да се приеме невронът – основна структурна и функционална единица на мозъка. Всяка такава структурна и функционална единица е една фасета, едно „мозъче“. Всеки неврон е свързан с милиони други неврони (фасети / „мозъчета“), което прави възможна холографската функция на мозъка: всичко се отразява във всичко. Освен това, всеки неврон е свързан и вертикално с дълбоките вегетативни центрове. Това дава възможност на всяка отделна личност в рамките на множествената личност да притежава свое собствено ниво на активност и специфичност.

Основният, все още нерешен въпрос, провокирал създаването на тази хипотеза е въпросът за характера на ума и за отношенията мозък – ум.

82. Хармония, хармоничен,-на,-но; хармонизиране – Честота на употреба: 15

83. Хипермнезия – Вж. Свръхпамет (69)

84. Хипноза – Термин от: психологията и психотерапията. Като клинично понятие тя се отнася до предизвикано съноподобно състояние с изменение в съзнанието, стеснена възможност за връзка с външния свят, отслабен волеви самоконтрол, липса на инициативност, моноидеизъм, липса на чувство за хумор и др. Съществуват множество научни публикации за позитивните ефекти от прилагането ѝ с терапевтична цел. Доказани са възможностите чрез хипноза или клинична сугестия да се повлияят заболявания от кръга на неврозите и психосоматичните болести, както и, че хипнозата може да повлияе благоприятно на някои соматични заболявания, не само в тяхната психологична симптоматика. Практикуването ѝ от неспециалисти в извънклинична среда обаче крие немалко сериозни рискове. От гледна точка на свободата и развитието на личността съществуват четири типа комуникация: 1) Свободна комуникация – без да могат да се избегнат множеството нормални влияния, които съзнателно или не, постоянно изпитваме; 2) Насочена неманипулативна комуникация – при свободна организация на множеството нормални въздействащи фактори, като изкуство, престиж, парасъзнавани перцепции, емоционален фон и др., със запазване свободата избор на личността; 3) Клинична сугестия – частично манипулативна комуникация, с елементи на сугестивна дисоциация на личността; 4) Хипноза – манипулативна комуникация при почти пълна

загуба на себеконтрол.

Сугестопедията (80) доказва, че съществуват възможности за разкриване и развитие на потенциалните резерви на личността чрез внушение в нормално будно състояние, без хипноза или клинична сугестия. Мекото комуникативно внушение в нормално будно състояние (вж. 45) само по себе си е достатъчно за подобряване на запаметяването. Затова в сугестопедичния учебен процес широко се прилага именно този тип комуникация – насочена неманипулативна сугестия. Абсолютно недопустимо е поведение на преподавателя, което провокира хипнотични или хипноподобни състояния, водещи до автоматичната подчиняемост, безкритичност и ограничаване на свободната воля на обучаемите. Такова поведение включва: направлявана релаксация; направлявана визуализация; направлявани дихателни упражнения; объркващи внушения; съноподобно дишане; миръринг; кърндишърнинг; директна брутална сугестия за хипнотичен сън; монотонни ритмични дразнения; фиксация на вниманието върху предмет, усещане или идея; различни форми на ръководени и диктувани медитации и др.

85. Част-цяло, цяло-част – Вж. Глобално-парциално структуриране на материала (13).

ВЪЗДЕЙСТВИЕ НА КЛАСИЧЕСКАТА МУЗИКА
ПРИ КОНЦЕРТНИЯ СЕАНС И НЯКОИ ТЕМАТИЧНИ ПРЕПРАТКИ КЪМ
СУГЕСТОПЕДИЧНИЯ УЧЕБНИК "THE RETURN"

СОНЯ МИНЕВА



Сър Едуард Джон Пойнтър, „Мечта“

*Музиката е морален закон. Тя дава душа на вселената,
криле на ума, полет на въображението,
и чар и радост на живота.*
Платон

Сугестопедия е обучителен метод, който, както я определя нейният създател професор доктор Георги Лозанов, произлиза от комуникативната десугестивно -сугестивна психотерапия. Изкуството като комуникация има способността да достига до личността безопасно и да удовлетворява естетически, интелектуални и емоционални потребности. Затова обединението

на науката сугестология и изкуството намират своя логичен израз в сугестопедията.

Терминът сугестология е свързан с термина сугестия, който произлиза от латинската дума suggestio или внушение. Затова може да се каже, че сугестологията е наука за внушението. Има различни възможности за тълкуване на термина внушение, но би било най-правилно да се обърнем към думите на доктор Лозанов.

„Има много определения на термина „внушение“. Според нас, внушението е комуникативен фактор, който се изразява в „предлагане“ на личността да избира, едновременно разсъдъчно и интуитивно, според своята структура и диспозиция, измежду широк спектър от комплексни стимули, които сложно се асоциират, съгъстват, кодират, символизируют и усилват. Изборът става поради външната оркестрация на символите, в съответствие с психофизиологичните закономерности на личността. Стимулите постъпват отвън или възникват в личността не само в тесните рамки на съзнанието, но едновременно и в по-голяма степен, и в различните нива на парасъзнанието. Организираното, психологически оркестрирано и хармонизирано с личността оползотворяване на съзнавано-парасъзнаваните стимули всъщност е внушението в най-ярката и положителна форма. То може да разкрие всестранните резерви на личността, включително и да стимулира нейните креативни

*сили. Нагледно можем да си представим
внушението, ако се обърнем към изкуството. „*

Лозанов, Г. Сугестопедия – десугестивно
обучение

По време на сугестопедичния учебен процес
внушението се постига чрез различни средства,
които въздействат не изолирано, а в синхрон.

Авторитет

Силата на авторитета е сугестивно средство,
което преодолява антисугестивните бариери и
повишава възприемчивостта. Затова от особено
значение е престижът на преподавателя,
престижът на метода, престижът на учебното
заведение. В това отношение класическото
изкуство оказва мощна подкрепа на
сугестопедичния учебен процес. Музикалните
произведения на изтъкнати композитори,
картините в сугестопедичните зали и в
сугестопедичните учебници, литературните
произведения на бележити творци подпомагат
да се пресъздаде атмосферата характерна за
културата, в която се говори изучавания език, но
също така имат и продължително естетическо и
интелектуално въздействие.

Инфантилизация

Инфантилизацията в обучението е явление,
свързано с авторитета. Тя е свързана с
повишено доверие в преподавателя и
преподавания материал, което помага с лекота
да се преодоляват съпротиви, повишава
възприемчивостта и води до трайно
запаметяване. Красноречив пример са детските
приказки и песнички, които изникват с лекота в
съзнанието и можем да ги възпроизведем след
много години.

Двуплановост

Двуплановост или дори многоплановост в
поведението на преподавателя е необходимо

условие за работата на преподавателя
сугестопед. Тя също е свързана с авторитета на
преподавателя и е необходимо условие за
разкриване на резерви. В тази връзка
многоплановостта в музиката е прекрасен
пример за силното влияние на този фактор.
Мелодиите, изпълнявани от соловия инструмент
и от оркестъра, се преплитат, контрастират или
звучат в синхрон за да постигнат мощно
музикално въздействие.

Интонации

Интонацията е свързана с многоплановостта на
поведението. Точно както в музиката,
интонацията при четене и при говорене има
силно въздействие върху личността и може да
допринесе изключително много за повишаване
на внушаемостта. Влиянието, което оказва
взаимодействието между говорните и
музикалните интонации на всички равнища,
довежда и до въвеждането на концертния сеанс
при поднасяне на новото учебно съдържание.
Синтезът между слово и музикални форми е
специфичен вид изкуство. Д-р Гатева цитира
Метастазео, според когото произходът на
поезията е свързан с естествения стремеж на
хората към имитиране и пеене. По тази причина
концертният сеанс заема толкова важно място в
сугестопедичния учебен процес.

Ритъм

Доктор Лозанов пише за ритъма, че е основен
биологически принцип. (Сугестология, 1971 г.)
Той отразява ритъма в природата - ритмичната
смяна между деня и нощта или между сезоните.
Ритъмът е свойствен за човека - ние дишаме
ритмично, сърцето ни бие ритмично, ние ходим
и бягаме ритмично. Ритъмът е основно изразно
средство и в музиката. Това е особено видно в
структурата на класическите инструментални
концерти или симфонии. Ритъмът, както и
интонациите, също е свързан с

многоплановостта.

Концентративна психорелаксация

Това е най-важният момент в сугестопедията. Това състояние е предпоставка да се разкрийт резервите на личността, като се преодоляват обществено-сугестивните бариери и се създава отношение на доверие. Само в такава атмосфера е възможно да се подаде огромно количество учебен материал като се спази принципът „не вреди“ и могат да се очакват резултати в пъти по-високи от стандартното обучение.

Всички тези фактори на внушението се отнасят както до човешката комуникация така и до въздействието на изкуството върху личността. Затова напълно естествено изкуството става неделима част от сугестопедичното обучение – обучение, което използва безопасното внушение за постигането на високи резултати.

Историята на изкуството, и в частност на музиката, е история на човечеството. Музиката еволюира паралелно с еволюцията на човечеството. Напредъкът в технологично отношение повлиява на музикалните инструменти, а духовните търсения се отразяват в музикалната форма, интонации и изразни средства. Музиката едновременно изразява музикалните и духовни търсения на нейния създател, но слушащият я възприема според своето светоусещане. Така музиката може да се разглежда като комуникативен процес. В този процес участва поне две цялостни личности със своите емоционални преживявания, интелектуални и паметови способности.

Тъй като в този комуникативен процес участват изключително лични фактори, въздействието на музикалното произведение не може се

абсолютизира, т.е. въздействието зависи от специфични особености на личността. Но това, което е общо, е сугестивното взаимодействие. Удовлетворена е естетическата наслада, изпитва се приятно чувство и душевно израстване. Именно този сугестивен процес е важен от гледна точка на десугестивната педагогика.

Разбира се в обучението не се разчита на изолираното въздействие на изкуството. От изключително значение е емоционалният фон, периферните перцепции, престижът на преподавателя. Затова е необходимо изкуството да бъде вплетено в учебния процес. Свое неоспоримо място класическата музика заема при изпълнението на концертния сеанс. За концертния сеанс доктор Лозанов пише:

„Изкуството трябва да блика естествено в хода на учебния процес. Концертният сеанс например не трябва да се разбира само като отдиш и разнообразие. Той също е учебен момент, при който се използва музика. Подаваният в това време текст трябва да се слее в духа на музиката като особен вид дидактичен рецитал.“

Лозанов, Г. Същност, история и експериментални перспективи на сугестопедичната система при обучение по чужди езици

Музикалната програма за концертните сеанси е подбрана от д-р. Гатева. Съставянето на музикалната програма започва през 1971 г. Ефектът на музикалните произведения е експериментално изследван с електроенцефалограф в лабораториите на Института по Сугестология, но също така е изпитан и доказан практически в чуждоезиковите курсове и по време на експерименталното обучение в училища.

Проведени са експерименти с над 100 цялостни произведения от различни жанрове от предкласическа, класическа, романтична и съвременна музика, фолклорна, джазова и естрадна музика от над 30 композитори. Ефективността на експериментите е доказана с многобройни тестове за това доколко успешно е усвоен преподавания материал, чрез анализ на данните от интервюта и анкетни карти.

Първи опити с концертния сеанс се правят с ученици в 10 клас в обучението по различни предмети, а по-късно и в обучението в начален курс на експерименталното 122 училище, както и в чуждоезиковите курсове в института по Сугестология.

Опитите включват въвеждането на операта и музикълите в учебния процес, През 1972 г. се подава таблицата за умножение и деление във вторите класове на 122 училище чрез музикален сеанс на фона на „Детска симфония“ от Й. Хайдн и художествено оформени табла с фонови картини. Резултатите от усвояване на табличното умножение и деление са много добри.

По текст и музика на д-р Гатева се създават редица сугестопедични представления за деца. Песенно-балетният спектакъл „Денят“ е предназначен за децата от първи клас, който включва 12 песни. Всяка песен въвежда знания по темата на песента като понятия за време, космос, безкрайност, темите за дневния режим и училището, морални теми, свързани с уважение към родителите и учителите. Едновременно с това всяка песен въвежда тема по математика.

„Най-скъпият плод“ е поставен за първи път на 29.09.1975 във ВИТИЗ от режисьорката Р. Арсениева, а по-късно е заснет и за телевизията. Тази детска опера представя първа глобална тема по математика с междупредметни връзки по

български език, родинознание, рисуване, пеене, трудово обучение и физкултура. В 1978 г. се разработват и заснемат телевизионните опери „Земята на децата“ (глобална тема – събиране и изваждане без преминаване на десетицата) и „Свят приказен“ (събиране и изваждане с преминаване на десетицата).

Либретата на детските опери се оформят като цветни книжки с илюстрации, които подпомагат обучението на децата по математика, четене и родинознание. Нотният текст е отпечатан с по-блед тон, а думите са отпечатани с едър шрифт изцяло, не на срички, за да насърчи четенето на цели думи и да се избегне сричкването. Резултатите от усвояването на учебното съдържание са документирани и публикувани от д-р Георги Лозанов в списание „Сугестология и сугестопедия“ бр.3/ 1975г., в доклад пред експерти на ЮНЕСКО през 1978 г. както и от З. Даскалова в кандидатската ѝ дисертация през 1980 г.

В началото на седемдесетте години паралелно с детските опери се правят и други експерименти за подаване на увеличено учебно съдържание. Това са сеансите в курсовете по чужди езици в Института по Сугестология и с десетокласниците в 122 училище. Е първия вариант на концертен сеанс учебното съдържание се изчита два пъти. По време на първото изчитане се следва тристъпната интонация -средно силно, тихо, силно. Изчитането е без музикален фон. Учениците следят текста. По време на второто четене учениците не следят текста. Учебното съдържание се изчита на фона само на бавните части от (не цялостни) музикални произведения от предкласиката.

Наблюденията показват, че звуковият фон се характеризира от монотонност -от една страна гласът на преподавателя без музика, от друга

страна музикален фон, в който липсват контрасти в тоналността и темпото. Това води до твърде дълбока релаксация при някои ученици, дори до сън, или до незаинтересованост към преподаваното учебно съдържание.

Първоначално се провеждат експерименти с кратки рецитали, изпълнени от артист „на живо“, и художествени рецитали на фона на цели музикални произведения. Резултатите показват, че учебното съдържание се усвоява, а 27 от 30 ученика харесват да слушат класическа музика.

През 1971 г. д-р Лозанов успешно провежда експеримент в курс по френски за запаметяване на 1200 думи. Музикалният фон е Бранденбургските концерти на Й. С. Бах. От 1972 г. е експериментирана и въведена програма за пасивния сеанс, наречен концертен, която включва цялостни музикални произведения.

Експериментите показват, че по време на концертния сеанс се усвоява най-голямо количество материал без напрежение и умора. Затова е препоръчано намаляване на времето за дешифровка и насочване на усилията към създаване на сугестопедично изкуство.

От 1971 г. до 1975 г. са експериментирани различни варианти на музикални програми от цялостни музикални произведения в Института по Сугестология и 122 училище в обучението по чужди езици и други предмети. Всички варианти на музикалните програми по години са публикувани във втора част на Глобализирано художествено изграждане.

През 1975 г. се предлага нова музикална програма, която включва две части активен и пасивен концертен сеанс. Концертният сеанс се представя от преподавателите, а не от артисти, и

това изисква специална подготовка на преподавателите така че изчитането на текста да се превърне в цялостно музикално-литературно представяне. Активният сеанс – мелодрама -включва цялостни произведения от виенския класицизъм и от ранния и среден романтизъм. Обучаващите следят активно текста и си водят бележки. Пасивният сеанс -рецитал -включва цялостни произведения от предкласиката. Обучаемите не следят текста активно и книгите са затворени.

Подборът на произведенията е направен не само въз основа на художествената стойност на произведенията, а въз основа преди всичко на проведените експериментите, които показват кои произведения са предпоставка за създаване на концентрирана психорелаксация.

След отчитане на резултатите от музикалните експерименти, се предлага окончателна музикална програма в две части – активен и пасивен концертен сеанс. Макар изключително различни в музикално отношение и по начина на провеждане, двата сеанса никога не се разделят и се изчитат един след друг, без да се оставя някаква част за следващ ден. Двата сеанса са като части на едно цяло.

След въведението към новата глава/ сцена от сугестопедичния учебник започва активния концертен сеанс. В чуждоезиковите курсове курсистите получават превода и им се обяснява, че докато преподавателят чете, те следят текста и превода без да се опитват да запаметяват и слушат музиката. Преподавателят чете текста само на чуждия език.

Сугестопедичният учебник позволява учебното съдържание да се поднесе като смислово свързана единица. А тъй като в музикалната

програма са включени цялостни произведения, обединението между текст и музика наподобява литературно-музикално произведение. Точно това създава условия за концентративна психорелаксация.

По време на активния концертен сеанс, преподавателят е изправен, поведението му е тържествено като при концерт. Изчаква да прозвучи въведението и започва изчитането на текста със специфична интонация.

Преподавателят чете бавно и отчетливо, следвайки музикалната фраза. Започва на силно време и завършва с музикалната фраза, паузите в четенето съвпадат с паузите между отделните части на произведението. Гласът на преподавателя се присъединява към цялостното звучене като инструмент в оркестъра. Колкото по-близо е до характера на музиката, толкова четенето е по-запомнящо се, по-разнообразно, по-изненадващо, което улеснява и подпомага запомнянето и възпроизвеждането по-късно на прочетения текст.

Музикалните произведения за активния концертен сеанс са написани от Виенските класици – Хайдн, Моцарт и Бетовен и двама композитори романтици – Чайковски и Брамс. Включени са симфонии и инструментални концерти за различни инструменти. Произведенията предлагат голямо разнообразие от музикални теми и интонации, за разлика от предкласиката или бароковата музика. Общият дух е тържествен, жизнеутвърждаващ, за разлика от тъгата и меланхолията на романтизма. В постройката на музикалното произведение има цикличност. Например класическите симфониите следват сонатно-менуетната форма. Включват четири части, които са както следва:

първа част – активна, бърза, често с

маршов характер; бързо темпо

втора част – лирична, вгълбена; бавно темпо

трета част – грациозна, танцувална; умерено

бързо

четвърта част – тържествен финал; много

бързо

Тази повторяемост отразява златното сечение и това допълнително подпомага психо-хигиенния ефект на концертния сеанс.

След края на активния концертен сеанс се прави кратка пауза и следва пасивния сеанс.

Преподавателят сяда спокойно, но не отпуснато, и с поведението си внушава спокойствие у курсистите. Курсистите не следят текста, а само слушат, без да се опитват да запомнят или да разбират текста. Преподавателят чете меко, но с темпото на обикновена реч, с естествените за чуждия език сливания между думите. Има лек художествен елемент тъй като тембърът леко се променя според репликите на главните действащи лица.

Музиката при пасивния сеанс е главно фон, но се чува достатъчно ясно, като на концерт.

Музикалните произведения, включени в концертната програма за пасивния сеанс, са от предкласиката и бароковата музика, от композиторите Бах, Корели, Вивалди, Хендел, Куприн и Рамо. Музиката се отличава със своята строгост, вгълбеност и величаво спокойствие.

Концертният сеанс винаги е завършващата част от учебния ден. След края на концертния сеанс преподавателят се разделя с курсистите без да разисква въпроси, свързани с лексика, граматика или развитието на фабулата. По този начин въздействието на концертния сеанс не се прекъсва, а продължава дори, когато курсистите вече са напуснали сугестопедичната зала.

Първи сеанс

1.W. A. Mozart

1.1 Concerto for Violin and Orchestra in A Major No 5

Allegro aperto (9:35)

Adagio (11:05) Rondo

Tempo di Menuetto (9:50)

1.2 Symphony in A Major KV 201 (No 29)

Allegro moderato (8:40)

Andante (7:25)

Menuetto (3:50)

Allegro con spirito (5:40)

1.3 Symphony in G Minor KV 550 (No 40)

Molto allegro (8:10)

Andante (7:35)

Menuetto allegretto (4:47)

Allegro assai (4:50)

2. J. S. Bach

Fantasia for Organ in G Major BWV 572

Fantasia in C Minor BWV 562

Втори сеанс

1. J. Haydn

1.1. Concerto No 1 in C Major for Violin and Orchestra

Allegro moderato (9:30)

Adagio (4:10)

Finale (4:10)

1.2. Concerto No 2 in G Major for Violin and
Orchestra

Allegro moderato (8:35)

Adagio (7:05)

Allegro (3:45)

2. J. S. Bach

Prelude and Fugue in G Major BWV 541

Dogmatic Chorales

Трети сеанс

1.W. A. Mozart

1.1. Symphony in D Major Haffner KV 385

Allegro con spirito (4:55)

Andante (4:30)

Menuetto (3:30)

Finale presto (3:55)

1.2. Symphony in D Major Prague KV 504

Adagio-allegro (11:55)

Andante (8:50)

Finale presto (6:00)

2. G. F. Handel

Concerto for Organ and Orchestra in B-flat
Major, Op. 7, No 6

Четвърти сеанс

1. J. Haydn

1.1. Symphony in C Major No 101 L'Horloge

Presto (8:00)

Andante (8:00)

Allegro (4:00)

Vivace (4:00)

1.2. Symphony in G Major No 94

Adagio cantabile. Vivace assai (12:00)

Andante (7:00)

Menuetto. Allegro molto (4:00)

2. A. Corelli

Concerti Grossi, Op. 6, Nos. 4, 10, 11, 12

Пети сеанс

1.L. van Beethoven

1.1. Concerto for Piano and Orchestra No 5 in B-flat
Major, Op. 73

Allegro (19:30)

Adagio un poco mosso (8:00)

Rondo. Allegro (10:40)

2. A. Vivaldi

Five Concertos for flute and chamber orchestra

Шести сеанс

1. L. van Beethoven

1.1. Concerto for Violin and Orchestra in D Major, Op. 61

Allegro ma non troppo (24:30)

Larghetto (11:20)

Rondo. Allegro (9:30)

2. A. Corelli

Concerti Grossi, Op. 6, Nos. 2, 8, 5, 9

Седми сеанс

1. P. I. Tchaikovsky

1.1. Concerto No 1 in B-flat Minor for Piano and Orchestra

Allegro non troppo e molto maestoso Allegro con spirito (21:50)

Andantino semplice Allegro con fuoco (15:15)

2. G. F. Handel

Wassermusik

Осми сеанс

1. J. Brahms

1.1. Concerto for Violin and Orchestra in D Major, Op. 77

Allegro non troppo (22:05)

Adagio (9:25)

Allegro giocoso, ma non troppo vivace (8:05)

2. F. Couperin

Sonatas for Harpsichord: Le Parnasse (Apotheosis of Corelli)

L'Astree

J. F. Rameau

Concert Pieces for Harpsichord Pieces de clavecin No 1 and No 5

Девети сеанс

1. P. I. Tchaikovsky

1.1. Concerto for Violin and Orchestra in D Major, Op. 35

Allegro moderato (22:00)

Canzonetta (7:00)

Finale. Allegro vivacissimo (10:00)

2. J. S. Bach

Dogmatic Chorales for Organ BWV 680-689

Fugue in E-flat Major BWV 552

Десети сеанс

1. W. A. Mozart

1.1. Concerto for Piano and Orchestra No 18 in B-flat Major KV 456

Allegro vivace (11:55)

Andante un poco sostenuto (10:10)

Allegro vivace (7:35)

1.2. Concerto for Piano and Orchestra in A Major No 23 KV 488

Allegro (11:00)

Adagio (7:05)

Allegro assai (8:05)

2. A. Vivaldi

The Four Seasons, Op. 8

Spring

Summer

Autumn

Winter

Концертният сеанс в сугестопедичното обучение е съобразен с възрастовите особености на обучаемите.

За децата от начална степен на обучение чуждоезиковото обучение започва с две сугестопедични пиеси „Приятели“ и „Къде са Хорс и Дог?“ Концертен сеанс по подобие на концертния сеанс при възрастните е предвиден от втори клас.

По време на активния концерт сеанс преподавателят чете на фона на първа и втора

част (ако е необходимо) от музикалното произведение. Преподавателят чете текста само на чуждия език, а децата следят текста на чуждия език в своите книжки. Темпото е съобразено с уменията на децата за да могат да четат без напрежение.

Активният сеанс е последван от псевдопасивен концертен сеанс. Преподавателят изчита текста на чуждия език на останалата част от същото музикално произведение от активния концертен сеанс. Децата рисуват като имат свобода да изберат темата на своята рисунка. Рисунките се използват в разработките и се прави изложба.

Четенето при концертния сеанс следва характера на музикалното произведение, но е по-меко и с неголеми контрасти в интонацията.

Музикалната програма за концертните сеанси за деца е различна от музикалната програма за възрастните. Публикувана е в Сугестопедично практическо ръководство за преподаватели по чужди езици.

Музикална програма за обучението по чужди езици за сугестопедичните училища

A. Vivaldi
The Four Seasons, Op. 8
Spring
Summer
Autumn
Winter

G. F. Handel
Wassermusik

Leopold Mozart
Toy Symphony

Peasant Wedding
Musical sleigh ride

J. Haydn
Symphony in C Major No 101 L'Horloge
Symphony in G Major No 82, „L'Ours“

W. A. Mozart
Concerto for Violin and Orchestra in A Major No 5 (Turkish)
Little Night Music
Concerto for Piano and Orchestra in A Major

L. van Beethoven
Romance for Violin and Orchestra in D Major
Concerto for Piano and Orchestra No 1 in C Major

P. I. Tchaikovsky
Concerto for Violin and Orchestra in D Major
The Seasons - 12 pieces

Използването на класическата музика не се ограничава до времето, отделено за концертния сеанс. В сугестопедичното училище в часовете по четене, писане и математика музикалната програма се осъществява поне два пъти седмично, когато има възможност да се изслуша поне една част от музикалното произведение. Музикалното произведение се слуша докато учителят чете текст, докато учениците пишат самостоятелно или решават математически задачи. При следващо четене се слуша следващата част от започнатото музикално произведение докато се изслуша цялото произведение. Когато учителят чете или разказва, гласът му следва меко музикалните интонации, което напомня на изчитането на концертния сеанс на деца.

Авторът и заглавието на произведението се споменават между другото, без да се привлича

внимание и не се прави анализ на музикалното произведение.

В исторически план музикалната програма за концертните сеанси е съставена и експериментирана преди написването на сугестопедичните учебници за курсовете по чужди езици. Първите написани сугестопедични учебници да "Красива и древна" (Е.Гатева, 1974) по италиански език и по испански език "Едно пътуване" (Е.Гатева, 1979). Въпреки това при внимателен прочит може да се проследи връзка между дължината на музикалната фраза и дължината на реда в сугестопедичния учебник, както и биха могли да се направят някои тематични препратки между музикалните произведения и сюжетната линия. Особено благодатен за такова изследване се оказва сугестопедичният учебник The Return, върху който се изгражда основния курс по английски за възрастни.

Изследване за тематичната хармония между „The Return“ и музикалната програма за концертния сеанс служи в много по-голяма степен на преподавателя. За да се постигне ефектът на концентративна психорелаксация и да се улесни запомнянето, е необходимо преподавателят да чете максимално близо до музикалната тема, за което е необходимо добро познаване на произведението.

От друга страна, макар да не е необходимо курсистите да познават музикалната история за да се възползват от ефекта на музиката, някои препратки към историческия момент, в който е създадено дадено произведение, или кратка биографична информация за композитора, биха могли да предизвикат интерес към музикалното изкуство или да създадат по-пълнокръвна образна картина.

От изключително значение е и факта, че имената на композиторите, включени в концертната програма, се свързват с престиж. Един от най-мощните фактори на внушението е авторитета. Възприемчивостта се повишава и анти-сугестивните бариери се преодоляват с много по-голяма лекота, когато информацията постъпва от авторитетен източник. Ето защо препратки между музикалните произведения и сугестопедичния учебник биха могли да са изключително полезни за целите на сугестопедичното обучение.

Тъй като прочитането на активния концертен сеанс е по-специфично, тук са разгледани музикалните произведения, включени в тази програма, но това по-никакъв начин не омаловажава значението на пасивния концертен сеанс. Разгледан е сугестопедичният учебник The Return тъй като това е учебното съдържание, включено в основния курс на сугестопедичното обучение по английски език за възрастни.

Първи сеанс

Първи сеанс е от изключително значение не само защото представя героите от сугестопедичния учебник The Return, а защото прави курсистите съпричастни с тайнството в сугестопедичното обучение - „концертен сеанс“.

Въведението към сугестопедичния учебник The Return ни запознава с десет колоритни личности – Мис Нийдъм, Доли, Питър, Мистър Маск, семейство Мери и техните четири деца като всеки един е специфичен и сложен образ. Напрежение, нетърпение, любопитство и трепет са емоциите. Пътуването до Лондон, за което се подготвят героите, по-късно ще се окаже, че е пътуване към себе си (така както и сугестопедичният курс се превръща в пътуване към себе си както за преподавателя така и за

курсистите.)

В този момент получаваме мощна музикална подкрепа от гениалната музика на Моцарт. Диригентът Ленард Бърнщайн казва за Моцарт:

„Моцарт обединява спокойствие, меланхолия и трагична интензивност в една велика лирична импровизация. Над всичко това се носи духът на Моцарт – духът на състраданието, на универсалната любов, дори на страданието, дух, който няма възраст и принадлежи на всички векове.“

В музикалната програма за първи концерт са включени три произведения на Моцарт – Концерт за цигулка и оркестър в Ла мажор N 5, Симфония в Ла мажор (N 29) и Симфония в Сол Минор (N 40).

Концертът за цигулка също е наричан Турски. Той е представен през Коледния сезон на 1775 в Залцбург. Следва класическата форма от три части: бърза, бавна, бърза. Първата част *allegro aperto*, по-често срещана в опери отколкото в инструментални концерти, подсказва, че трябва да се свири величествено и внушително. За оперите император Йозеф Втори казва на Моцарт: „Твърде хубава за нашите уши и изключително много ноти, мили Моцарт.“ А отговорът на Моцарт е: „Точно толкова ноти, колкото са необходими, Ваше Величество.“ Втората част е нежно адажио, когато цигулката излиза на преден план, а оркестърът е само фон. Следва трета бърза част рондо-менуе, в което звучи т.нар. турска музика (от тук и името на концерта)-музиката не е с турски произход, а основната тема е прекъсната от необичайни инструменти като пиколо, цимбали, триангели и басов барабан.

Симфония в Ла мажор (N 29) е завършена през 1774 г. Тя стъпва на класическите традиции на Хайдн, но музикалните диалози между цигулките и дървените духови инструменти създават многопластовост и рисуват картини.

Симфония в Сол Минор (N 40) е една от последните три симфонии, написана от Моцарт за по-малко от три месеца. Това, което е впечатляващо, е че те са написани като на един дъх. Музикалните историци, изучавали оригиналните партитури откриват, че те са написани без поправки и бележки, сякаш музиката е звучала в главата на Моцарт. Това е нетипично за неговото по-ранно творчество, където той работи продължително и прецизно върху партитурите с много бележки и пренаписвания на отделни тактове. Нетипично за внушителна творба като симфонията, Моцарт пише своята 40 симфония за малък оркестър, без тимпани и тромпети, и в минор – сякаш да изрази обезсърчението от неприемането на неговата музика.

Тези три произведения на Моцарт илюстрират неговият жизнен път, започнал като дете -чудо, преминал през бурни младежки години на творчество и концертиране и самотен край, неразбран от съвременниците си.

Поетичният цитат, с който започва сугестопедичният учебник *The Return* е от комедията на Шекспир *Както ви харесва*:

All the world's a stage,
And all the men and women merely players;
They have their exits and their entrances;
And one man in his time plays many parts...

Този монолог е известен като *The Seven Ages of Man* (Седемте възрасти на човека) и в рамките

на няколко стиха представя целия жизнен цикъл на човека.

Втори сеанс

Първа глава от сугестопедичния учебник „The Return“ е обгърната с тайнственост. Мис Нийдъм разказва за живота на своята баба, но този разказ предизвиква повече въпроси и не дава много отговори. Пристигането в Лондон е обгърнато в розова мъгла, която обвива и странната личност на Мистър Маск, непознатия спътник от самолета и в края на първа глава оставяме Мис Нийдъм в прегръдката на съня.

По някакъв странен начин и произведенията, включени в музикалната програма за втори сеанс предизвикват догадки. Това са Концерт за цигулка N 1 в до мажор и Концерт за цигулка N 2 в сол мажор на Йозеф Хайдн. За първия концерт се знае, че е написан през 1765 година за изтъкнатия италиански цигулар Луиджи Томазини. Вторият концерт е бил изгубен за дълго и няма яснота за времето, когато е бил написан. Дори се твърди, че тъй като самият Хайдн е бил блестящ цигулар, той е написал този концерт за себе си. И двата концерта за цигулка, Хайдн пише в типичната за класицизма форма от три части като първата и третата са бързи, ритмични и тържествени, а втората е бавна, грациозна и мелодична. Всъщност това схематично представяне на цигулковите концерт съвсем не може да предаде величието на творбите на Хайдн, изпъстрени с много различни настроения, диалози между музикалните инструменти, песенен характер на цигулковото соло. Цялостното усещане е грандиозно, внушително, вихрено – лека препратка към това, което очаква Мис Нийдъм в Лондон.

Трети сеанс

Втора глава от сугестопедичния учебник „The

Return“ започва да внася яснота по отношение на тайните от първа глава с едно дълго писмо до Мис Нийдъм, написано от Мистър Маск. Но това вместо да успокои Мис Нийдъм разбужда нейния непокорен дух и тя решава, че не иска да се подчинява и с младежка дързост бързо решава сама да изследва Лондон и да чертае своя път. И там, на легендарната улица Странд, Мис Нийдъм среща своята сродна душа – Доли.

Концертната програма включва Симфония в ре мажор „Хафнер“ и Симфония в ре мажор „Пражка“.

Симфония „Хафнер“ носи дух на празнична тържественост и зареждащ отимизъм. Моцарт пише Симфония „Хафнер“ след успеха на операта „Отвлечане от Сарая“. Неслучайно в четвърта част се чуват интонации от прочутата ария на Осмин „О, как ще тържествувам“. По същото време Моцарт се жени за своята любима Констанца, въпреки неодобрението на двете семейства и му предстои да заживее с нея в нов дом. Той пише симфонията по поръчка по повод удостояването с благородническа титла на Зигмунд Хафнер младши. Дватамата с Моцарт са връстници и добри приятели. Симфония „Хафнер“ звучи бодро, тържествено, но едновременно с това лирично и песенно. Различни музикални интонации се редуват през четирите части -силна динамика, когато свирят всички инструменти, последвани от тиха динамика, в която се чува само цигулката. Финалът е бързо темпо, което според Моцарт, „трябва да е толкова бързо, колкото е възможно“.

Симфония в Ре мажор „Пражка“, както показва заглавието ѝ, е посветена на Прага и нейните жители. Това е първата симфония на Моцарт, в която той се отклонява от традицията, установена от Хайдн и липсва третата част

-менует. Моцарт пише „Пражка“ симфония между оперите „Сватбата на Фигаро“ и „Дон Жуан“ и теми от двете опери, можем да проследим и в симфонията. Началната тема в първата част звучи неспокойно и напрегнато, нетипично алегро се изпълнява в нисък щрайх. (Мис Нийдъм започва самотната си разходка по улиците на Лондон.) Бавната тема също е наситена с вътрешно неспокойствие заради диалога между щрайха и дървените инструменти. Финалът отново звучи оптимистично напомняйки за операта „Сватбата на Фигаро“.

А Мис Нийдъм е срещнала една от най-важните за нея личности Доли и двете възнамеряват да празнуват началото на тяхното приятелство.

Четвърти сеанс

Трета глава от сугестопедичния учебник „The Return“ ни среща за първи път отблизо с Питър, което означава, че трябва да сме готови за изненади. Мис Нийдъм и Доли, вече добри приятелки, се разхождат заедно в Лондон. Доли увлекателно разказва за развитието на града през вековете, за отличителни исторически сгради, които крият символика и тайни, за изтъкнати личности, за впечатляващото откриване на Парламента.

Това пътуване във времето е придружено от две симфонии на Хайдн, които са от така наречените „Лондонски симфонии“, създадени по време на престоя на Хайдн в Лондон. Първата е симфония в Ре мажор N 101, известна като „L'Horloge“ или „Часовникът“. Премиерата е била на 3 март 1794 в залата Hanover Square Rooms или Концертната зала на Кралицата. Симфонията е получила това название заради подобния на тиктакане ритъм във втората част – тя е ритмична и скоклива като тиктакането на Биг Бен или като тропането на

копитата на кралските коне, които отвеждат кралската каляска към сградата на Парламента.

Втората симфония, включена в концертната програма на Четвърти сеанс отново е от Лондонските симфонии на Хайдн – Симфония в Сол мажор N 94 „Симфония с изненади“ или „Симфония с тимпани“. За Хайдн се казва, че обичал да се шегува и точно с тази симфония той поднася изненади. Майстор на класическата симфония, Хайдн развива музикалната тема в четири части – първата е бърза и жизнерадостна, втората – бавна и дълга, третата – танцувална, четвъртата – отново бърза и жизнерадостна. Изненадата с тимпани е точно по време на втората част, бавната и нежна музика е звънливо прекъсната няколко пъти. Точно както разходката на Мис Нийдъм и Доли е прекъсната от неочакваната поява на Питър на улицата, на Ъгъла на Поетите в Абатството в Уестминстър или в ресторанта.

Пети сеанс

В четвърта част от сугестопедичния учебник „The Return“ отношенията между Доли, Мис Нийдъм и Питър претърпяват интересен обрат след срещата с един истински рицар на духа Сър Джефри. Поглеждаме назад към миналото, към младостта на Сър Джефри и познанството му с бабата на Мис Нийдъм, научаваме за неочаквани познанства, чуваме разкази за добродетелни и благородни хора, вдъхновяваме се от Шекспир. Любопитство, боязън, несигурност, любовен трепет – емоциите са сменят и ни заливат като вълни на океан.

И точно този океан от мисли, чувства и емоции е съпроводен от един музикален океан – музиката на Бетовен.

За Бетовен Ромен Ролан казва:

„Бетовен е мъжественият скулптор, който 'укротява магията и я вае в ръцете си, майстор-строител, чиято работилница е Природата. Този, който разбира борбите на духа, осветени от победата на Ероика и Апасионата, е поразен не от огромните армии, от вълните-звуци, от бурно настъпващите маси, които нападат, а от ръководещия дух, от властващия разум,“

Ромен Ролан (Музикален анализ, стр.75-76)

Концертната програма за пети сеанс е концерт за пиано N 5. Написан по време на Наполеоновите войни, когато Виена е опожарена и разрушена, и принудена да се предаде, концертът носи името „Императорски“. Музикалната тема от първата част е величествена в си бемол мажор, внушава възторг и преклонение пред героизма. Втората тема, обаче в си минор, носи усещане за вгълбеност и съзерцание, както настроението на сър Джефри, който се връща в спомените си към младостта си, когато се е познавал с бабата на Мис Нийдъм. Главната тема на финала е празнична и тържествена, в която пианото е едновременно съперник и партньор на оркестъра. Концертът на Бетовен е бунтовен, неспокоен и романтичен, съчетавайки в себе си формата и героизма на класицизма с индивидуалността и колорита на романтизма.

Шести сеанс

Пета глава от сугестопедичния учебник „The Return“ ни среща с някак успокоена Мис Нийдъм. Нейната раздражителност и нетърпение от първа и втора глава вече са отстъпили пред изтънченост на маниерите и уважение към Питър и Сър Джефри. Дори Мистър Маск става по-приемлив, дори интересен за нея.

Тази променена Мис Нийдъм продължава съпроводена от Концерт за цигулка в ре мажор на Бетовен. За този фин концерт Светлана

Захариева пише в Музикален анализ (стр. 78):

„Жизнерадостната енергия, опората на народно-битовите източници, красотата и стройността на формата правят концерта за цигулка образец за виенски класически стил и същевременно класически в широк смисъл на думата – като връх на ненадминато композиционно майсторство, на вдъхновение и величие, на изящество и блясък.“

Бетовен създава концертът за известния цигулар, композитор и диригент на виенския „Theater die Wien“ Франц Йозеф Клемент през 1806 година за неговия бенефисен концерт. Концертът за цигулка е един от шедеврите на произведенията за цигулка. Той е написан в зрелия период на Бетовен. Съчетава в себе си радост и героичност, изразени чрез диалози между различните инструменти, темите в различните части преливат от мажор в минор и отново в мажор, като финалът се изгражда върху селския танц лендлер. Написан по всички правила на Виенския класицизъм, концертът за цигулка се развива логично, композицията е прецизна с ярки музикални акценти и резултатът е съвършенство.

Седми концерт

Шеста глава ни отвежда в къщата на семейство Мери под съпровода на Концерт за пиано N 1 на Чайковски. Много асоциации и препратки свързват музикалните теми с развитието на героите от сугестопедичния учебник „The Return“. Мис Нийдъм е елегантна млада дама, която общува с приятелите на баба си и като че ли започва да разбира и чувства близка своята съдържана и студена баба. Дори дръзката и непокорна Доли пристъпва прага с кротост и почит. Мисис Мери изразява надежда да види Доли в балета на Чайковски „Лебедово езеро“, а

Мистър Мери разказва на Доли за красив етнографски албум с носии.

Главната тема в първата част на Концерта за пиано се свързва с украинска народна песен. Тя звучи оживено, задъхано, но и едновременно с това тържествено и величествено. Докато разглежда дома на семейство Мери, Мис Нийдъм с изненада открива, че биолог е почитател на изкуството. Образът на Мисис Мери носи новаторството на науката Сугестология – обединение на наука и изкуство. Именно Мисис Мери по-късно става ментор на вечно търсещата и неуморна за знания Мис Нийдъм.

Концертът за пиано N1 в си бемол минор има трудно начало в родината на Чайковски, но е горещо приет в САЩ. Написан в младежките му години между ноември 1874 и февруари 1875, той носи със себе си блясък, оптимизъм и възторг от живота. Народната музика присъства в цялото произведение като внася възторг в първата част, който преминава в нежна, почти приспивна песен във втората и завършва с младежко веселие в третата. (Точно когато веселите братя Мери се появяват на сцената.) През целия концерт пианото изпълнява развълнувана, вихрена мелодия, придружена от спокойна и уравновесена тема на оркестъра. Концертът за пиано на Чайковски е изключителен образец на романтизма, който утвърждава личността на автора, но и приобщава творчеството на една нация с голямата световна култура. Чайковски избира да дирижира този концерт и Шеста симфония, когато се разделя с публиката при откриването на Карнеги Хол в Ню Йорк през 1891 г.

Осми сеанс

В седма глава се случва дългоочакваната среща

с веселите братя Мери. Неведнъж вниманието ни е насочено към братята Мери. Далеч преди срещата ни с тях вече знаем, че те са икономист и адвокат и членове на Парламента, добри спортисти, приятели и съученици с Питър и Мистър Маск, а Доли дори се изчервява, когато Питър споменава, че тя ги познава. Седма глава започва с духовити закачки между Мис Нийдъм и двамата братя и продължава с информация за забележителности в Лондон, кралското семейство, надникваме в професионалния живот на Кристофър Мери, като закачките и шегите между тримата продължават. В седма глава се срещаме с изведнъж пораснала Мис Нийдъм. Тя не отстъпва по находчивост, знания и бързина на реакцията на двамата братя, но едновременно с това изслушва с уважение това, което братята разказват и е благодарна за помощта.

По много подобен начин Концертът за цигулка на Брамс в ре мажор представя един равностоеен диалог между цигулката и оркестъра. Брамс си е поставил задача цигулката да звучи като оркестър и наистина го прави с акорди с тежка маршова стъпка, постоянна смяна на пулсацията от тривременна в двувременна, виртуозни пасажи, които дават плътност и интензивност на звученето. По подобен начин Мис Нийдъм е равностойна в разговорите с братята Мери.

От друга страна цигулката отстъпва във втората част. Дори изтъкнатият цигулар Пабло Сарасате отказва да изпълни творбата с мотива, че във втората част не може „да слуша, с цигулка в ръка, как обоят свири мелодията през цялото време”. Но Мис Нийдъм (точно както цигулката) е почитателна и внимателно изслушва братята Мери, но се завръща танцувално в третата част, а финалът е тържествуващ, ликуващ и кореспондира на изобилната информация за всички богатства на кралското семейство.

Девети сеанс

Докато четем осма глава изминаваме последната част от пътя до къщата на Мисис Нийдъм, тайнствената баба на Мис Нийдъм. Тръпнем в очакване и спираме точно пред желязната порта.

Точно такова радостно очакване и трепет е било чувството, с което Чайковски пише своя Концерт за цигулка и оркестър в ре мажор. По това време Чайковски излиза от дълбока душевна криза и живее и работи в швейцарския курорт Кларенс. Двете основни теми на първата част на цигулковия концерт се допълват като едната е енергична, а другата лирична и замечтана, втората част е кратка и протяжна, а третата завършва с празнично веселие, с тема, заимствана от фолклора. По подобен начин осма глава завършва с песен, която е химн на щата Кентъки, в която настроението е приповдигнато и весело.

Десети сеанс

В последната девета глава от сугестопедичния учебник „The Return“ Мис Нийдъм пристъпва в къщата на своята баба като в храм, смирено и с почит. В унисон с настроението звучи Концерт за пиано и оркестър N18 в Си бемол мажор на Моцарт. По време на целият концерт настроението е спокойно и безметежно, а контрастът е приглушен. Само финалът е подвижен и скоклив, макар и не много бърз, така както бързо и спонтанно Доли и Мис Нийдъм правят планове за своето общо бъдеще.

Доктор Гатева пише, че според Плутарх, Озирис, богът на богатата и символ на слънцето и плодородието на Нил, цивилизова света чрез пеенето и музиката. (Глобализирано художествено изграждане, стр. 91)

Така включването на музиката в сугестопедичното обучение превръща обучението не просто в усвояване на учебно съдържание, а в досег с гениални мислители и творци. Ефектът на симфоничния концерт не спира с отзвучаването на последните акорди. Ефектът продължава заради емоционалното преживяване и дори се обогатява с времето. По същия начин ефектът от сугестопедичното обучение продължава дълго след приключване на курса и приближава обучаемите и обучаващите до прекрасното и възвишеното.

Библиография

- Гатева, Е. Взаимодействие между говорните и музикалните интонации при усвояване на ново учебно съдържание, София 1985
- Гатева, Е. Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес, София, 1982г.
- Гатева, Е. Контрастът в комуникацията и в учебния процес, сборник „Сугестология и обучение“ 1987, стр. 59-63
- Гатева, Е. Певческо поставяне на гласа на преподавателя и на обучаващите се, сборник „Сугестология и обучение“, 1987, стр. 49-52
- Гатева, Е. Преподаване на ново учебно съдържание чрез мелодрама и рецитал, сборник „Сугестология и обучение“, 1987, стр. 39-44
- Гросман, В. Първа книжка за музиката, София, 1978
- Лозанов, Г. Сугестология, София, 1971г.
- Лозанов, и Г. Гатева, Е. Сугестопедично практическо ръководство за преподаватели по чужди езици, София, 1981г.
- Лозанов, Г. Сугестопедия -десугестивно обучение, София, 2005 г.

Лозанов, Г. Същност, история и експериментални перспективи на сугестопедичната система при обучение по чужди езици, списание „Сугестология и сугестопедия“, бр. 1, 1975
Захаријева, С. Музикален анализ, София, 1983 г.
Gateva, E. Some difficult moments in the suggestopedic teaching of foreign languages , „International Scientific Conference on Suggestopedia“, 1990 , стр. 91-101
Lozanov G. Suggestopedia/ Reservopedia, Sofia 2009
<https://sofiaphilharmonic.com>

РАЗКРИВАНЕ НА РЕЗЕРВНИЯ КОМПЛЕКС ЧРЕЗ КЛАСИЧЕСКА СУГЕСТОПЕДИЯ

ВДЪХНОВЯВАЩИТЕ КНИГА-СЦЕНАРИЙ „UN VIAJE” НА Д-Р
ГАТЕВА, „ЧЕТИРИТЕ ГОДИШНИ ВРЕМЕНА” НА ВИВАЛДИ И РЕПРОДУКЦИИ НА
ПЕЙЗАЖИ



Paisaje de Hernani (cerca de 1900), Darío de Regoyos (1857-1913), Museo Carmen Thyssen, Málaga

*Наблюдения и описания за разкриване на резервите на
личността по време на: сугестопедични курсове по
испански език и уроци с частни ученици, както и
отражението на процеса върху самия учител*

от

ИРЕНА МЛАДЕНОВА ИВАНОВА,

Учител Сугестопед по испански език

Период на наблюдение и описание: 2012 –
2022 година

Място на наблюдение и описание: Судио по
испански език „Un viaje”, София; Младежки
център Смолян /по проект/; Училище
„MATERIKA”, Варна; Център по класическа
сугестопедия „Боян Мага” Стара Загора;
организиран от преподавателя курсове в
Бургас, Сливен и Пловдив.

**Период на запазените оригинални
стихотворения:** 2013-2022 година

УВОД

Библиотеките са магични места: съхраняват в
текстове и изображения човешката памет,
история, мъдрост, опит, фантазия, въображение.
Тук имам предвид както големите обществени
библиотеки, така и семейните, лични, малки и
големи пазители на знанието и опита на хората.

Обхващам с бърз поглед само четири лавици от
моята скромна библиотека, където са подредени
папки, а в папките други папки, тетрадки,
дневници, съдържащи записки от моят опит по

време на едно вълшебно пътуване, началото на което бе преди 11 години. Много пъти съм се запитвала: Кой ли ще има необходимост и време да ги преглежда и да ги чете? Кому ли ще бъде нужен този опит, тези информация? Дали да не архивирам някои по-важни неща и да не започна да изхвърлям? Наложил ми се да се премествам не веднъж, а всяко преместване, както знаем, е свързано с носене на тежки кутии, куфари, чанти, безброй багажи и след всяко преместване си мислех: От какво бих могла да се освободя, за да не е толкова тежко следващия път? Папките все още заемат своето място на други лавици в поредната ми житейска спирка. Не можах да изхвърля нищо от тях. И Слава Богу! Сега вече знам кому са необходими – на мен самата. Да си припомня, да се поуча, да споделя. Да премина по друг начин, чрез написаното през годините, независимо дали описанието е по-детайлно или набързичко драснато с възлови думи.

Една част от информацията, която се съдържа в тези папки и тетрадки обхваща първоначални интервюта на курсисти и ученици; таблици с посещенията им; планиране на материала по групи в зависимост броя на участниците и груповата динамика; обратни връзки в края на учебния период; картички с мили послания, албуми със снимки и думи, важни за всяка една от групите и разкриващи истинско вдъхновение от периода на обучението.

Друга част обхваща материали на испански език, песни, книги, географски карти, пътеводители, стотици карти за игра, пощенски картички, списания и вестници.

Където и да съм преподавала, винаги са подпомагали процеса на обучение по специален начин, в специално време и са били специална част от него.

Една от любимите ми части от това дългогодишно набиране и съхранение на материали са стиховете, написани от курсисти и ученици. Стихове, написани на испански език след много кратък период на обучение. Някои от тези стихове са първите поетични опити на хората за целия им живот. Някои са в рима, други не са. Някои докосват вътрешния свят на личността, други описват нежни природни картини. Те са толкова различни, колкото различни са и техните създатели. Обединява ги начина, по който са се появили на този свят, вълшебната сугестия!

Те са проява на разкриване на резервите на личността и се превърнаха в мой незаменим помощник. И точно за това бих искала да ви разкажа.

В „Проблеми на сугестологията“, Наука и изкуство, 1973 година, Материали на I международен симпозиум по проблеми на сугестологията, след приветствените слова, първият материал е на Д-р Георги Лозанов: „Основи на сугестологията“.

На стр. 40 се намира материалът, посветен на: „Резерви на личността“.

„Доколкото съзнаваните или недостатъчно съзнаваните взаимовръзки на личността не винаги лесно се откриват, то внушението като понятие е свързано исторически не само с тях, а и с крайния резултат от неговото действие. Това означава, че със сигурност можем да приемем, че се е осъществило внушение, когато крайният ефект е активиране на някакъв резерв на човешката личност.“

Описание за това какво е резерв на личността откриваме в същия материал:

„Тук се включват всички онези възможности – известни или все още неизвестни, които не са обичайно явление за средната човешка личност при дадени условия на време и място.“

Необичайно е само за 80 часа изучаване на чужд език един ученик да напише стихотворения на този език. Необичайно и в същото време се случва спонтанно и е трудно с думи да опиша онзи блясък в очите на хората, които слушат в захлас своите стихове, разбирайки, че наистина са поети по душа и сърце!

За да определя стиховете на мои ученици и курсисти /по време на сугестопедично обучение/, като проява на разкриване на резервите на личността се позовавам и на особеностите на това явление, описани от Д-р Лозанов в издадената през 2005 година „Сугестопедия – десугестивно обучение“ с подзаглавие Комуникативен метод на скритите в нас резерви. Книгата е определена като лекционен резюме от 1995 до 2004 година и е посветена на Д-р Гатева, сътрудник и сподвижник на Д-р Лозанов /Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София, 2005/. Самото подзаглавие насочва вниманието към резервите на личността. Тяхното ускорено и хармонично развитие са от особено значение и са обект на изследвания и експерименти в продължение на цялостната научна дейност на Д-р Лозанов.

На стр. 36 от „Сугестопедия – десугестивно обучение“ можем да открием следното определение:

„Под резерви ние разбираме неизявените, но генетично заложили и опериращи предимно в парасъзнанието, многократно по-големи от ежедневните, възможности на личността, които при това се подчиняват в известна степен и на

различни от обикновените психофизиологични закономерности.“

До момента на предложението за писане на стихотворение по-голямата част от курсистите не просто не са писали, дори не са се интересували от поезия /както споделят/. Включват я в опитността си по време на обучението си в училище, когато са имали „задължителни“ срещи с поезията на изучаваните автори, но не я определят като съзнателен избор или като присъща им дейност.

Връщайки се към стр. 35 на „Сугестопедия – десугестивно обучение“, откриваме характерните особености на освобождаването на резервния комплекс при сугестопедично-десугестопедичното обучение:

1. „Паметовите резерви, резервите на интелектуални дейности, резервите за креативност и резервите за цялостната личност се отварят.“

И най-незначителният на вид поетичен резултат изисква креативност; употреба на думи, които паметта е съхранила, при това на чужд език; самата поезия е интелектуална дейност.

2. „Обучението винаги е съпроводено с ефект на релаксация или поне без усещане за умора.“ /пак там/

Отговорността ми като учител-сугестопед е да организирам така процеса на обучение, че да не води до усещане за умора. Както и да го проследявам внимателно, за да забелязвам и най-малките такива прояви. По време на писане и четене на вече написаните стихотворения никога не съм забелязала умора при курсисти и ученици. Напротив, те се радваха нескрито,

въодушевяваха се както при писането, така и при четенето и споделяха, че са много радостни от това, че са се решили да пишат. Което ме води към следващата особеност на разкриване на резервния комплекс:

3. „Сугестопедичното обучение винаги е приятно преживяване“. /пак там/

Да, спокойно мога да потвърдя, че това да бъдем поети, както курсистите, така и самата аз, беше приятно преживяване. Дори повече от това: беше щастие да творим заедно и да споделим творчеството си.

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

Обектът ми на наблюдение в този материал засяга само малка част от сугестопедичния процес и въпреки това бих могла да кажа, че поезията като изкуство винаги има благоприятен ефект върху човешката личност. Колкото до агресивните прояви, не съм била свидетел на такива от страна на курсисти. За средношколците, с които съм работила имам наблюдения, но те също са тема на друга разработка. В курсовете по испански език като цяло цари радост, приятелска атмосфера, веселие и много бърза адаптация на непознати хора към един към друг и към новата фантазна реалност.

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

В две от групите ми е имало хора с определени

заболявания. Те също писаха поезия. И по мои наблюдения целият процес им се отрази много благотворно. С желание идваха, въпреки физическите си ограничения и се включваха ентузиазизирано в предложените им дейности. Видимо изглеждаха много спокойни и радостни. С едната от тях издадохме благотворителна двуезична стихосбирка. Това е тема на друг, много по-обстоятелствен анализ, който се надявам да споделя след време.

И така, по пътя на наблюдението и връщане назад към преживяното, вярвайки, че поезията е част от разкриване на скрития резерв на личността, бих искала да ви превода, доколкото е възможно, по една от пътечките, които извървах.

ОПИСАНИЕ

или

Как се стига до писане на стихотворения на испански език?

Природата е безкраен източник на вдъхновение. Тя е сигурно и спокойни място за творчество, защото по своята същност е естествена и възбуждаща. Всяка среща с нея успокоява и дава нови сили за живот. Това е усещането, което имах при разработките на сцените, в които имаше описание на природна картина. Също наблюдавах леко и бързо усвояване на лексиката. Поезията, от своя страна, е един от най-добрите начини за ритмично усвояване на готови езикови форми. Разбира се, стига да не се предлагат твърде отвлечени, символични поеми. Комбинацията на две от най-вдъхновяващите прояви на живот – природа и поезия, съвсем естествено и спокойно дават на курсистите още един път за учене, за повишаване на нивото на езика, за по-красива подредба на новите думи. Дори тогава, когато подбирам текстове за

допълнителна работа на хора, които вече имат първоначално запознанство с езика и понятието от общата му структура, се спирам на произведения, в които природната картина е налична, а поезията я обрисова по близък за възприемане начин.

За да се стигне до момента на писане на стихотворение се преминават няколко срещи с описания на пейзаж, както и неговото присъствие в оригинална поезия.

Първата среща на курсистите с описание на времето и природна картина в книгата-сценарий на д-р Гатева е в Escena Cuarta /Сцена Четвърта/, Los Felices /Щастливите/. Това се случва с различните групи в различен ден в края на 3-та или началото на 4-та седмица на обучението. Тук само отбелязвам, че работата с групи с различен брой хора дава разлика и в деня на представянето на Сцена Четвърта. Като цяло процесът се движи с подобен темп, така че бих могла да отбележа принципно кога започва и кога приключва дадено явление.

В самото начало на сцената се появява част от поема на Марио Бенедети, която насочва към основната тема „време“:

*„¿Cómo hacerte saber, que siempre hay tiempo?
Que uno sólo tiene que buscarlo y dárselo.“*

Mario Benedetti (14.09.1920-17.05.2009), Escritor y poeta uruguayo

Цялата поема може да бъде предложена в края на курса. Аз предлагам като допълнителен материал, а основно работя с нея в курсове 2-ро.

На стр. 78 има богат лексикален материал, свързан с думи за времето. Те са представени в

логичен ред, така че неусетно да се усвоят и лесно да се прилагат в разговорите.

...en siglos,	...на векове,
1 décadas,	на десетилетия,
1 años,	на години,
1 meses,	на месеци,
1 semanas;	на седмици,
las semanas en días,	и седмиците на д
los días en horas,	и дните на часов
las horas en minutos,	и часовете на ми
los minutos en segundos...	и минутите на се

На стр. 80-та се срещаме с описание на пейзажа, който се наблюдава от стаята на хотела, където са отседнали главните действащи лица:

„En el mar se ven barcos de vela. No muy lejos del hotel se ve un castillo antiguo; cerca del castillo – una parte del puerto con barcos de carga, buques mercantes y otras naves con muchas banderas. El sol brilla. El sol, el cielo, la tierra, las aguas se unen en un esplendor de colores magníficos: azul oscuro, azul claro-celeste, verde, amarillo, rosado y rojo, café y negro, blanco y gris. Vuelan gaviotas libres, alegres. Tengo ganas de seguirlas. ¿A dónde van? ¿De dónde vienen? Nadie sabe exactamente.	В морето се виждат кораби с платна. Не много далеч от хотела се вижда античен замък; близо до замъка - една част от пристанището с товарни кораби, търговски кораби, и други кораби с много флагове. Слънцето свети. Слънцето, небето, земята, водата се обединяват в сияние от великолепни цветове: тъмно синьо, небесно-светло синьо, зелено, жълто, розово и червено, кафеено и черно, бяло и сиво. Летят чайки, свободни, весели. Имам желание да ги последвам. Къде отиват? Откъде идват? Никой не знае точно.“
---	---

Описанието е конкретно, свързано с това, което вижда героя. Първоначалната работа с пейзажи е точно такава – каквото се вижда на картината, това се описва. С частни ученици и с гимназисти

сме посещавали картинни галерии и след цялостното възприемане на изложбата, всеки е избирал коя картина да опише. Когато процесът се осъществява само в учебна зала, на помощ идват репродукции, които е добре да са на хартиен носител, защото ученикът може да ги докосва, да ги подрежда и да избере една от тях. Понякога използвам възможностите на Интернет, но често, особено младите хора, бързо преминават от едно на друго изображение и при наличието на огромен избор, трудно избират. Поради това съм се спряла на определени изображения, в които могат да се наблюдават различните сезони в различни пейзажи.

В разработката на Сцена Четвърта предлагам няколко игри, една от които е посветена на времето и съм нарекла „Една година“.

Описание на играта

Играта съдържа 34 цветни картона, на които са изписани на испански език месеците, сезоните, дните, 365, 366, 1 година, високосна година, 1 седмица, 1 час, 1 минута, 60 минути, 60 секунди, 24 часа, 7 дни. Също съдържа 22 цветни пейзажи на различни природни картини. Материалите се дават на курсистите/учениците в разбъркан вид. Изваждат се от един голям плик, с предложението да подредят по някакъв логичен за тях начин, така че да има логика в подредбата. Разбира се, подредбата следва описание на годината и какво съдържа тя, както и към сезоните и месеците се прилагат различните природни картини. Курсистите описват това, което са подредили, както и могат да опишат с речника, с който разполагат, някой от пейзажите. По-важната част от играта на този етап е отговор на въпросите: Кой сезон ми харесва и защо? Кой месец ми харесва и защо? Кой ден от седмицата ми харесва и защо? Коя част от деня ми харесва

и защо?

Целта на играта при първото ѝ предлагане е да се употребят думите от текста, отнасящи се до една година, както и да се затвърди употребата на „me gusta“. На по-дълбоко ниво, но без да се обръща специално внимание, се появява начинът за излагане на гледна точка, отговаряйки на въпроса „Защо?“ и използвайки съответни доводи.

Втората среща на курсистите с описание на природна картина в книгата-сценарий е в Escena Quinta /Пета сцена/, Siempre primavera /Винаги пролет/:

В оригиналната книга-сценарий на Д-р Гатева липсва поезията в началото на всяка сцена. С одобрението на Ванина Бодурова съм добавила част от поеми на испански и латиноамерикански автори. Всеки един от подбраните текстове има за цел, от една страна, да подготви курсистите за основната тема на сцената, което е неговата пряка роля. От друга, да подаде внимателно препратка към автори, които имат своята роля в културния живот на своята страна. Така книгата служи и като първоначален ориентир за автори, чиито произведения биха могли да помогнат в бъдещото надграждане и усъвършенстване на езика. Както и като препратка за търсене на повече информация за съответната страна, културата ѝ, бита ѝ. Същото важи и за приложените репродукции на картини; те съдържат информация за името на художника, годините, в които е живял, името на картината и в кой музей или колекция се съхранява оригиналното произведение. /на стр.1 съм приложила една от тях: Paisaje de Hernani (cerca de 1900), Darío de Regoyos (1857-1913), Museo Carmen Thyssen, Málaga/

„La primavera besaba suavemente la arboleda,
y el verde nuevo brotaba como una verde
humareda.“

LXXXV

Antonio Machado (26.06.1875-22.02.1939),
Poeta español

Най-поетичната природна картина се появява в третата част на Пета Сцена на стр. 111, 112 и 113, последвана от дидактичната песен, написана от на Д-р Гатева „Siempre primavera“.

„Es primavera.
Todo florece.
Mi ciudad natal...
Vivo cerca del canal.
A lo largo del río
hay muchos **arbustos**
de lila.
¡Qué perfume!
Una **alfombra**
de **hierba suave**
 cubre el suelo
de los jardines.
Las tiernas **hojas**
de los **árboles**
tiemblan al **soplo**
del **viento.**
Caen los pétalos
de las flores...
A lo lejos
levanta su **cuerpo** poderoso
la montaña.
En verano nos atrae
con su frescura,
con sus **picos** altos
siempre cubiertos de **nieve.**
Mundo misterioso.
Restituye las fuerzas físicas,
levanta el **espíritu**
 hasta sus picos...
La gente que vive
en su **falda**
es sana y muy buena.
Refleja la pureza

Пролет е.
Всичко цъфти.
Моят **роден град...**
Живея близо до канала.
По протежение на реката
има много **храсти**
от люляк.
Какъв **парфюм!**
Един **килим**
от мека **трева**
покрива пода
на градините.
Нежните **листа**
на **дърветата**
трептят от **польха**
на **вятъра.**
Падат листенцата
на цветята...
В далечината
издига **мощното си тяло**
планината.
През лятото ни привлича
с прохладата си,
с високите си **върхове,**
покрити винаги със **сняг.**
Мистичен **свят.**
Възстановява **физическите сили,**
повдига **духа**
до **върховете си...**
Хората, които живеят
в **полите й,**
са **здрави и много добри.**
Отразяват чистотата

y la belleza
de la montaña
Algunos dicen:
ésto es panteísmo,
autosugestión...
No importa la palabra,
sino la belleza
que podemos ver
y sentir.
Oigo las gotas
de la lluvia.
Es otoño.
La naturaleza es de oro.
Abundancia de frutas.
Alegria.
Y después nueva belleza.
El mundo blanco
del **invierno.**
El silencio y la tranquilidad
de las noches largas.
¡Qué nostalgia siento
por mi ciudad!
Quiero **volver.**
El sueño me **abraza...**
En vano quiero decir:
Espérate, espérate...

*Blanca primavera
reina en el mundo,
limpio cielo,
limpia tierra.
Almas puras, blancas
han buscado siempre
un feliz descanso
en la hermosura.
¡Siempre primavera!//*

и красотата
на планината.
Някои казват:
това е пантеизъм,
самовнушение...
Не е важна думата,
а красотата,
която можем да видим
и почувстваме.
Чувам **капките**
на дъжда.
Есен е.
Природата е от **злато.**
Изобилие от плодове.
Радост.
И после нова красота.
Белият свят
на зимата.
Тишината и спокойствието
на дългите нощи.
Каква носталгия изпитвам
към моя град!
Искам да се **върна.**
Сънят ме **прегръща...**
Напразно искам да кажа:
Почакай, почакай...

*Бяла пролет
кралица на света,
чисто небе,
чиста земя.
Чисти бели души,
винаги са търсели
щастлива почивка
в прелестта.
Винаги пролет!//*

Siempre primavera

Allegro moderato E. Gateva

Blanca primavera reina en el mundo, Limpio cielo
Limpia tierra. Almas puras blancas han buscado siempre
un feliz descanso en la hermosura. ¡Siempre primavera!

Част от думите от този текст, които са с удебелен шрифт, се срещат в следващото ниво на играта „Една година“. След като са чели, рецитирали, пяли песента, превеждали текста и пресъздавали чрез пантомима някои от думите, обучаващите

се преминават към самостоятелна употреба на новия материал.

Разбира се, активирането на речника се проявява най-лесно в игри и тук отново се появява играта „Една Година“, вече с друга цел.

Описание на играта

Материалът, който послужи за първата игра се предлага отново, като този път се изключват картоните с дните, 365, 366, 1 година, високосна година, 1 седмица, 1 час, 1 минута, 60 минути, 60 секунди, 24 часа, 7 дни. Добавят се малки картончета с думи и изрази от текста на последната природна картина, като на курсистите им се предлага да приложат съответните думи и изрази към подходяща / според тях/ картина. В случай, че значението на някоя от думите не се знае, много бързичко се превеждат. Всички курсисти си спомнят, че са играли тази игра, поради това, но наличието на промяна в материала отново възбужда любопитството им. Моето скромно мнение е, че подготовката на каквато и да е игра е добре да се извърши с мисъл за разширение, защото от една страна има познати образи, на които може да се разчита, а от друга страна, добавянето на „разширения“, тоест, на нови думи или изображения, или предмети, води до инфантилизация на процеса, което, както знаем, е възлово в сугестопедичните уроци.



Природна картина от Пета сцена е много ярка и независимо къде съм преподавала, курсистите я разпознават като „своя“. Интересното за мен е, че както на морския бряг, така и във вътрешността на страната има отъждествяване с пейзажа, описан в книгата-сценарий.

Целта е постигната, когато всички думи и изрази са поставени на определени места, според това как ги възприема групата. Понякога има размествания, но те са незначителни и не влияят върху цялостното възпремане на картините и връзката им с думите /или обратно/. За едни групи gotas /капки/ съответстват на картина с дъга, за други, на вълните в морето. Това е групово решение. Случва се и участник от групата да проследи текста и да даде предложение да се подредят думите според появата им в него.

В този момент е много важно аз като учител да обърна по-различно от нормалното внимание на това, което са направили: да замлъкна и да съзерцавам резултата. Този прийом има интересен ефект. Ако до момента съм била дейна, активна, бърбореща, с емоционално приповдигнат тон по време на игрите, то тук нежното и тихо съзерцание дови до подобно усещане в курсистите: те винаги хората утихват, сякаш влезли в някои от природните картини и това е възлово момент за продължението, което следва.



Съвсем тихичко, сякаш на шега казвам, че имаме 15-20 минути да напишем стихотворение за природата, в което могат да се включат думи от играта или да се използват други, в случай, че са им необходими, за да изразят усещането си. Раздавам предварително подготвени бели листове, прикрепени на твърди папки, за да е удобно да пишат в каквато и поза да решат. Почти незабелязано пускам фонова музика: „Четиригодишните времена“ на Вивалди, за да влезем в унисон с музиката. Често има възклицания: „Стихотворение? На испански език?“. „Да – обикновено отговарям аз, вие вече говорите много добре, познавате много думи, не е задължително да е в рима. Както го усетите.“ Не съм имала отказ до сега. Често си мисля, че в класическите уроци по чужди езици това предложение едва ли биха получили хора, които са имали толкова кратко обучение. Общата сугестивна норма изпраща поезията във високите нива на изучаване на езика. Питала съм всичките си частни ученици, както и деца на мои близки, учещи в езикови училища, дали пишат стихотворения на чуждия език. Отговорът винаги е бил отрицателен. Убедението ми като учител, а и като човек, е, че поезията, с ритъма и с мелодичността си, е много по-близо до усещането за свят на хората, отколкото статиите в пресата. Нали и малките деца усвояват правилен говор чрез стихчета, римушки, гатанки; нали и песните помагат за говоренето и правилното подреждане на речта, а те също са форма на поезия, облечена в мелодия. И така, моята убеденост, че това е нещо, което е по силите на всеки един от присъстващите, без значение колко дълго е стихотворението, довежда до следния много приятен момент. Всеки участник взема нещо за писане и започва да пише.



Има курсисти, които с чувство за хумор задават въпроса: „Може ли хайку?“ Разбира се, че може! Та нали това е поетична форма? Да, може да е най-кратката, но е поетична. Разбираема е тази малка хитрина на обучаващите се, защото предполага употребата на по-малко думи. Така те се застраховат, че и с няколко употребени думи биха могли да изпълнят предложението да напишат стихотворение.

Предлагам помощта си, както казвам, че и аз самата ще пиша поема. В началото на това спонтанно хрумване за продължение на играта по този начин бях повече на разположение за помощ, но често се вдъхновявах и аз самата сътворявах поема. Забелязах, че когато и аз пиша, курсистите се вглъбяват, пишат по-спокойно сами, отколкото да търсят помощ за думи от мен. Концентрацията им се повишава, влизат в своето усещане за музика и природа и се изразяват както могат, без да се притесняват за рима, стил, грешки, неточности. Имитацията е базисна форма на учене. Какво по-добро от това учителят да изпълнява заедно с учениците определена задача?! От друга страна, ако учителят не е в състояние да изпълни дадена задача, то не бива да я дава на учениците си.

Имало е няколко опита за превод на познато

българско стихотворение, но бързо се разбира, че различните по звучене думи трудно биха могли да се подредят по подходящ начин, така че хем да се запази смисълът, хем да звучи добре. Да не говорим за римуването. Все още и практическата употреба на прилагателните се води от правилото в българския език – преди съществителното. В тази игра се дава повече свобода и гъвкавост за употреба на прилагателните. При акцент върху прилагателното, правилото да следва съществителното може да бъде нарушено и текста пак да бъде правилен. Когато акцентираме върху прилагателното /което често се случва в поезията/, то може спокойно да се постави преди съществителното и по този начин усещането за това, че няма грешка позволява на учениците да са по-освободени. Използвам тези акценти впоследствие, за да покажа още веднъж колко е лесно в испанския език, знаейки в кой род и число е съществителното, то да бъде последвано от прилагателно в същия род и число. Докато в български език мислим, без да изговаряме, какво е съществителното, за да поставим преди него точно прилагателното. И така, започваме на пишем. От време на време, съвсем тихичко, някой от курсистите ме пита за дума, която или не си спомня, или не сме я срещали. Също толкова тихичко, без да нарушавам създамата се творческа среда, отговарям и продължаваме да пишем.



Открих, че чакам с нетърпение точно тази игра и се включвах с много желание и любопитство. Тя за мен бе доказателство да разкриване на резервен комплекс! При това в писмен вид! След като всички са готови, правим рецитал на написаните произведения. Където има въпроси за израза или за някоя дума, отговарям и може да се нанесат корекции. Моля курсистите да ми оставят своите стихотворения, за да ги прочета още веднъж и да нанеса корекции в род, число, време, но без да си позволявам да променям изказа.



С това играта е приключила за деня. Тя обаче има едно много възторжено продължение на другия ден. Вярно е, че е неочаквано за курсистите. Те предполагат, че ще им върна стихотворенията, дори ме питат при пристигане. Аз наистина ги връщам, но по специален начин. Усещайки още при първата изиграна „поетична“ игра колко е силна емоцията на участниците, си позволих да направя следното нещо: ако се налагаше, поправях нещичко в стихотворенията /с молив/ и преписвах всяко стихотворение в моя учителски ежедневник. На следващия ден започвахме както обикновено с песен, разговор и след това им казвах, че имам изненада за тях. Отново пусках Вивалди и изчитах права техните стихотворения. Да гледам озарените лица, докато чета, това бе истинско щастие. Курсистите присъстваха на рецитал от техни

творби. Имаше леки закачки от типа: „Вие така ги четете, че са като истинска поезия!“. Можете да си представите какво съм отговаряла: „Това е истинска поезия.“ На невярващите, игриви погледи отвърщах по следния начин: изваждах от библиотеката стихосбирка на испански език и четях предварително избрано стихотворение, на което със сигурност да разберат смисъла и го изчитах като тяхната поезия. Това водеше до повишено емоционално състояние, както се затвърждаваше увереността, че всичко можем да направим, че можем да бъдем истински поети и да творим чудеса.

Включих тази игра като постоянна в курсовете и така с годините се събраха стихове за цяла стихосбирка. Към практиката да направя рецитал на следващия ден добавих и разпечатване на стихотворенията на цялата група, за да може всеки да ги има. Това е ценен, уникален човешки опит, който би могъл да се използва за обогатяване на речника или за подобряване на речевата изява. Имайки стихотворенията на всички участници, всеки курсист отново може да премине през среща с думи и изрази, които вече чул и то по толкова специален начин.



Все още има стихотворения, написани на ръка в учителските ми ежедневници. Както има запазени файлове, няколко от които ми се иска да споделя

тук, като умишлено споделям стихотворения от групи от различни градове. Накои от тях си имат заглавие, други не. Имената на поетите са техните артистични имена, с които се представят в курса.

СТИХОТВОРЕНИЯ НА УЧЕНИЦИ

**Група ноември/декември, 2017 година,
София, 1-во ниво**

ALMA, La naturaleza

La naturaleza es hermosa
Su pureza une todo
Magnifico cielo
Aguas esplendidas
Limpia montaña verde o blanca
La alfombra de la tierra en la primavera Atrae con su vida. Alegría
En el verano con la belleza. Vida
En el otoño con la abundancia
Y en invierno con la pureza
¡Como quiero yo que nuestras almas
se parezcan más a la naturaleza!
¡Como quiero yo revivir
tal como sólo la naturaleza sabe hacerlo!

MERCEDES

Es Vivaldi
Es primavera
La naturaleza se despierta Para su nueva vida
Con mucha luz y aire
Tres jóvenes mujeres
Con hermosos rostros Parecen muy felices
Dos barcas esperan el verano

LAURA

Almas puras bancas
Gotas llenas de verdad
Hojas verdes claras

Paciencia y tranquilidad
Agua viva, fuerza
En los bosques hay flores
Arboleda, hierba, naturaleza
Un arco iris de todos los colores

Muchas frutas dulces
Sierra colorida y alegre
Animales, jóvenes, felices
Todos juntos se divierten

La manta blanca cubre el suelo
Todo el mundo duerme en silencio
Tengo tiempo para soñar

Es primavera, BEATRIZ

La primavera
Los días son largos
Las noches más calientes
Hay colores magníficos
La tierra es verde
Las aguas, el cielo
Todo florece
Un alfombra verduzca
cubre la tierra
Los arboles están cubiertos
de tiernas hojas
¡Que colores!
¡Que perfume!
¡Que viento caliente!
¡Que flores!
Abundancia de colores
Todo me alegra

BEGOÑA

¡Siempre verano!
¡Que calor!
¡Que alegría!
¡Olvida el invierno
enfermo e infeliz!

¡Olvida la nieve!
Mi corazón se pone triste
contemplando el frio tan feo. ¡Que viva el verano!
Los días largos en la playa
La mar refleja la pureza
del cielo claro
y el sol que brilla
y brilla y brilla.
Oigo las olas
Veo los barcos tan lejos
pero tan cerca da mi corazón. Huelo los amores,
olvido mis problemas,
me siento tan feliz.
Mundo misterioso
Levanta los espíritus
¡Ay, ay, ay este verano!

FRANCISCA

Las aguas negras
La tierra blanca
Se encuentran
Se conocen
Hojas graciosas
Rocas duras
Danza y alegría
El esplendor de la vida
Los opuestos se unen
y se separan
Reflejan la pureza
y la belleza
de los dos mundos
Dos mundos:
Negro y Blanco
se ponen coloridos

***Група декември 2018/януари, 2019 година,
София, 2-ро ниво***

CARMEN FERNÁNDEZ

La naturaleza es de oro

en otoño,
su espíritu es poderoso y tierno.
El invierno viene más fuerte abrazándolo todo-
la ciudad, la gente y las calles.
Las noches largas están muy tranquilas
y son un regalo que refleja
la pureza de los corazones enamorados.

JULIA PÉREZ

Cuando el sol encuentra la mar todo brilla en oro.
Todo el mundo canta
con la puesta del sol.
Las olas están tranquilas.
Cuando el sol desaparece,
todo se cubre en silencio.
La luna es joven.

JULIA SÁNCHEZ

„La mujer que está enamorada“
¿Quisiste alguna vez así? ¿Sentiste tu corazón
llenísimo
de colores diferentes?
Y en un rato
estos colores diferentes
se convierten en río
de luz de oro
que brilla tan fuerte
hasta que tu respiración para.
En un rato sientes que vuelas
con alas como ave
y en otro
que mueres.

MIGUEL AGUILAR

La primavera – mi estación favorita.
La naturaleza se despierta.
En los bosques y los jardines
ocurren milagros.
Las flores y los arbustos crecen
y todo se cambia
en varios colores.

Los pájaros empiezan a cantar. Los ríos están llenos
de agua. Poco a poco la gente sale afuera y se
alegra del tiempo
que es más caliente.

ALICIA FERNÁNDEZ

Es otoño a la orilla del mar. Estoy durante del ocaso
del sol en mi playa favorita.
El sol brilla
y la vista es maravillosa.
Puedo ver cada color
del arcoíris entremezclado
dentro del cielo y el mar.
El mar es tranquilo y hermoso.
El soplo del viento es salado
y caliente, y me abraza.
Todos mis sueños son posibles ahora,
yo tengo alas para volar hasta la eternidad.
Cierro mis ojos y quiero que este instante
se quede en mis recuerdos para siempre.
Me siento totalmente completa.
Y quisiera compartir este momento contigo...

Група септември/октомври, 2019 година, Сливен, 1-во ниво

Naturaleza, MARÍA BEATRIZ

Oigo las gotas de la lluvia que refleja la pureza y la
belleza
de la naturaleza, de la montaña. En verano nos atrae
con sus picos altos
siempre cubiertos de nieve. En primavera nos atrae
con una alfombra
de hierba suave
en los jardines.
La vida dulce, HÉCTOR
¡Qué primavera florida!
¡Qué verano verde!
¡Qué otoño de oro!
¡Qué invierno blanco!
Las cuatro estaciones

de colores.

¡Te amo
mi vida hermosa!
¿Y tú?

LOLI

¡Todo está en flores,
todo en colores!
¡Todos los arboles,
todos con hojas!
¡Todo es pureza,
todo es belleza,
todo es alegría!
¡Esto es la Primavera!

CARMEN

Silencio y tranquilidad
llenen las almas puras
que reflejan la pureza
de los suelos blancos.
Y cuando todo enflorace
y huele a lila y hierba suave,
la belleza de la montaña
regala al corazón la alegría
que ha buscado siempre.

La montaña, ANA

El cuerpo de la montaña
en invierno es blanco,
siempre cubierto de nieve.
Mundo misterioso.
¡Qué fuerza, qué libertad!
Yo siento el soplo del viento
y yo estoy muy feliz.

El verano, ISABEL

El verano es mi tiempo
el verano es mi sol,
el verano es mi vida,
El verano es mi perfume.
El se va,
en vano quiero decir:
¡Espérate, espérate!

JUANA

Verano, mi verano,
belleza que podemos ver y sentir, abundancia de
alegría.
Me gustan sus colores magníficos, el sol, el mar, el
silencio
y las noches largas;
la gente se pone
más hermosa y buena;
el amor es más fuerte
en el verano...
Mundo misterioso...
Verano, mi verano...

DIEGO

Por las noches de verano
hay silencio.
Las calles y las casas dormidas están calladas.
¡Qué raro!
En general la gente del pueblo
se pasea hasta muy tarde
por las calles...
Pero todos nosotros
estamos cansados
de la fiesta
de ayer...

ALICIA

Me gusta la primavera verde
que hace ramos de flores.
Todo el mundo está libre. /Todos están libres.
Me gusta ver los colores
del arco iris del verano.
Todo el mundo está alegre. /Todos están alegres.
Me gustan las hojas que caen
en la hierba naranja del otoño
y escuchar la lluvia.
Todo el mundo está tranquilo. /Todos están
tranquilos.
Me gustan las fiestas en el invierno
cuando las familias están juntos.
Se siente el amor en el aire.
Todo el mundo está feliz. /Todos están felices.

Група юли 2019 година, Варна, 1-во ниво

Siempre primavera, ALEGRÍA

En primavera cada mañana es maravillosa,
está fresca con limpio cielo, limpia tierra.
Los árboles empiezan a tener hojas y florecen.
Veo la montaña, ella es verde,
sus picos están cubiertos de nieve.
Una alfombra de hierba suave cubre la tierra.
Yo siento silencio y tranquilidad en mi alma.

Luciérnaga en otoño, JULIA

Un otoño en oro.
Una luciérnaga en otoño.
Una luz inolvidable.
Todo esto eres tú.

La luna y el sol, ISABEL

Por la mañana el sol se despierta noche.
para lucir toda la tierra.
Por la noche la luna
juntos.
se encuentra con las estrellas.
En la primavera la tierra se cubre
con una alfombra suave y verde de hierba,
los árboles y los arbustos florecen
y son tan hermosos.
En el verano el mar es tan sereno
y pocas olas se persiguen.
El otoño es la estación de oro.
El invierno es blanco y tranquilo.

El mundo, FLOR

Cada día el día llora para la
Un día ellos se encuentran.
El sol y la luna son brillantes
Están viviendo en un mundo.
Un mundo de colores magníficos. Verde, rosado,
rojo,
blanco, azul: colores alegres.
El cielo y la tierra son niños
del sol y de la luna.
Mundo misterioso. Todo es amor. Alegría santa.

Amor, BEGOÑA

Él es Día –sereno y valiente,
con el valor pasivo de una creencia profunda
ha buscado su amor de colores.
Él es Día largo y de colores.
Él lleva consigo muchas flores y pájaros.
La estación es verano.
¡Dios mío! Él ve la noche.
Ella no es muy grande.
Ha llevado consigo muchas estrellas y sombras
bellas.
La estación es verano.
El amor de primera vista.
Pero ella se va... ¿A dónde? Él no sabe.
Mañana de nuevo... Su amor es posible
solo en amanecer y en el ocaso.

**Група февруари/март 2020 година, Пловдив,
1-во ниво**

Espejo, JUAN

El espíritu de la montaña. La vida me da fuerza.
Y cuando vi el reflejo
del verano en
las gotas de la lluvia,
les estrellas sonrieron.

El verano, FRANCISCA

A veces me siento a la mesa
y miro a los niños.
Cielo azul claro.
El mar está lleno de gente: hombres, mujeres, niños.
Llueve. La lluvia es caliente. Todos se alegran.

RAFAEL

Verano. Azul y blanco.
Principio.
El sol escucha
la voz de la mar.
No hay tiempo para silencio.
La luz en el agua marina
refleja la pureza

de mi alma de plata.
Blanco y azul. Verano.
Fin.

PENELOPE

En la primavera florecida
nació.
En verano caliente
creció.
En otoño lluvioso
vivió.
Y en el invierno blanco
durmió.
Yo soy el oso.

La ciudad vieja, MANUEL

La vida de la ciudad
pasa invisible.
Las mujeres están
en ropa maravillosa.
Los picos de las montañas cercanas, Las casas muy
bellas.
Los barcos pequeños.
Felicidad y libertad.

ANTONIO

Blanco y puro
es el invierno.
Amarillo y caliente
es el verano.
De oro y tranquilo
es el otoño.
Verde y calma
es la primavera.

PABLO

El verano en Bulgaria
es muy feliz e interesante.
Las montañas tienen
picos y arbustos.
El mar es silencioso y azul.
La lluvia me gusta.
Las gotas me gustan a mí.

La naturaleza en Bulgaria es bella.
El invierno viene con
alfombra de nieve.
En otoño puedo decir:
„La naturaleza es de oro“.

CARMEN

Silencio.
Todo el suelo se cubre de nieve. Almas puras y
blancas
duermen.
Abundancia.
Frutas de oro.
Oigo las gotas de la lluvia.
El viento me habla.
El espíritu se levanta verde.
La naturaleza refleja la pureza de la vida.

RAMÓN

Muchas alegrías
nos esperan
cuando las gotas de la lluvia caen del cielo.

La naturaleza revive,
el invierno se va,
el verde aparece...
¡Siempre primavera!

Después el verano
nos espera
con agua azul y caliente
y mucha tranquilidad
en abrazos cálidos.

ESPERANZA

Me gustaría ser joven
como la primavera,
ardiente como el verano,
sabia como el otoño,
serena, con alma blanca,
cuando algún día
el invierno vendrá.

**Група юни, 2020 година, Стара Загора, 1-во
НИВО**

FRANCISCA

La naturaleza es de oro,
esto es otoño
con muchas hojas amarillas,
rojas y naranjas
El sol toca la tierra
con mucha luz
y le da el último color.
La montaña es silenciosa
y agradece los últimos regalos
de la naturaleza.

Las estaciones, ANA

Me gustan todas las estaciones: La primavera con las
flores,
esto es mi vida.
El verano con el calor y el mar. El otoño con los
árboles
de muchos colores.
Y el invierno – todo es blanco. ¡La naturaleza es
divina!

BEGOÑA

Montaña poderosa. Picos altos.
La lluvia en la montaña es una maravilla.
invierno.
Las gotas reflejan la pureza de las lamas blancas.
alegría.
La naturaleza es de oro, llena de alegría y pureza.
Soy una gota de esta alegría,
solamente soy una pureza.

MERCEDES

La alfombra de flores cambia
en mantel puro, blanco del
El silencio deja el lugar a la
La naturaleza se despierta.

ISABEL

La naturaleza refleja la pureza de la vida.

En primavera... de la alegría.
En verano... de las noches largas.
Otoño... la naturaleza es un pico de oro y lluvia.
Invierno... almas puras, blancas.

CARMEN

Almas puras blancas
son mis sueños
de las noches largas
del invierno.

При раздаване на малките стихосбирки на курсистите умишлено не прилагам превод. Според мен не е необходим. По време на първия рецитал, още в деня на писане на поемите, всеки има право да запита за превода на думи или изрази, които не разбира и понякога групите се разбират всеки един от поетите да преведе своята поема, след изчитането ѝ. Понякога има запитване за определени думи и то такива, които са по-необичайни. При проследяване на стихотворенията са забелязва употребата на подобни думи и изрази и това е така, защото те са от книгата. Това е много явно при групи, които са в 1-во ниво на сугестопедичен курс. При такива от 2-ро ниво, обединяваща е темата, по която се пишат стиховете. Има случаи, в които се прави групова поезия и тогава всяка група има специфичен начин на изразяване.

Лесно е да се вдъхновя при тези резултати! Тук прилагам четири от поемите, които съм сътворила заедно с курсистите. Процесът и при мен бе спонтанен, изключително емоционален, зареждащ и облагородяващ.

Декември, 2018 година, София

Las manos del invierno acarician los campos vacíos;
las arañas blancas de la nieve tejan una alfombra
suave y esponjosa
que cubre los sembrados.

Las hadas de la abundancia
se ponen contentas
al ver las semillas
bien guardadas y dormidas bajo del tejido cálido.
Silencio y armonía.
El tiempo se detiene para descansar en espera de la
primavera nueva. En espera de un buen comienzo
y un nuevo despertar.

14.03.2019, София

Las nubes blancas parecen bailarinas
que están bailando
al ritmo del viento caprichoso. Sus faldas blancas y
grises
se abren y cierran
como las alas
de las mariposas.
Sus pelos rizados brincan como saltamontes
y se enredan
en las ramas verdes
de los álamos.
El viento lleva las nubes
a lo alto del cielo
donde está el escenario del teatro llamado
Primavera.
Los músicos hacen
sus primeros acordes
y las bailarinas se lanzan
en el baile
de la pasión y el amor.
El espectáculo comienza.
No hay público.
Todos participan en esta fiesta de colores y
movimientos.
¡Es primavera!

17.06.2019, Варна

La luna sale
de su baño salado,
se bañó en el mar
y lo pinto en dorado. Peina su cabello
de luz brillante
y se le ve bello

en el agua reflejante.
La luna linda
sale en el prado,
ya está preparada para esparcir su brillo dorado.

13.11.2019 година, София

Esta noche te espero
en el balcón dorado del castillo de mi memoria
otoñal. Vendrás en un vestido
rojo, amarillo y lila
y en tu cabello encendido del ocaso brillará
la tiara plateada
de las estrellas lejanas.
Me abrazarás tan tierno y dulce Y me perderé en tu
seno ardiente Escuchando los latidos
de tu corazón enamorado.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Педагогическият опит заема едно скромно, не
особено специално място в паметта на
поколенията. Малко подценяван, малко
пренебрегван. В него, обаче, се крие
философията на живот на различните поколения,
връзките между поколенията, техните социални
нагласи, начинът, по който се предава цялостен
човешки опит. От него бихме могли да научим
освен добрите практики, методики, техники,
също и къде грешим, за да продължим с по-ясна
нагласа или поне с по-добра ориентация как
бихме могли, като възрастни, да помогнем в
процеса на израстване на децата или в процеса
на учене зрели хора.

Чрез предадения педагогическият опит бихме
могли и да се вдъхновим; да почерпим сили за
да продължим напред; да открием идеи за
обогатяване на практиката ни. Понякога дори
само една искрица, открита между редовете, е
способна да задвижи цялостен процес на
творчество и да промени посоката на действие.

Благодарна съм от все сърце за възможността, която ми дадохте да споделя част от скромното творчество на хора, пленени от магията на Сугестопедията! Едни от тях вече са сугестопеди, други довеждат децата си, за да учат по начин, разкриващ им нови светоусещания; други – да продължават да споделят с близки и приятели, че има наука, която е българска, която дава възможност на всеки да учи със своя темп, да напредва със своите уникални стъпки, да разкрива потенциал и възможности, които в ежедневието са немислими да изразяване и реализиране. А Учителят – той е просто скромен режисьор, който подпомага естествения процес и се забавлява и учи заедно със своите актьори.

Сега вече знам със сигурност, че е имало смисъл да нося от място на място тежките папки, съдържащи информация за това пътуване през практиката на Сугестопедията. Без тях не бих могла да ви разкажа за вдъхновението, което текстовете в книгата-сценарий на Д-р Гатева „Un viaje” /написана в далечната 1980 година/, „Годишните времена” на Вивалди и красивите природни картини на майстори-художници дават на обучаващите се, за да напишат своите първи стихотворения на испански език. Те са едно от най-нежните и лирични доказателства за разкриване на човешкия резерв на курсисти и ученици. Те са и един от крайните резултати, които ми доказваха, че сугестията е приложена правилно и спокойно мога да продължа напред. Когато има разкрити резерви, внушението е осъществено правилно!

МЯСТОТО НА КЛАСИЧЕСКОТО ИЗКУСТВО В КЛАСИЧЕСКАТА СУГЕСТОПЕДИЯ

ПАВЛИНА НИКОЛОВА



Melozzo di Forlì (1438-1494), *Angelo Musicante*, Roma, Pinacoteca Vaticana

(Картината е корица на оригиналния сугестопедичен учебник по италиански, издаден през 1978 г.)

„Защо – подзе поетът с любещ глас –
се вираш непрекъснато в земята?“ –
когато ангелът дойде при нас.”

*Из песен XIX на „Чистилице”,
„Божествена комедия” от Данте Алигиери*

„Винаги съм мислел, че ние сме,
метафорично казано,
паднали ангели,
заклучени богове,
хипнотизирани души,
които са повярвали
в своето ограничено нищожество.
И са се примирили.”

проф. д-р Георги Лозанов

Класическото изкуство свързвам с думата неизчерпаемост. То от една страна поставя граници, бидейки основа, върху която стъпват съвременните артисти, но е и неизчерпаем извор на вдъхновение, почти необятно да го опознаеш като творчество, история и лично преживяване. Класическото изкуство създава едно поле на информационни кодове, които са задвижвали цивилизацията. Чрез Класическата сугестопедия то приема още една особена функция. Класическото изкуство в Сугестопедията не е просто инструмент, а условие, без което не може. В този труд ще разгледам мястото на класическото изкуство като значение и функция. За да разгледам въпроса този въпрос, ще се обърна към трудовете на проф. Евелина Гатева и проф. Георги Лозанов, за да представя тяхното виждане по въпроса. Ще изследвам дали и как класическото изкуство е свързано със седемте закона на Сугестопедията, в кои от средствата за внушение намира място то и какво е моето разбиране по тези въпроси. Ще се обърна към Ренесансовото изкуство като част от класическото изкуство, ще търся паралели и примери от него в моите обосновки. Защо е нужно да се осветлят тези въпроси? Надявам се този труд да помогне за разширяването на представата за Класическата сугестопедия и за високите цели, които си е поставила тя, а както и да се припомни и утвърди престижът на тази методика. Ще се радвам истински, ако работата ми се превърне във вдъхновение за колегите

сугестопеди и осветлявайки този въпрос да включваме класическото изкуство с дълбока убеденост за нуждата от него. Ще направя всичко възможно това изследване да е честно и лишено от излишни емоции, а както и откривателско и творческо. Убедена съм, че има нещо необикновено в това.

В началото считам, че има нужда да се разясни какво точно се има предвид под понятието „класическо изкуство“ специално в сугестопедичния учебен процес. Д-р Лозанов поставя класическото изкуство като един от седемте закона в сугестопедията, т.е това е условие, без което не може. Д-р Гатева разглежда в основополагащия си труд „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес“ мястото на изкуството, разглежда обстойно различните литературни форми, прави кратък обзор на видове музикални произведения, пише за значението на фолклорното изкуство като включва и песни от фолклора. На много места тя пише за различните форми на изкуството и неговото влияние върху човека. Предлагам първо да разгледаме понятието „класическо изкуство“. Потърсих го в енциклопедия „Британика“: "Класицизъм. Художествено-историческа традиция или естетически нагласи, основани на изкуството на древна Гърция и Рим. „Класицизъм“ се отнася за изкуството, създадено в античността или за по-късно изкуство, вдъхновено от това на Античността; „Неокласицизъм“ се отнася за изкуство, вдъхновено от това на античността и по този начин се съдържа в по-широкото значение на „класицизъм“. Класицизмът традиционно се характеризира с хармония, яснота, съдържаност, универсалност и идеализъм. Във визуалните изкуства класицизмът обикновено се характеризира с предпочитание на линията пред

,цветовете на правите линии пред извивките и общото пред частното. Италианският Ренесанс е първият период на задълбочен класицизъм след Античността." [1] На много места обаче д-р Лозанов и д-р Гатева говорят за „изкуство от класически тип“. Д-р Лозанов използва този израз във връзка с психо-физиологичната основа на Сугестологията [2] Д-р Гатева в своя труд „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес“ казва: „Включването на подбрани за целите на сугестопедията произведения от класически тип увеличава силата и качествата на средствата на внушението.“ Тук тя дава пример с автори на произведения от различни епохи. Посочва музиката на Моцарт, която е от класически тип и която възниква като реакция срещу бароковата музика. Но Бах, Корели и Вивалди са представители на бароковата музика. Те също са дадени като пример. Една част от пасивните концерти например при пасивните концерни сеанси се изпълнява в съпровод с техни произведения. Наред с Данте и Бокачо (представители на ранния Ренесанс) се нареждат имената на Гьоте и Виктор Юго, представители на Романтизма в своите страни. От примерите на изобразителното изкуство виждаме представители на Ренесанса като Леонардо да Винчи, Микеланджело, Рафаело до съвременни художници като Ръорих, Пикасо, Владимир Димитров-Майстора. Така аз разбирам, че тук не търсим произведения от точно определена епоха, защото „подборът не се прави само въз основа на идейно-художествената и възпитателната стойност на произведенията, а въз основа преди всичко на експеримента, който показва дали произведенията подпомагат създаването на условия за концентративна :психорелаксация.“ [3] Така в хода на експерименталните програми едни произведения са отстъпвали място на .

други. Тук става дума за музикалните произведения, които се представят като част от концертните сеанси. Ето защо трябва да зачитаме тази дългогодишна работа, на цялостния труд и направените експерименти, върху които лежи изготвения списък с произведения, заедно с които се четат отделните глави от сугестопедичните учебници при подаване на материала. Тук става въпрос не само за идейно-художествено съдържание, но и за психофизиологически фактори, които се включват при слушането на определени произведения. Ето защо е важно да се включват точно тези произведения. С това аз разбирам да търся мястото не само на класическото изкуство от епохата на античността или от епохата на класицизма, а изкуство от класически тип. Водена от моите лични срещи с изкуството и запленена, истински запленена от творците на Ренесанса, не само от произведенията им, а от тяхната смелост, техните идеали, тяхната нова нагласа, от техния гений, аз бих искала да намеря неустановените или непосочените досега връзки, които свързват класическото Ренесансово изкуство с принципите и законите на сугестопедията. По-задълбоченото разглеждане на тези връзки ще хвърли светлина върху философската основа на Ренесанса и тази на сугестопедията, защото и двете задават като посока хуманизма, т.е. всичко в името на човека – като дете на божественото в неговите най-хубави проявления. За да стане по-ясно защо е толкова важно мястото на класическото изкуство, можем да се позовем на специалистите изкуствоведи, които в продължение на много години дискутират защо Ренесансовото изкуство е от изключително значение а скока на цивилизацията. През Средновековието например също са се използвали образци и източници от античността. Един от изтъкнатите изследователи на Ренесанса Ервин Панофски внася светлина с една от студиите си "Ренесанс

и Ренесанси", в която разглежда разликите и изтъква, че Ренесансовите творци за първи път гледат на античността от гледна точка на настоящето и се опитват да възродят идеята за човека като вездесъщо божие творение, т.е. те копнеят по това и превръщат този стремеж в идеал, докато хората на Средновековието възприемат образите от античността в тяхната конкретика, при което тези образи или са поставяни на пиедестал, или са обявявани за нечиста сила. Така образите от античността остават изкривени и не претърпяват развитие през Средновековието. Ренесансът възражда този нов идеал като "откриване на света и човека" (Якоб Бурхарт), който преди това не се е състоял именно поради тази статичност, конкретика и догматичност. Ренесансовата концепция е "в известен смисъл абстрактна, но всеобхватна и еднородна" (цитати от същата студия). Концептуално в много отношения търсенията и стремежите на Ренесансовите творци съвпадат с целите, които се поставят в Сугестопедията. А какви са целите на Сугестопедията? В последния си труд от 2009 г. "Сугестопедия / Резервопедия" д-р Лозанов определя тези цели:

„1. Да докаже, че човешката личност притежава потенциални възможности, които далеч надхвърлят тези, признати от общоприетите социални норми.

2. Да се анализира степента, в която различни документиранни индивидуални постижения, демонстриращи използването на потенциални резерви, могат да се очакват от всички или от повечето членове на обществото;

3. Да се насърчи интересът към търсенето на методи, способни да освободят неизползваните потенциални резерви на мозъка.“

Сугестопедията като комуникативен метод се занимава с разкриването на резервния комплекс. Д-р Лозанов въвежда този термин. Резервният

комплекс е свързан с възможностите на паметта и интелектуалните способности, с творческия потенциал и с резервите на цялостната личност. Разкриването на скритите резерви на мозъка според д-р Лозанов обаче не е изолирано явление. Всеки потенциал е придружен от други подобни на него, така те образуват цял резервен комплекс. Ако не се събудят многостранните резерви на личността, не може да се говори за Сугестопедия. [4]. От тук става ясно, че този метод трябва да има цялостен подход, за да се постигнат високи резултати, на каквито залага, а именно многократно увеличен материал – два, три пъти или повече. При използването на този метод се наблюдава психохигиенен и психотерапевтичен ефект, който да може да доведе до подобрене или излекуване на заболявания. Разкриването на резервния комплекс е свързано и с повишена креативност, виталност, отказване от нездравословни навици, личността се еманципира и започва да прави осъзнати избори. Но за да е възможно това д-р Лозанов добавя: „Разкриването на потенциалните резерви на личността се осъществява само при висока сугестивна организация, оркестрация и хармонизация на съзнавано-парасъзнаваните функции. Макар и в неделима връзка със съзнанието, все пак основният „склад“ на потенциалните резерви е парасъзнанието.” [5]. Под парасъзнание се разбира несъзнаваната или по-малко съзнаваната психична дейност. Тук се включват периферните перцепции, емоционалните стимули, несъзнавано придобитите диспозиции като нагласа, мотивация, отношение, очакване, потребности. Периферните перцепции са всички онези слаби сигнали, които обкръжават основното ядро на преживяването в един комуникативен процес. Те са нормални надпрагови дразнителни, но не са във фокуса на вниманието, но веднъж постъпили в съзнанието,

те вече се обработват не като периферни, а като стандартни стимули, наред със съзнаваните. Тези стимули по характер са с краткотрайна дразнимост, колебливи, променящи се, вариативни и динамични. Те се регистрират от реципиента, но той не отчита тяхното значение в този момент. Според д-р Лозанов периферните перцепции играят важна роля в усвояването на материал и са свързани с дълготрайната памет. Информацията, която постъпва чрез периферните перцепции с времето подобрява възпроизводимостта си. В Сугестопедията периферните перцепции са използват като цялостна функционална система. Как тук класическото изкуство намира своето място? За да се организира хармонично една среда и за да може да се стимулират периферните перцепции учебната стая при едно сугестопедично обучение е хармонично организирана с табла и картини. Картини от класическото изкуство могат да заемат своето достойно място като начин да се стигне до престиж, хармония, красота и естетика. Една голяма част от произведенията съдържат в себе си послания от така наречените Големи разкази на западната цивилизация, т.е. те са универсални и вечно повтарящи се. Това са например разказите за сътворението на света, митовете от гръцката митология, живота на Христос и неговата майка и т.н. Съчетанието на цветовете, перспективата, които имат връзка и с изграждането на психологическите особености на лицата, характерите, цялата сложност на композицията, символите и кодовете, заложен в много от тях стават част от тази сложна оркестрация на периферните перцепции. Представяме си също преподавателя, който се е изправил пред своите ученици и прави концертен сеанс. Това е „блоковото“ подаване на новия материал. Концертният сеанс се състои от две част – активен и пасивен. Централното преживяване в активния сеанс е декларативното

четене на историята. Тя звучи заедно с класическа музика. Музиката не е централното преживяване, тя е съзнавана перцепция, но можем да си представим когато тя постъпи в съзнанието заедно с поднесената информация колко огромно значение придобива с нейното въздействие. На мен ми се е случвало няколко дни след четене на концертен сеанс в съзнанието ми да звучи музиката от активния концертния сеанс, работоспособността ми е по-висока, имам по-голяма мотивация, когато в чувам ехото на музиката от последния концертен сеанс, при това точно определени части. Периферните перцепции като недостатъчно осъзнати стимули се намират и в сугестопедичните учебници. Те не са просто илюстративен материал, а неразривно свързани с „тъканта“ на историята, следва да повдигат настроението по един поетичен и тържествен начин, така че те по своето значение са стимулиращи. Те също не са в централното преживяване – имаме история, имаме граматически и лексикални единици, които се загатват, но картината е там – тя се вижда, но не се осъзнава напълно нейното въздействие. Картините от класически тип представляват един наситен разказ, изобилстващ от символи наред с подавания материал. Ако свържем слабите сигнали с присъствието на картините, един сугестопед следва да се стреми да разбере какво са вложили като смисъл художниците като рожби на определена епоха или течение в изкуството.

Най-прекият отговор за мястото на класическото изкуство в Класическата сугестопедия е, че то присъства като условие, без което не може. В последния си труд от 2009 г. проф. Лозанов постулира седемте закона на Сугестопедията. Последният седми закон гласи: "Използване на Класическото изкуство и естетиката.

Класическото изкуство и естетиката се използват в Сугестопедията, като те изключително ефективно опосредстват неманипулативното комуникативно внушение благодарение на способността си да излъчва неограничен брой на неспецифични стимули, които подхранват изобилие от периферни възприятия, незабележими за сетивата, функциониращи чрез съзнанието.

Изкуствотона Сугестопедията създава условия за оптимална психорелаксация и хармонично състояние, които спомагат за създаване на спонтанно повишено състояние на внимание и повишават способността за разкриване на резервите на ума в условията на приятна среда. То спомага за достигане на състояние на вдъхновение и отклонява от "болното място", което може да е свързано със страх от ученето, предишни спомени от скучно преживяване и др. Класическото изкуство се въвежда чрез специално подбрана музика, чрез песни и арии, избрани литературни произведения, репродукции на шедеври от изобразителното изкуство и др.

Д-р Гатева поставя класическото изкуство като основата, на която стъпва глобализираното художествено изграждане на сугестопедичното изкуство. Тя посочва в своя труд от 1982 г. [6], че има произведения от класическото изкуство, които напълно отговарят на психофизичните основи на сугестопедията в смисъл на това, че всеки дразнител се асоциира, кодира, символизира и обобщава едновременно на съзнавано и паразсъзнавано ниво. Класическото изкуство може чрез формата и съдържанието в най-кратък и синтезиран вид да предаде най-много количество информация, твърди д-р Гатева. Когато отделните стимули се наситят с още релевантни на темата възприятия или се изпълнят с подходящ емотивен стимул,

концентрираното внимание изгубва съзнателния контрол и тогава парасъзнанието поема функциите на мозъка, свързани с анализ и стига до дълготрайната памет. Това „кльстиране“ на информацията идва от атмосферата, от заобикалящата среда, от състоянието на ума на реципиента (ученик, курсист) и всички стимули идващи от обкръжаващата среда се прикрепят към изначално подадения стимул. Това е единствения начин да се оставят дълготрайни паметови следи, смята д-р Лозанов (2009). Според него най-подходящото и ефективно „обрастване“ на информацията се случва, когато материалът асоциативно и емоционално се свърже с изкуството от класически тип, т.е. постъпващата информация е съпроводена от музика, вмъкнати са цитати от класически произведения, има картини от класически тип, които подсилват преживяването. Произведенията от класически тип, а всъщност всяко едно произведение може да обуслови преживяването. Но по какъв начин класическото изкуство обуславя преживяването или как тези допълнителни стимули да обраснат първоначалния стимул, така че той да не остане изолиран и съзнанието да измести контрола си от „болното място“, а именно машинално запаметяване, както сме свикнали да смятаме, че това е най-сериозния и ефективен начин? Веднъж, бидейки в моя офис, който се намира до един жилище вход, чувам две майки да говорят: „Е, хайде стига с тази Сугестопедия, трябва да започне да се учи сериозно.“ Трудно е да се довериш на обкръжаващата среда, на емоциите, на богатството на подаваните стимули от класическото изкуство, за да разбереш, че мозъкът никога не работи с изолирано подадени стимули, а че всяка постъпила информация се кодира, асоциира, обработва и обобщава. Ето например, всеки сугестопедичен учебник е препоръчително да започва с цитат, а както и всяка глава, в която се поставя глобална тема.

Цитатът, ще установим, често е взет от класическо произведение. Той въвежда в главната тема, стимулира емоционално, задава посоката концептуално, а в същото време и отклонява съзнанието от „болното място“, което може да е свързано със страх, скука, умора и т.н.. Много е важно какъв е въвеждащият цитат. В испанския сугестопедичен учебник „Un viaje“ въвеждащият цитат е взет от знаковото произведение на Мигел де Сервантес „Дон Кихот“, класическо произведение от времето на Ренесанса:

„Трябва да насочиш погледа си, Санчо, да насочиш погледа си навътре в това, което си и да се опиташ да опознаеш себе си, и това е най-трудното познание, което можеш да си представиш.“

Италианският сугестопедичен учебник започва с цитат от „Божествена комедия“ на Данте. Данте е Ренесансовият Одисей, който тръгва на път. Първо преминава през ада. Но той не е сам. Има си водач, който е изпратен специално за него. Това неслучайно е Вергилий, защото за Данте това е най-великият поет. Вергилий го предвожда през целия път. Той е до него, подкрепя го, наставлява го понякога и пътят от невъзможен във възможен, за да може Данте да разкрие своя потенциал. Ето какво казва Данте за Вергилий в първа глава на „Ад“:

„За мене ти си пример и учител,
ти моя стил възвишен си ми дал,
единствен ти си моят вдъхновител.“
Превод: Иван Иванов и Любен Любенов.

Започвайки с тези стихове изучаването на италиански език, духът се извисява. Имаме многопластово послание за учителя, за помощта,

за възможното и трудното, припомняне на една велика епоха, като Ренесансовата, чиято родина е Италия. Джоузеф Кембъл обяснява това така: „Този свръхестествен принцип на покровителство и наставничество обединява в себе си всички неопределености на несъзнаваното, като по този начин изразява подкрепата на нашата съзнателна личност от страна на другата, по-обширна система, но също така покрива и неразгадаемостта на водача, когото следваме, рискувайки всички наши разумни цели.” [7]

В сугестопедичния учебник-приказка по Бахова терапия „Захир и 38-те ключа”, чийто автор съм аз, избрах като въвеждащ цитат към първа глава част от „Фауст” на Гьоте.

”Аз чувствам извисени своите сили
и като младо вино пламвам пак
да дръзна сред света да понеса
и скръб, и земна радост, и съмнение,
и бури, и коварни небеса,
да нямам страх от корабокрушение!”
(Превод от немски: Кръстьо Станишев)

Този цитат е трябва да въведе участниците в темата за пътя, който е свързан с трудностите, предстои да се разгледат есенции, свързани със страховете, с отчаянието в неговите различни форми и нюанси, а както и есенции, свързани с вина, болката от травма или шок. Този цитат напомня за силата на високия дух, но и същевременно има задача да отклони от „болното място”, което за всеки участник може да се свърже с различни неща – асоциации с лични преживявания от страховете, паника или травми или факта, че още с първата глава ние вземаме половината от есенциите без това да се споменава на участниците.

Но преди да стигнем до четенето, което подпомага запаметяването на новия преподаден материал, и има естетически, ритуален, психотерапевтичен и катарзисен характер, събрано в наименованието концертен сеанс, ние можем да откряем един друг труд, който също ни говори за присъствието на розата в подготовката на преподавателя – сугестопед: монографията на доктор Гатева „Говорно - певческа постановка на гласа“ [4]

Мотивацията за такава задължителна подготовка на всеки преподавател се разкрива в следните нейни разсъждения:

Мисля, че Херман Хесе онагледява онова преживяване, при което съзнанието загубва контрола и парасъзнанието поема функциите, когато се появят силни асоциативни и емотивни стимули от произведение от класически тип. Ето как Херман Хесе преживява разказа за Голгота под въздействието на музиката на Бах:

„Учителят говореше за Голгота. Библейският разказ за страданията и умирането на Спасителя ми бе направил дълбоко впечатление от най-ранна възраст, някога, още малко момче, примерно на Разпети петък, след като баща ми прочетеше на глас историята за мъките, аз съкровено и развълнувано се вживях в този болезнено красив, блед, призрачен и все пак страшно жив свят, в Гетсиманската градина и на Голгота и когато слушах „Матеус пасион“ от Бах. тъмният, могъщ и странен блясък на този тайнствен свят ме обливаше с целия мистичен потрес. И днес още в тази музика и в „Актус трагикус“ намирам същината на цялата поезия и целия художествен изказ.” [8]

Постановихме, че изкуството от класически тип и естетиката са условие без, което не може. Д-р

Лозанов разчита на изкуството като вид внушение, но не внушение под диктат под формата на команда, а внушение като една от безкрайните форми на комуникация. Общуването с красивите, многопластови произведения от класически тип допринасят за едно естетическо преживяване, то е свързано и с вчувстване, което от своя страна е свързано със способността за емпатия, а от друга и с катарзисното преживяване, за което говори д-р Гатева. Но за да има преживяване, вчувстване, емоционално преживяване и условия за катарзисно преживяване, следва тези произведения да са многопластови, цялостни, сложно композиционирани, да носят високи идеали, свързани с любовта в нейните различни форми. Защо любовта? Любовта е първият закон в Класическата сугестопедия. Това не е сантименталната любов, а онова хуманно чувство, което човек изпитва към хората. Д-р Лозанов казва, че ако учителят не изпитва човешка любов към учениците си, по-добре да не се захваща с тази работа. Темата за любовта за първи път се разглежда по един нов начин през Ренесанса. Когато Данте описва своята първа среща с Беатриче в поемата „Нов живот“, той казва, че изведнъж изпитва неизмеримо желание да напише поема: „И започнах да мисля как да подхожда към това“. Той започва да мисли. Избира да се обърне не към всички жени, а само към тези, които притежават интелигентност да обичат и чрез тях той изразява своята възхвала към Беатриче. За пръв път понятията любов и интелигентност се свързват. Любовта за него не е просто интелектуално преживяване и извисяване. Любовта сама по себе си те кара да мислиш, кара те да искаш да знаеш. Нещо се случва в теб и това мобилизира съзнанието ти. Трябва да търсиш знаците на любовта и съзнанието се отваря за нови неща. Това е повратната точка, която води до възникването да

Сладостен нов стил (*Dolce stil nuovo*). Така знанието обслужва любовта. То не е хладен интелектуален стремеж, а любовта мобилизира съзнанието да продължава да мисли. Тук трябва да си припомним завета на д-р Лозанов: „Използвай мозъка си и следвай сърцето си.“

Законът за любовта може да се свърже и с философската основа на Ренесанса. Като философски понятия идеята за любовта и красотата, са въведени от Платон. Според него треперещото същество не е човешко. (А представете си как треперещото същество може да учи?) Според Платон човек има две фундаментални нужди – да подреди хаоса в ред и нуждата от красота. Платон казва, че Любовта е изначалната сила, която се надига от Хаоса, за да се създаде хармоничен свят. [6] Във „Федър“ разбираме, че Любовта е копнеж, който няма да спре, докато човекът не открие и не се свърже с Красотата. Затова Красотата е единственото нещо, което предизвиква любов. И двете концепции – Любовта като създател и откривател са важни през Ренесанса, но променени от будните ренесансови умове – такива като Плитон, Марсилио Фичино и др. Плитон, който е от гръцки произход, пристига във Флоренция и е под патронажа на Козимо Медичи. Той основава Академия, която нарича Платонова. Мястото е вилата в Кареджи, притежание на Козимо Медичи. Тук се водят философски спорове и дискусии, в които темата често е любовта. Тази неформална академия поставя основите на неоплатонизма, който след това оставя своя отпечатък и върху творчеството на Шекспир например и не само. [10] Марсилио Фичино по нареждане на Козимо Медичи превежда съчиненията на Платон и прави коментари към тях. В своето писание „Любовта“, Втора реч, Втора глава със заглавие: „По кой начин божествената красота поражда любовта“, пише

следното: „ Божественият лик е породил във всички неща любов, сиреч жажда към себе си. Понеже, ако Бог привлича света към себе си, а светът бива привлечен от него, то налице е едно непрекъснато течение, започващо от Бога, преминаващо през света и достигащо накрая пак Бога, което – като в някакъв кръг – от Бога към света от света към Бога се назовава с три имена: доколкото започва в Бога и привлича към него – красотата; доколкото преминава през света и го обзема - любов; а доколкото при връщането си към създателя съединява с него творението му – наслада. Следователно любовта произлиза от красотата и завършва в насладата .” Ако красотата е в началото, която свързва любовта и тя води към наслада, то може ли да кажем, че хармонично оркестрираната и добре организирана среда може създаде условия за радост и ненапрегнатост, един от принципите, залегнали в сугестопедичното преподаване, които д-р Лозанов още през 1975 г. формулира ? Не е ли това насладата, за която говори Марсилио Фичино? Ето как аз свързвам това съждение с трите принципа в сугестопедията, които д-р Лозанов още през 1975 г. Формулира. [11] Аз разбирам, че има връзка между красотата, любовта и насладата (радост и ненапрегнатост). И при тези условия се освобождава резервния комплекс.

Законът за любовта аз свързвам и с ренесансовото „essere humano”. Ето как Кенет Кларк изтъква неговата важност чрез една история от това време заедно с личното си преживяване: „Дворецът в Урбино има свой собствен стил. Дворът с неговите аркади (57) не създава онова впечатление за устрем и подвижност, което е характерно за манастирската аркада на Брунелески, а е спокоен, сякаш стои извън времето. Стаите (75) са леки и с много въздух, а пропорциите им са

така съвършени, че човек се чувства като освежен, когато се разхожда из тях: всъщност това е едничкият дворец в света, който мога да обиколя, без да се почувствам подтиснат и изтощен. Странно е, че не знаем кой го е проектирал. Основите са дело на един прочут строител на Лаурана, но той напуска Урбино, преди да започне строежът на жилищните помещения в двореца. Единственото нещо, което можем да кажем, е, че сякаш характерът на самия херцог е проникнал в цялата сграда – това узнаваме от една негова биография, написана от книгопродавеца му Веспасияно ди Бистичи, човекът, който снабдява библиотеката му с книги. Авторът многократно споменава за човечността на херцога. Когато го запитал какво е необходимо за управлението на едно царство, херцогът отговорил: „essere humano” - да бъдеш човечен. Който и да е създал стила на урбинския дворец, този именно е духът, от който той е проникнат.“ [12]

Освен в първия закон за любовта и седмия закон за мястото на класическото изкуство и естетиката, смятам че вторият закон в Сугестопедията, който гласи: Свобода също се свързва с класическото изкуство. Там където има любов, има и свобода, казва д-р Лозанов. Той смята, че свободата може да вдъхнови учителя да адаптира материала, да намери нови и различни решения, да избере сам игри, които да предложи, защото във сугестопедията няма догма. А обучаващите се имат също свободата да избират дали да участват в нещо или не, могат да предлагат и инициират игри. В една хипнотизирана среда обучаващият се няма право да избира, да действа по свободната си воля, да реагира спонтанно или да прави нещо различно от това, което водещият е наредил. [13] Ренесансът се случва именно с инициативата и действията на ярки индивидуалисти, на хора,

които правят лични избори и променят тогавашната парадигма, Ренесансовия човек открива нови пътища, именно чрез свободния избор, които прави. Ренесансът не представлява просто промяна в модата, а промяна в мисленето (Панофски) и това е свързано с нововъведения, които извеждат цивилизацията на качествено друго ниво. Засилващият се индивидуализъм, нарастващият научен подход към природата, експериментите в областта на физиката, развитието на анатомията с реални опити за провеждане на истинска дисекция, книгопечатането, което дава възможност на идеите да се разпространяват изключително бързо, а както и теория на изкуството, която вече не е съставена от правила и в този смисъл просто догматична, а се превръща в дисциплина, стъпваща на рационалното. Например с перспективата и композицията тя позволява от една страна математически подход, от друга дава свободата на твореца да определи изходната точка. Панофски изтъква значението на Ренесанса като го противопоставя на средновековното мислене: „Защо става така, че едни и същи неща се оказват плодородни и, от гледна точка на Църквата, опасни през Ренесанса, докато през Средните векове са били безплодни и безвредни? Защото, с позволението на толкова много изтъкнати колеги, обстоятелствата – а в историята това означава мисленето на хората – в края на краищата са се променили. Печатарската преса прави достъпно за всички онова, което преди това е достигало до малцина. Обществените проблеми са придобили по-скоро личностен и психологически характер, а не колективен, практически характер. (Изречение като това на Дюрер: „Тук във Венеция съм благородник, а у дома – паразит.“, няма да бъде написано от средновековен художник.) Накратко, отделният индивид действително е започнал все по-остро да

осъзнава своето по-независимо и – поради същата тази причина – по-проблематично положение спрямо Бог, обществото и самия себе си. (...)

През Средновековието даден художник може да е добър художник или лош художник, може да е грешник или – в изключителни случаи – светец. Ала не може да е учен, здраво стъпил на, както изисква това Леонардо, върху основите на математиката и експеримента. И в никакъв случай не може да бъде гений. Признавала му се е способността да произвежда, каквото на всяко човешко същество, дарено с разум и здраво тяло, но и силата да „твори“, защото сътворяването било прерогатив на Бога. Тази наистина революционна идея възниква едва през XV и XVI век, когато хората заговарят за „вдъхновение“ във връзка с поета и художника, когато наричат Микеланджело (подписал през целия си живот една единствена творба) *divino* [Божествения] и и когато Дюрер твърди, че добрият художник, сътворяващ „всеки ден в нови форми хора и създания, каквито никога преди нито е виждал, нито е си е представял някой друг“ е „равен на Бога“.

Любимият за хуманизма символ на твореца бил Прометей. А любимият за хуманизма символ на човека въобще бил съответно Херкулес. Всички си спомняме класическата история за Херкулес на кръстопътя, където е длъжен да избере между Добродетелта и Удоволствието (или Порока) и решава в полза на първото. Човек се пита защо тази подчертано нравствена история, макар и предадена от такива популярни и уважавани автори като Цицерон през Средните векове не е била илюстрирана или дори цитирана нитов веднъж. Отговорът е: тъкмо защото е подчертано нравствена история, което ще рече, защото поставя идеите за Доброто и Злото на една

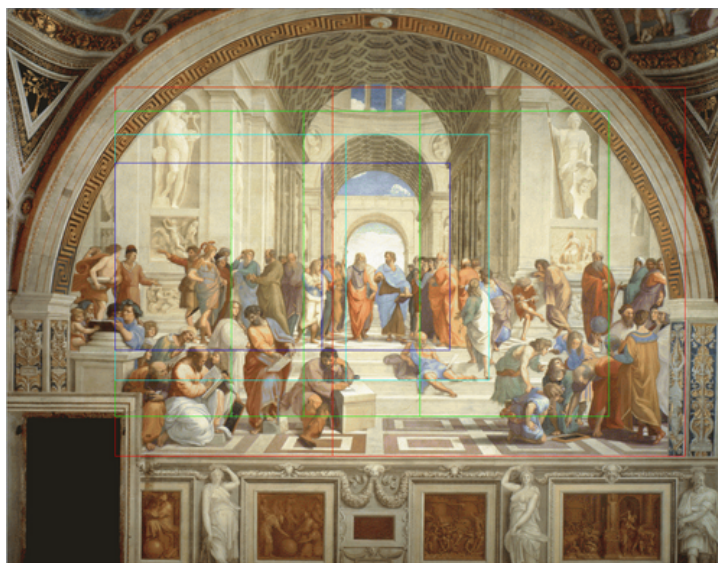
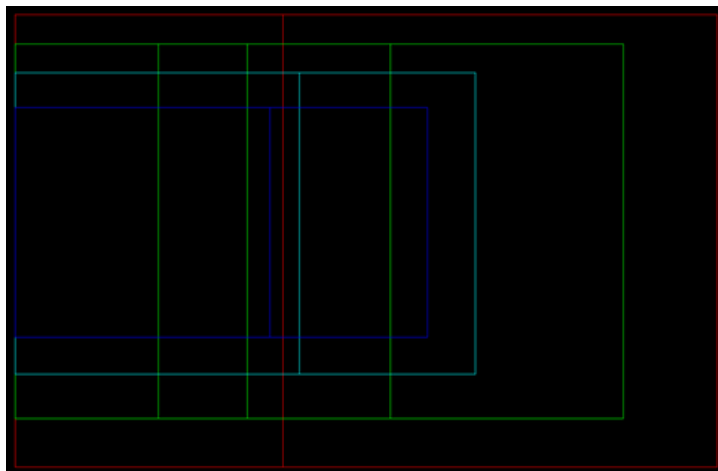
изцяло човешка плоскост. През Средните векове не е съществувала Добродетел, защото това би означавало определено съвършенство в ограничените предели на този земен свят. Съществували са единствено добродетели, произлизащи от единствената Добродетел, която е Христос. Следователно, не е имало човешко същество, свободно единствено да приеме или да отхвърли Божията милост – свободно не да поеме по един или друг път, а да се остави да е отнесено било от ангел, било от дявол.” [14] След този дълъг цитиран пасаж не идват ли думите на един учен, физиолог на мозъка, психиатър, който след толкова години като ехо от времето на Ренесанса да каже: „ Очевидно е, че умът не може да придобие огромно количество информация без любов, нито да мисли творчески без свобода. Това е капанът на природата.” [15] Едно от условията за качествен скок в развитието на човечеството може да се осъществи от силни и ярки индивидуалисти. Ренесансът е дело на отделни личности и в известен смисъл е свързан с индивидуализма, казва Пол Джонсън. [16] Те обикновено преборват предразсъдъците, т.е. обществено-сугестивните норми. Данте Алигиери пише на тоскански диалект заради миряните, които се оказва, че са по-образовани от монасите и свещениците. Но тъй като те не знаят латински, Данте пише на тоскански диалект. Това е голям пробив. Той доказва, че в тосканския диалект е поетичен, богати изразителен. Рафаело, Микеланджело, Леонардо да Винчи изразяват своите нови идеи чрез произведенията си. Те дръзват да поставят нови гледни точки. Изобретенията на Леонардо са изказ на неговото свободно мислене и разчуване на рамките. На една от най-известните фрески от времето на Ренесанса, а именно тази на тавана на Сикстинската капела, Микеланджело не дава наименование. От писмата до близките си

разбираме, че той е бил изключително погълнат от работата си, водел си е записки, които след това ги е унижил. Защо? Посланията, които заключава в символите остават загадка за нас и до днес. Това, което е искал да каже и изрази е било опасно за неговия живот. Така свободната воля на художника остава проявена, а той чрез множество символи и кодове изразява своето несъгласие с папата, нещо, което е можело да му струва животът. Фреските са израз на това, че изкуството е дейност, в която човек изявява своята двойствена природа - от една страна земното и практичното, а от друга - възвишеното и прекрасното. Според д-р Гатева посредством изкуството човек изявява свързва видимото и невидимото, а в хармонизирането им човек се приближава до своя идеал - свободата на познанието.[17]

Този стремеж към хармония обяснява и изключително внимание и интерес към Златното сечение, който творците от епохата на Ренесанса проявяват. Леонардо да Винчи наблюдава внимателно природата, нейните явления и форми. През 1509 г. Лука Пачиоли публикува книгата *De Divina Proportione* ("Божествената пропорция") с илюстрации от Леонардо да Винчи. Днес свързваме златното сечение с така наречения "Витрувиански човек", нарисуван от Леонардо да Винчи, който открива, че Златното сечение присъства като съотношение между различните части на нашето тяло. Всъщност още в дълбока древност човекът е открил, че всички явления в природата са свързани едно с друго, че всичко е в непрекъснато движение, изменение и ако това се изрази с число, ще се открият удивителни закономерности. Числа на Фибоначи от 1202, образуващи последователността 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13, 21, 34, 55, 89, 144 и т.н., при която всеки член се получава като сбор от предишните два, се проявяват на много

места. Златото сечение може да се открие при най-малките форми в природата – от подредбата на слънчогледовата пита, раковините до такива форми като тези на тайфуните и галактиките. То отразява древните закони: „Каквото горе, такова и долу”. Но ако гледаме на Златното сечение само като едноматематическо изчисление, като на чиста хармония, никога няма да стигнем до по-дълбокото значение. Д-р Лозанов постановява именно Златното сечение като шести закон в Сугестопедията. “Хармонията дава живот на хармонията и с нейна помощ се преодолява психичния хаос, който често бива предизвикан при традиционната педагогика.” смята д-р Лозанов. [18] А това в процеса на учене означава лекота, липса на умора, по-малко загуба на енергия, доближаване до таланта. В сугестопедичния процес Златното сечение се прилага при интонацията на гласа на учителя, при разработка на таблата и учебниците, при съотношението на времето на активния и пасивния сеанс, при разпределяне на динамиката на преподаване и дозиране на емоционалните стимули и дидактическият материал. Това предпазва от монотонност и съответно от опасност от хипноза. Само чрез прилагането му може да се подаде многократно увеличен материал. При изследванията са били установени, че Златното сечение присъства в динамиката на класическите произведения, които се слушат по време на концертните сеанси. [19] Освен в класическата музика Златното сечение присъства в изобразителното изкуство от класически тип. Така чрез една хармонична среда можем да стимулираме периферните перцепции, за да се работи на нивото на резервите. Не може да се каже кой сред Ренесансовите художници първи започва да използва целенасочено Златното сечение. Рафаело прави през 1482 г. използването на Златното сечение не само ясно и убедително, но

неговото произведение „Атинската школа” като фреска във Ватиканския дворец достига именно до брилянтно изпълнение благодарение и на прилагането на Златното сечение. На показания черен фон може да се разгледат правоъгълници в различни цветове, между които съотношението е по Златното сечение. [20] Може би това е първата картина, в която композицията се подчинява на Златното сечение с изключително приближаване до $0,618$. Ако е съвсем точна датировката, то Леонардо да Винчи го изпреварва с няколко години с неговото „Благовещение”.



„Атинска школа”, Рафаело Санцио



„Благовещение”, Леонардо да Винчи

Едно изследване под заглавие

„Композиционният принцип на организация като перспективен детерминант на естетическо съждение” на американските психолози Калвин Нодин, Пол Лошер и Елизабет Крупински от 1982 г., опоменато от Петер Цанев [21] се занимава с връзката между движението на очите и наличието на Златното сечение в творбите.

Изследователите направили следния експеримент. Предложили две разновидности на едни и същи творби. В първи случай това били оригинални творби, в които било заложено Златното сечение при композицията на творбата. След това показали изменени версии на оригиналните творби. 75 процента от участниците в експеримента предпочели оригиналните творби, където композицията била организирана според Златното сечение.

Тези изследвания са свързани с движенията на очите и как изследваните са реагирани подплагово във връзка с композиционирането на картината, която има пряко въздействие на движението на очите и от това зависи предпочитанието на хората. Това според мен не дава предимство само на класическото изкуство, защото композиционно творбите на Дали, Шагал, Джакомети Гартузо, Пикасо и др. също отговарят на Златното сечение. Златното сечение не изчерпва темата, но то е също важен фактор за това, че творби на класическото изкуство са предпочитани в сугестопедичния

процес. Петер Цанев заключава, че универсалните принципи на организация на елементите, както и формалните качества, които предизвикват естетическо удоволствие, се свързват все повече с когнитивните способности, отколкото с удоволствието, предизвикано от самото възприятие. В класическото изкуство търсенето на хармония е свързано с природата като обект на наблюдение и нейната мистика. Ренесансовият човек е търсил хармонията не заради съвършенството като самоцел, а с идеята да открият мястото на човека в тази система и каква е неговата роля. Кенет Кларк казва, че именно благодарение на божествената пропорция ние имаме шанс да примирим двете части на нашето същество, физическата и духовната. [22]

В още един от законите в Сугестопедията аз откривам присъствие на класическото изкуство, а именно в четвъртия закон: Цяло – част, част цяло. В принципите на сугестопедията е, че няма изолирани стимули, които да постъпват в съзнанието. Ние вървим срещу нашата природа като се опитваме с мъка и механично да запомним отделни неща, за които нямаме представа каква е връзката им с по-голямото. Така се подават отделни граматически правила, които трябва да запомним, а след това да приложим в речта и писането. Д-р Лозанов като изследовател и физиолог на мозъка казва, че изследвания, свързани с функциите на мозъка показват, че в отделни части на мозъка се съдържа и информация за целия мозък. [23] Затова и в процеса на учене усвояването на отделен елемент трябва да се прави връзка с глобалната тема, защото тя дава допълнителен нюанс на отделния елемент. Тук можем да приведем древния закон: „Всичко е във всичко.” А когато отделната информация се насити о „обрасне” с допълнителни асоциативни стимули

и/или емоционални стимули, то съзнанието пуска контрола и го дава на парасъзнанието, Стимулите се обогатяват и насищат, а информацията влиза в дълготрайната памет. В много от картините от класическото изкуство можем да намерим примери, в които детайлът в картината например представлява за себе си една малка цялост. Ето един пример с картината на Ботичели „Пролет“:

"Пролет", детайл, Ботичели, около 1477-1482 г



"Пролет", Ботичели, около 1477-1482 г

Сугестопедията се занимава и изследва внушението с цел да постави човека в условия на десугестивно освобождаване, за да може да се работи на нивото на резервите. В този смисъл сугестологията се занимава с проблемите на внушението. А средствата на внушението са; 1. Авторитет, 2. Инфантилизация, 3. Двуплановост,

4. Интонация, 5. Ритъм 6. Концентративна психорелаксация. [23] Всички те са свързани с художественото изграждане на сугестопедичния процес. А изкуството само по себе си е силно сугестивно.

Едно от първите условия за внушение е престижът. Д-р Лозанов казва, че няма Сугестопедия без престиж. Учителят трябва да показва висок личностен и професионален престиж. С въвеждането на класическото изкуство като част от сугестопедичния процес също се залага на авторитета като част от внушението, освободено от диктат. Класическото изкуство е оценено, доказано във времето и признато. То служи за основа на всяко ново, съдържателно и устойчиво явление в модерния свят. Д-р Гатева пише: „Класическото изкуство въздейства многопланово чрез спецификата на архитектурата си. То дава огромна информация в най-съкратени срокове, без да създава напрежение, а обратно – създава състояния на концентративна психорелаксация, на съзерцателност и философска вглъбеност, на хармонизация на психофизиологичните процеси. То преодолява антисугестивните бариери чрез въздействията, които упражнява върху неспецифичната психическа реактивност, като щади личността, давайки и огромна информация, кодирана така, че по най-деликатен за здравето на човека начина да ни се предадат знанията на вековете.” [24] Тук може да се направи паралел между издигането на престижа на хуманистите и техния пробив в италианските държави. Престижът на Петрарка и Бокачо като изтъкнати граждани, литератори, изследователи на античното наследство издига името на хуманистите. Ролята например на Колучо Салутати също е изключителна. Ето какво разказва Чарлз Тринкаус в студията си „Ренесансовият хуманизъм за Салутати: „Обучен

за нотариус в Болоня, със своя забележителен принос като хуманист, Салутати създава прецедент за големите италиански държави, които започват да назначават хуманисти на постовете канцлери, секретари и писари. Давайки си сметка за огромния престиж, който обгражда Флоренция благодарение на държавните книжа и официалната кореспонденция, водена от перото на Салутати – особено във връзка с конфликтите с папството и с тирана на Милано Висконти, флорентинските управници осъзнават колко ценно е да продължават да наемат хуманисти за канцлери и след смъртта на Салутати. През XIV век Милано, Неапол, Венеция, Папската курия и много от малките владетелски дворове последвали техния пример.” [25] Тези исторически факти също подкрепят тезата, че престижът създава престиж.

Друго средство на внушение е ритъмът. Той е в основата на изкуството. Ритъмът е и в основата на живота. Той е общото и обединяващото. Ритъмът е същевременно хармония. Ритъм има разбира се в музиката. Един ритмизиран текст се възприема в пъти по-бързо и се запомня по-дълго. Чрез музиката се отварят вратите към парасъзнателното възприемане. А парасъзнателното възприемане се възприема като важен фактор за интензивност на цялостния учебен процес, смята д-р Гатева. Това води до повишена креативност и до разкриване на резервите на личността и създава условия за хипермнезия. [26] Но ритъм има не само в музиката. Ритмичността в много произведения на Ренесансовото изкуство кара наблюдателя да съпреживее сцената, да "чуе" звуците да усети динамиката именно чрез ритъма. Дългата и внимателна подготовка на Ренесансовите художници с множество ескизи, които са правила, за да нарисуват една картина, идеята за ритъма не е била чужда. Ето например, в

картината на Рафаело "Екстазът на св. Чичилия". Там има ритъм видим, уловим за очите, като например тръбите на инструмента, който св. Чичилия като покровител на музиката. Музикални специалисти твърдят, че тръбите са разместени, но тази неточност се прави от Рафаело, за да постигне хармония и ритъм между тръбите и диплите на полата на светицата. Има и друга ритмика, неуловима за зрителя на пръв поглед, а именно погледите на участниците също създават ритъм, но невидим.



„Св. Чичилия“, Рафаело Санцио

За сугестопедичния процес от изключително значение е концентративната психорелаксация. Ето как я дефинира д-р Гатева: „Характеризира се с логико-емоционална концентрация при

липса на психофизическо напрежение, на стресово състояние и се осъществява на фона на хармонизация на различните пластове на съзнанието и парасъзнанието." От експериментите на д-р Лозанов става ясно следното: "Състоянието на концертна псевдопасивност при сугестивна ситуация се създава както от механизмите на авторитета на инфантилизацията, така и от интонацията, ритъма и др., но то може да се подпомогне и като се създаде подходящ музикален фон, както е при много от нашите сугестопедични сеанси." Аз разбирам, че за концентративната психорелаксация има място и значение изкуството и класическото изкуство в частност. И въткъаването на класическото изобразително изкуство действа в единство и е взаимно обусловено наред с другите условия за създаване на концентративна психорелаксация, чрез която се реализира неспецифичната психическа реактивност. Ще дам един пример от моята практика, как една картина на Ботичели, която беше наредена сред таблата, дойде на фокус като мярка за красота. При поредната среща и навлизане в нашите измислени роли в обучението по Бахова терапия, една то дамите бе избрала да си сложи венче на главата. И докато тя говореше, друга участничка отбеляза, че вижда прилика между дамата и изобразената жена от картината на Ботичели. Всички се обърнахме и видяхме прилика, не само заради венеца, но в този момент имаше физическа прилика. Беше не просто прилика, но примера за красота от класическото изкуство се превърна в мяра за красота и се случи и като синхроничност в този момент, а синхроничностите според Юнг са знак за засилено внимание и задвижена психична енергия.

Едно от тези условия визуална възбуда, което е и подпрагово е свързана и с перспективата. Това е

въпрос, поставен и развит именно от Ренесансовите художници. Изследване на перспективата, промяната на ракурса, придаването на обем започва именно в Италия. С перспективата се занимава Мазачо и Брунелески. Тук ще свържа теорията на Рудолф Арнхайм, представена чрез Петер Цанев в „Психология на изкуството“ с неспецифичната психична реактивност. „Рудолф Арнхайм определя възприятието като преживяване на визуални сили, което означава, че възприятието не е механичен процес на записване на елементите на визуалното поле, а осъзнаване на динамичните свойства, които се съдържат в образа (1954)“ Според Арнхайм стимулният материал се възприема по два начина: при единия има стремеж да се структурира оптичните проекции, получени върху ретината на очите и да се задържат тези конфигурации, свързани с тези проекции, а другият е образите да се обработят на база на културните възприятия и индивидуалното преживяване. Той дава пример с разположение на черна точка в рамките на един квадрат. Черната точка в зависимост от нейното положение променя и нашето възприятие за нея. Визуалното напрежение създава и психологическо напрежение. Тоест всяко визуално възприятие създава посредством формата, цвета и композицията и психологическо напрежение. Тези така наречените от него "визуални сили" създават и визуална динамика. Според него тези противоположни човешки стремежи отрязват две тенденции – едната на към ред, баланс и спокойствие, а другата е към комплектност, вариативности и дисбаланс. В сугестопедичния процес говорим именно за обединяване на стремежа към структуриране със стремежа към емоционално възприятие. Арнхайм смята, че визуалните сили и психологичните стремежи са с идентична структура. Всичко дотук е общо и то важи за нашите възприятия по отношение на

всичко около нас. Но моят въпрос тук е как да свържем идеята за внушение без диктат и визуалните преживявания, които предлагаме на нашите обучаеми. Един от отговорите може да бъде предложен в следващото откритие. Арнхайм нарича динамиката на възприятието „визуална експресия“. Той дава пример с картината на Джорджо де Кирико „Мистерия и меланхолия на улицата“ от 1914 г. визуалната експресия чрез силата на формата, композицията и цвета, може да създаде внушение у човека. Според него усещането за самота, меланхолия, с която картината е известна не идва само от съдържането, а се съдържа в перспективата на двете колони, които са отрицание една на друга. Дясната завършва в центъра на картината а другата, по-светлата е само мираж. Ако се погледне по-внимателно, тя не изразява реалистична перспектива. Перспективата е изкривена. С това не бива да зачеркваме идеите на модернизма, но в този случай те биха били в противоречие с един от принципите в Сугестопедията, свързани с радост и ненапрегнатост. Това не е отричане, а по-скоро потвърждение на думите а проф. Гатева да се стремим да използваме изображения от класическото изкуство.



Джорджо де Кирико „Мистерия и меланхолия на улицата“

В едно друго изследване на Арнхайм се говори за силата на центъра. Там дава пример с картината на Ботичели „Мадоната с нара“. Можем лесно да определим, че централно място заема Малкият Христос. Цялата композиция е организирана около Христос – ангелите, които са подредили около Мадоната. Това привлича „визуалните сили“, което въздейства на възприятията ни и това е един добър пример за принципа на „централност“. Но в същото време в тази картина се наблюдава още един център, който привлича вниманието ни и това е лицето на Мадоната. Ако погледнем от гледна точка на този център, също можем да кажем, че ангелите и на свой ред малкият Исус също са композиционирани, за да обслужат този център. Така се образуват два центъра в картината. На първата „центрична система“ се противопоставя друга система, която Арнахайм нарича „ексцентрична“. Благодарение на този втори център се създава динамично взаимодействие с първия и това се отразява на възприятието чрез визуалните сили, които задействат този процес. В резултат на това има напрежение. И по-нататък стигаме до психологическата интерпретация на това явление. Според Арнхайм първият център съответства на нашето дете, което възприема себе си като център на света. Централността създава огромен импулс, който ни съпътства през целия живот, но появата на втори център, който според Арнхайм отговаря на света. Но това напрежение създава една динамика, в която има творчески заряд и тя не просто допълва, а е втъкана в сугестопедичния процес. Тук няма тревожност, нито неподвижност и спокойствие. Според мен това напрежение, за което Арнхайм говори може да се свърже с псевдопасивната концентрация. Ето защо е важно какъв е подборът на картини – какви визуални сили ще бъдат събудени, докато участниците слушат концертните сеанси, как ще вземат решения и какви отговори ще дават, докато играят игрите,

докато търсят подсказки на таблата. Арнахйм смята, че има три основни достойнства на динамичното възприятие във връзка с изкуството. Първото достойнство е свързано с това, че художественото произведение отвежда зрителя отвъд самия образ, защото автоматично източниците на визуалните сили са изключително силни и те са определящи за възприятието на произведенията на изкуството. На второ място образът на една картина се генерализира под въздействието на тази визуални сили и отвежда съзнанието към важни аспекти на човешкото съществуване. Третото достойнство на тази визуална динамика е , че тя е израз на живота на зрителя, тя е и лична интерпретация. „По време на възприятието художествената композиция предава динамика към нервната система на зрителя, която създава в тялото напрежения, които са свързани с динамичните сили на творбата на изкуството. Арнахйм, приема, че тази физическа връзка с изкуството е израз на самия живот (Arnheim 1989). Според психологическата теория на Арнахйм способността да възприемаме визуалната експресия е важна за



Ботичели „Мадоната с нара“

човешкото съществуване. Верен на основаните принципи на гещалтпсихологията, Арнахйм смята, че както заобикалящият ни свят, така и творбите на изкуството трябва да бъдат възприемани не като отделни части или отделни форми, а като структури от взаимодействащи си сили.” Аз смятам, че именно тази теория е в подкрепа на идеята на д-р Гатева за „необходимостта от глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния процес, както и за бъдещи разработки на принципите на сугестопедичното изкуство.” Глобализираното художествено изграждане аз разбирам не като компилация и чисто естетическа подредба на пространството или чисто естетически подбор на материалите, на картините за сугестопедичните учебници, а все по-задълбочено познаване на принципите на класическото изкуство и неговата необходимост в изпълняване на задачата за глобализирано художествено изграждане. Тази теория допълва и подкрепя целите на глобализираното художествено изграждане във връзка с преодоляване на линейността в комуникацията, която според мен е една от главните пречки за концентрацията и липсата на фокус и огромен проблем в масовото образование в училищата. Това е въпрос, на който не се обръща достатъчно внимание. От личните ми наблюдения учителите се стараят да направят съдържанието интересно и достъпно чрез визуализации, но в тези промени и подобрения има спорадичност, личен усет, което само по себе си е важно, но недостатъчно. Няма цялостност при подбора липсва философска основа, затова ефектът се губи и не се задържа интересът на учениците. Остава процесът да се държи на един от другите фактори, авторитетът, но той, оказва се, ако е единственото средство на внушение, е недостатъчен. Ако само авторитетът държи процеса, тогава това е остаряла слабодинамична структура, в която има

повече страх отколкото свобода. В такъв случай може да се постигнат резултати, но знанията и уменията, натрупани по този начин няма индивидуалност, не се развиват добродетели като смелост, решителност, усещане за вътрешна свобода и лична отговорност. Най-често се задейства страхът, чийто възможности са ограничени.

Има ли връзка между препоръката да се използват примери и произведения от класическото изкуство с несъзнаваната психическа активност? В монографията си „Сугестология“ проф. Лозанов разглежда отделно въпроса за несъзнаваната психична активност в будно състояние, която взема огромно участие в нашите избори, в нашите реакции в будно състояние. Тя е свързана с теорията за отражението и може да се свърже с много видове несъзнавани психични процеси. В този списък са несъзнаваното отражение на подп्राговите по сила дразнител като дава пример си изменение на атмосферното налягане, смътни емоции на тревога, а както и с несъзнаваното отражение на подп्राговите по продължителност дразнител – тук се посочват като примери зрителни дразнител със скорост от 1/25 секунда, както и несъзнаваното отражение на признаците на предметите. „По пътя на рецепторите, но повече или по-малко извън обсега на съзнанието в централната нервна система постъпва огромна допълнителна информация.“ Д-р Лозанов твърди, че това може да се докаже чрез експерименти с хипноза, в която хората споделят за неща, които в нормално будно състояние не са осъзнавали. „Тези подп्राгови възприятия съставят и голяма част от общия сугестивен фон.“ Петер Цанев отново в студията си разказва за Франсоа Молнар, който в проучването си „Относно ролята на визуалното изследване в естетиката“

установява, че има разлика във фиксирането на погледа и движението на очите при разглеждане на картини от Бароковата епоха и такива от времето на Ренесанса. Той е установил в своите изследвания, че при разглеждане на ренесансовите творби има по-бавно движение на очите и по-продължително фиксиране на погледа отколкото при бароковите творби. По този начин Молнар установява, че има зависимост между формалните характеристики на творбите и скоростта на движение на очите. Аз бих добавила, че това не са само формални характеристики са свързани с друга концепция, което дава отражение на несъзнаваната психична дейност като скоростта на движение на очите. Според Молнар съсредоточаването и фиксирането на погледа зависи от сложността на картината. Той съпоставят творби от бароковото, ренесансовото и модерното изкуство. „Цялостните образи на ренесансовите творби, както и изчистените фигури на модерните абстрактни художници, предизвикват по-продължителна фиксация на очите, отколкото усложнените форми на бароковото изкуство.“ Обяснението следва, че колкото по-сложно и детайлно са изобразени творбите, толкова съзнанието „бяга“ от задълбоченост. В цялостните картини на Ренесанса, които не са лишени от детайлност, но всяко нещо е неделима част от цялото и има значение, приканва зрителя към изследване на дълбочината. А това е покана за изследване на смисъла и възможност символът да задейства и други пластове на съзнанието.

Петер Цанев разглежда и въпроса с естетическите предпочитания. А знаем вече, че в седмия закон освен класическото изкуство е заложена и естетиката. Отново в "Психология на изкуството" Петер Цанев споменава за различните изследвания на американския психолог Джордж Стратън, който се опитва да

намери връзка между движенията на очите и естетиката на визуалните форми. неговите наблюдения не дават конкретни доказателства, че естетическото удоволствие е съпроводено с от спокойно движение на очите, но той е убеден, че икономичността на вниманието е основният източник на естетическото удоволствие. Айзенк смята, че има генетична основа на естетическа чувствителност, която се оспорва от американския психолог Ървин Чайлд. От неговите изследвания става ясно, че хората, които нямат интерес към изкуството, не са способни да го оценяват. Той смята, че естетическото чувство е свързано с натрупан опит. Той прави и крос-културни изследвания на хора от различни места по света, но с интерес и познания в областта на изкуството и установява значително съвпадение в отговорите им. Той вярва, че хората с естетическа чувствителност са много по-независими и по-малко склонни на социален конформизъм. Петер Цанев уточнява също така, че техните изследвания са силно повлияни от използваните методологии. Това поставя под съмнение дефинирането на понятието естетическа чувствителност. Все пак бихме допуснали, че хората с естетическа чувствителност се стремят към свободно изразяване, което е още една предпоставка да използваме естетиката в обучението за разкриване на резервния комплекс.

Сугестопедията като хуманна педагогика се свързва с идеята за хуманизма. А идеята за хуманизма се заражда именно по време на Ренесанса. Тя за първи път е употребена през 19-ти век, за да се обозначи образование, което насърчава въвеждането на хуманитарните науки. В средновековните университети не се обръщало особено внимание на тях, защото тежестта е била върху теологията. Петрарка ги поставя на първо място изучаването на седемте

хуманитарни науки, които са граматика, реторика, поезия, нравствена философия и история. Според Джонстън в нито един период преди Реформацията хуманистите не са имали доминиращ глас в университетите. Хуманистите са смятали образованието за неефективно и твърде разтеглено във времето. В тогавашните порядки не се е позволявало да се установи топло и лично отношение между учител и ученик. "Понятието "приятелство в образованието" е основа на любовта на хуманистите към книжнината". Сугестопедията като комуникативен метод на скритите в нас резерви залага на междуличностните взаимоотношения и на връзката между учител и ученик. Пол Джонсън твърди, че хуманистите са по-скоро опортюнисти на тогавашното университетско образование и в този смисъл не-академици, защото в университетите няма място за индивидуализъм и новаторство. Това е реакция срещу схоластиката на средновековния академизъм. Хуманизмът е бил и светоглед, и професия. Хуманистите са участвали в управлението на Флоренция. Те са били ярко изявени личности. Самият Петрарка е бил обучаван от своя учител по реторика Конвеневоле да Прато по необичаен метод. Той извеждал своите ученици на дълги походи в горите, за да им преподава нов урок. По-късно Петрарка ще напише: „Този така мъдър учител някак знаеше, че за едни усвояването на знания е възможно най-лесно в движение, а не при седене на едно място часове наред.“ [26] Следва да разбираме, че идеята за обучението не се е възприемала като механичен процес, а била е свързана с движение на тялото и с промяна на обстановката при вземане на нов материал – виждане, застъпено и в Сугестопедията. А на самата реторика се гледало като на изкуство на убеждаването, но не самоцелно, а се изразявало „в придобиването на качеството да убеждаваш другите да живеят добре.“ Самият Петрарка

отбелязва, че е по-добре да желаш доброто, отколкото да познаваш истината. Последното аз разбирам като вид комуникативен метод, свързан с внушението без диктат.

Още една особеност на Ренесанса е "тоталната художественост". За Бургхарт художествено означава преднамерено замислено, изкуствено в най-широк смисъл. "Съзнателното обмисляне на всички средства, за каквото нито един владетел извън Италия по онова време няма и представя, свързано с почти абсолютно съвършенство в притежаване на властта вътре в границите на страната, създава напълно различни хора и форми на живот." "Ала не само държавата представлява добре обмислено и организирано художествено произведение, но и дворът, и то във всяко отношение." (Бургхарт) А не е ли това условието, което д-р Лозанов постановява че за да има богато представени периферни перцепции трябва да е налична добре оркестрирана и хармонично организирана учебна (в случая на образованието) среда? Ренесансът е явление, което е задвижено както от обществено-икономически фактори, така и от отделни силно изявени личности, които се отличават не са могъщ талант. Те развиват през целия си живот концепция за модерния човек и всъщност чрез живота си дават и идеи как ще живее модерният човек. Поръчките, които Ренесансовите художници поемат не са просто работа, а чрез тяхното изпълнение те поставят идеалите от Античността на пиедестал, но им придават и нов смисъл. Те са първи път поставят човека като богатство, човека като условие за живота на Земята. Никога преди това човекът и неговата личност не е била изследвана и разбираана по такъв начин.

Художественото изграждане на сугестопедичния процес, в което несъмнено класическото

изкуство заема основно място е условие за разкриване на резервния комплекс с насищане на периферните перцепции. От друга страна това художествено изграждане определя и зараждането на едно ново изкуство – сугестопедичното изкуство, което има за цел да обедини логико-аналитичното мислене с аморфните и дифузни прояви на художественото мислене. Класическото изкуство създава условие за хармоничност и цялостност чрез заложеното в него Златно сечение, връзката на цялото с отделните части. То създава условия за напрегнатост и радост, а с това се създават условия за концентративна психорелаксация, при която парасъзнанието поема функциите на съзнанието и така подадената информация попада в дълготрайната памет. Но като идея, философия и историческо развитие можем да кажем, че Ренесансовото класическо изкуство има връзка с принципите и законите на сугестопедията. Може би всяка хуманно-насочена идея има връзка с друга такава, а обединяващото е свободата и любовта както видяхме. Аз лично открих, че това е огромно поле за изследване, което е всеобхватно и вълнуващо. Отклоняването от болното място е неизбежно, защото насладата от общуването с красивите класически произведения е огромна.

Бих искала да завърша с откъс от едно интервю с Пикасо, а след това да завърша с думите на д-р Гатева.

Откъс от интервю с Пикасо

„- Защо танцувате?

- Няма „защо“, танцувам.

- Вие сте художник, който танцува, така ли?

- Да... или танцьор, който рисува, както предпочитате.

- Откога танцувате?

- Винаги...

- Какво мислите, когато танцувате?

- Съжалявам, но не мисля.
 - Какво чувствате?
 - Любов.
 - Любов?
 - Да, да.
 - Но защо?
 - Няма "защо" в любовта.
 - Чувствате ли нещо друго?
 - Живот.
 - Какво имате предвид?
 - Някои, само някои, правят на тази земя онова,
 за което са създадени.
 Те живеят.
 Другите оцеляват.
 Който танцува, живее.
 -Танцуването важно нещо ли е?
 -Важно ли е дишането?
 Отговорих ли на основния ви въпрос?
 - Но има "цена" за този избор.
 - За танцуването? Да, има.
 - Висока ли е тази цена?
 - Няма значение.
 - Платихте ли тази цена?
 - Все още плащам.
 - Трябва да танцуваш за някого... Също така,
 искам да кажа, не само за някого, или по някаква
 причина. Танцувате, защото сте родени да
 танцувате, точно както рисувате, защото
 картините вече съществуват вътре във вас, вие
 само ги освобождавате; така е и с танците, тя се
 движи вътре във вас; ако не я освободите, може
 да стори какво ли не! Мравката си върши
 работата без да поставя това под съмнение,
 птиците летят без да се съмняват в смисъла,
 рибите плуват. При хората... някои убиват, други
 предпочитат да правят онова, за което са
 създадени: любов. Танцувам, рисувам, обичам.
 - Винаги ли танцувате?
 - Само когато обичам.
 - Кога обичате?
 - Когато танцувам.“

„Ако можехме да пеем,
 докато говорим
 Ако можехме да танцуваме,
 докато се движим,
 Ако можехме да рисуваме,
 докато пишем.
 Ако можехме да преодолеем
 времето,
 пространството и скоростта,
 докато мислим...
 За да усетим Любовта на Създателя”

Из записките на д-р Евелина Гатева

[1] www.britannica.com

[2] стр. 55 от "Suggestopedia/Reservopedia. Theory and practice of the liberating-stimulating pedagogy on the level of the hidden reserves of the human mind"

[3] „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес”

[4] „Suggestopedia / Reservopedia”

[5] („Сугестопедия - десугестивно обучение.

Комуникативен метод на скрититев нас резерви”

[6] „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес”

[7] Джоузеф Кембъл, „Героятс хиляди лица”, София, издателство „Елементи”, 2020

[8] Херман Хесе из „Демиян“

[9] Платон „Пирът”

[10] Джон Вивиан прави търси

неоплатоническата красота в произведенията на Шекспир. Вижте библиографията.

[11] „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес”

[12] Кенет Кларк „Цивилизацията. Едно лично гледище ”

[13] "Suggestopedia/Reservopedia. Theory and practice of the liberating-stimulating pedagogy on the level of the hidden reserves of the human mind"

[14] студията на Пановфски „Ренесанс и Ренесанси” от антологията „Хуманизмът

изкуството на Ренесанса”

[15] "Suggestopedia/Reservopedia. Theory and practice of the liberating-stimulating pedagogy on the level of the hidden reserves of the human mind"

[16] „Ренесансът”

[17] „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес”

[18] "Suggestopedia/Reservopedia. Theory and practice of the liberating-stimulating pedagogy on the level of the hidden reserves of the human mind"

[19] "Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес”

[20] Източник:

<https://www.goldennumber.net/raphael-golden-ratio-in-renaissance-art/>

[21] „Психология на изкуството”

[22] Кенет Кларк „Цивилизацията. Едно лично гледище ”

[23] "Suggestopedia/Reservopedia. Theory and practice of the liberating-stimulating pedagogy on the level of the hidden reserves of the human mind"

[24] "Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес”

[25] "Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес”

[26] "Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес”

[25] „Хуманизмът и изкуството на Ренесанса”, антология

[26] Цитатът е взет от курса "Италиански и Северен ренесанс" на доц. д-р Лиза Боева

Библиография:

"Suggestopedia/Reservopedia. Theory and practice of the liberating-stimulating pedagogy on the level of the hidden reserves of the human mind", Georgi Lozanov, 2009, St Kl. Ohridski University Press
„International scientific conference of Suggestopedia", Sliven, Bulgaria, 2011, The „Professor Doctor Georgi Lozanov and Professor Doctor Evelina Gateva" Foundation
„Shakespeare and platonic beauty”. John Vyvyan,

Barnes and Noble, Inc. - New York, 1961

„La grande storia dell’arte” 4. Il Quattrocento, testi di Christina Bucci, Gruppo Editoriale L’Espresso
К.Г. Юнг, „За феномена на духа, изкуството в изкуството и науката”, „Лега артист”, 2020
Пол Джонсън „Ренесансът”, издателство „Прозорец”

Редакционна колегия „Основни функции на изкуството”, „Издателство на Българската академия на науките”, 1989

Г. Лозанов „Сугестопедия - десугестивно обучение. Комуникативен метод на скритите в нас резерви”, 2005, Университетско издателство „Св. Климент Охридски”

Г. Лозанов, Е. Гатева, „Сугестопедично практическо ръководство за преподаватели по чужди езици”, Научно изследователски институт по сугестология, София, 1981 г.

Е. Гатева, „Глобализирано художествено изграждане на сугестопедичния учебен процес”, Научно изследователски институт по сугестология, София, 1982 г.

Петер Цанев, „Психология на изкуството”, Национална художествена академия, София, 2008

Платон, „Избрани диалози”, „Народна култура”, София, 1982 г.

„Хуманизмът и изкуството на Ренесанса”, Антология, Чарлс Тринкаус, Ервин Панофски, Паул Оскар Кристелер, Джон Спенсъс, Теодор Момзен и Ерл Розентал, „Агата”, София, 2016, Съставител: Тодор Т.Петев

„Философи на Ренесанса” в превод на Цочо Бояджиев, издателство „Захари Стоянов”, София, 2023 г.

Якоб Бурхарт "Култура и изкуство на Ренесанса в Италия, издателство "Наука и изкуство", София, 1987 г.

Кенет Кларк „Цивилизацията. Едно лично гледище "Издателство „Български художник”, София, 1989

Лиза Боева „Италиански и Северен Ренесанс”,

едногодишен онлайн курс, закупен от
Образователна платформа за деца и възрастни
"Филизи 33"

Г. Лозанов, "Сугестология", „Наука и изкуство“,
София, 1971 г.

П. М. Бицили „Европейската култура и
Ренесансът“, Анобис, 1994

"Всеобщая история искусств", том трети,
Редакционна колегия, Государственное
издательство "Изкуство", Москва, 1962

Павлина Николова

30.04.2023 г.

Варна

Мили читатели,

Надяваме се, че четвъртият брой от втората година на съществуване на списание „Класическа Сугестопедия“, посветен на паметта на професор доктор Георги Лозанов, е оставил във вас повече надежда че света, в който живеем, може да бъде едновременно задълбочен, красив и човечен.

Бих искала да благодаря на всички автори, както и на Ина Василева - Тасева за щедростта ѝ, за деликатността, за таланта ѝ и готовността ѝ да служи на кауза, в която вярва. Без нея този брой не би бил възможен.

Благодарим ви за споделените мигове заедно!

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