

FANNY SAFERIS: UNE REVOLUTION DANS L'ART D'APPRENDRE.

Robert Laffont, Paris, 1978. (230 pp.)

JAIME CORDERO

Universidad de Chile - Santiago

El libro de Fanny Saféris se divide en tres partes. En la primera, la autora nos presenta los resultados de un curso sugestopédico; en seguida, retomando las teorías del Dr. Lozanov, en una segunda parte, explica lo que debe entenderse por Sugestología y, finalmente, en la tercera parte, muestra la aplicación de la Sugestología en lo que se ha denominado Sugestopedia.

Temiendo producir, tal vez, efectos negativos al mostrar un gran entusiasmo por los resultados obtenidos, Fanny Saféris señala la imposibilidad de percibir, en su real magnitud, las virtudes del método sin ser actor del mismo.

I. *Un curso sugestopédico.* El Instituto de Sugestología en Sofía, cubierto por una capa de misterio, va entregando poco a poco este revolucionario arte de aprender, a través de las experiencias de Lozanov.

El psicoterapeuta búlgaro, Dr. Georgui Lozanov y su equipo, tratando de medir los efectos de algunas situaciones psicológicas en la memoria, se vieron en la necesidad de elaborar un sistema experimental de aprendizaje de lenguas¹. En

¹ En el momento de poner en práctica el método basado en la Sugestología, los métodos audio-visuales estaban en auge en Europa. Se postulaba que aprender las cuatro habilidades exigía por lo menos mil horas. Posteriormente, los "éxitos" de estos métodos empezaron a desanimar a sus cultores debido a que "el 80% del éxito del acto pedagógico provenía de la relación humana entre profesor/alumnos (Alvarez-Aupècle: *Français Instrumental et Français Fonctionnel.* AUPELF. 1977)". Surgen alternativas como la enseñanza instrumental de los idiomas, bajo diferentes nombres, los que apuntan a las necesidades de los alumnos.

esos cursos, los estudiantes aprenden, en 25 días, a lo largo de cinco semanas con cuatro horas diarias de cuarenta y cinco minutos, equivalentes a cien horas pedagógicas, entre 1.800 a 2.000 unidades léxicas y las estructuras básicas de la lengua extranjera. Aprenden también a leer y un poco a escribir. El escepticismo que podemos mostrar frente a estas cifras, cede paso ante los postulados de Lozanov, presentados por la autora.

Anticipándose a los pasos que llevan a definir la Sugestología como el estudio de los efectos del medio en el hombre, y la Sugestopedia como el método experimental de enseñanza que incorpora los datos de la Sugestología, Lozanov nos indica que utilizamos habitualmente un porcentaje muy pequeño de nuestras posibilidades psíquicas, debido a que hemos sido sometidos a un condicionamiento desde el nacimiento, establecido por la norma social que nos limita en nuestro desarrollo. Por ejemplo, dice Lozanov, aprendemos las nociones por pequeñas cantidades, con el hábito implantado de adquirir el saber a través de esfuerzos penosos y aburridos.

Toda esta idea convencional acerca del aprendizaje nos sugiere, desde la infancia, la convicción de que nuestra capacidad de esfuerzo es limitada y que aprender es fastidioso. La Sugestopedia precisa que el papel del profesor es determinante en los resultados, no sólo por la formación sino también por la personalidad.

Saféris describe enseguida un curso sugestopédico, insistiendo siempre en la imposibilidad de relatar una vivencia de esta índole. Entre los aspectos que cabe se-

ñalar, por lo novedosos, están los conciertos que acompañan la lectura de un diálogo. La importancia del concierto o de la música es explicada más adelante.

Los diálogos no están compuestos por 10 ó 14 réplicas, como ocurre en algunos métodos nacionales y extranjeros, sino que se extienden a través de 8 páginas en las que se encuentran, a la izquierda, el diálogo en L₂ y su traducción a la derecha, en L₁. Existe, para el desarrollo de todo el curso, un manual que contiene 10 diálogos de igual longitud, seguidos de una corta lección de gramática fundada en el análisis contrastivo de la L₂ en relación a L₁. La explotación es clásica, obteniendo, cabe señalarlo, frases con mucha efectividad. Las canciones, juegos, historias, no son descartados. La lengua materna, que suele producir interferencias, no es dejada de lado. Como conclusión, los alumnos, al cabo de 5 semanas, hablan de una manera aceptable y con un acento comparable, según la autora, al de los estudiantes franceses que han tenido uno o dos años de trabajo en laboratorios de lenguas².

II. *La Sugestología*. Lozanov dice: "hemos sido enseñados y educados por el medio y para el medio en el que vivimos. Este condicionamiento por el medio se efectúa a través de la enorme cantidad de información que recibe el sistema nervioso y que afecta el estado mental y el proceso fisiológico de cada uno. Pero la conciencia no percibe el conjunto de influencias e interacciones entre el hombre y el medio. Estas influencias sutiles —el tono de la voz, la manera como la persona se presenta, etc.—, no habían sido estudiados científicamente porque se estimaba que ellos no tenían valor significativo en el comportamiento". Abriendo un paréntesis, recordemos que la psicolingüística se había planteado la necesidad de anotar e interpretar los actos de lengua en relación con el estado psíquico de la persona (emisor/receptor), es decir, de lo individual. Tatiana Slama-Cazacu, de quien tomamos esta cita, dice: "La afectividad, la "motivación" en el sentido psi-

cológico moderno (los intereses, las necesidades, las tendencias), el tipo temperamental y, en general, los rasgos específicos, el pensamiento, al igual que los estados o disposiciones momentáneas (fatiga, tristeza, etc.), juegan un papel en la selección de los medios de expresión y son, por eso, aspectos que la psicolingüística no puede ignorar; por el contrario, ella es la única disciplina que puede estudiarlos de manera adecuada. La relación con el pensamiento constituye uno de los aspectos más importantes de esta perspectiva y tiene por consecuencia, en primer lugar, situar en el plano principal los problemas de significación y tratarlos de manera apropiada". La misma autora sostiene, como ejemplo, que el estudio de la entonación y, en general, el estudio de las particularidades melódicas, no debería efectuarse *in vitro* o fuera de situaciones afectógenas reales, así como sucede habitualmente en fonética. (T. Slama-Cazacu. "Quelques remarques sur l'objet et la méthodologie de la psycho-linguistique, et sur les possibilités d'application". 1967, en T. Slama-Cazacu: *La Psycholinguistique*. Lectures. p. 154-158).

La ciencia sugestológica, gracias a las investigaciones que efectúa, comienza a poder definir qué estímulos son negativos a la percepción inconsciente de la persona, por ser limitativos, y cuáles son positivos para su desarrollo.

La sugestibilidad humana es definida por Lozanov como una cualidad universal de la persona, por la cual se ejercen las interrelaciones inconscientes entre el hombre y su medio. Esta sugestión es muy conocida en el caso de los placebos utilizados en medicina, como también en la actitud receptiva de una persona frente a otra que da la impresión de superioridad.

En algunas situaciones especiales, la sugestión es mayor. En estos casos se observa una inhibición del sistema nervioso central, que es el que dirige nuestra actividad consciente lógica y crítica.

El hombre, salvo casos patológicos, pone barreras de protección a esta sugestión, barreras lógicas, afectivas y éticas. No debemos tratar de sobrepasarlas, sino actuar en armonía con ellas. En psicoterapia y en sugestopedia, el individuo sabe muy bien que es objeto de sugestiónes determinadas y se presta a ellas; de ahí que

² La comparación es sólo a nivel de L₂ (Inglés en este caso) puesto que la L₁ de uno y otro grupo es diferente (búlgaro y francés).

la asimilación ocasional de grandes cantidades de conocimientos, no produce efectos negativos. "Mientras más se les da para memorizar, más aprenden"; la barrera lógica es traspasada en esos momentos, pues el estudiante piensa que se trata de una técnica de memorización totalmente diferente de aquellas que él conoce, renunciando, por lo tanto, a utilizar como punto de referencia sus criterios habituales; la confianza se instala en uno; las barreras lógicas y afectivas son franqueadas; se produce la hipermnésia.

Este proceso de sugestión puede considerarse como un proceso dialéctico de desugestión/sugestión, que se realiza con el concurso de las barreras antisugestivas. Al llegar a este punto, es forzoso referirse a la actividad mental consciente e inconsciente. La sugestión se dirige al inconsciente. Por mucho tiempo se pensó que la conciencia controlaba el conjunto de los hechos psíquicos. A comienzos del siglo XX se desarrolló la medicina psicológica e inició el estudio científico de la actividad mental inconsciente revelando su importancia. En la hipnosis fue donde primero empezaron a ser percibidos los fenómenos sugestivos.

En la primera parte, la autora nos había anticipado la utilización de la música en el desarrollo de una clase. La música es una percepción periférica auditiva, así llamada porque está alejada del centro de preocupaciones conscientes del momento, pudiendo ser, más tarde, una percepción consciente. Las percepciones periféricas pueden ser visuales, olfativas, etc. El aprendizaje por percepción es eficaz en la memoria de largo alcance³. Las percepciones periféricas son aquéllas que nosotros no percibimos conscientemente porque estamos ocupados en otra cosa que capta enteramente, en un momento dado, el campo de la conciencia. La importancia del inconsciente ya había sido demostrada por Freud en sus trabajos de hipnosis. Henri Ey señala: "Todas estas manifestaciones del inconsciente en la vida cotidiana, los lapsus, los juegos de palabras, los actos fallidos, estas mil maneras de decir una palabra por otra, de

hacer algo diferente de lo que se quiere hacer, de olvidar o de equivocarse, etc., se ordenan relativamente con una motivación afectiva que escapa a la ley de constitución de la experiencia" (Henri Ey. *La Conscience*. SUP. 1968, p. 369). Cabe señalar que nuestra reactividad mental inconsciente no funciona automáticamente en cada sollicitación, sino según la disposición mental inconsciente. Desde un punto de vista sugestológico, se puede comprender la disposición mental inconsciente como el grado de espera, el grado de preparación interior e inconsciente para un cierto tipo de actividad. Paul Ricoeur valida la dialéctica del consciente y del inconsciente por la reversibilidad de dos hermenéuticas. Ricoeur, citado por Henri Ey (op. cit.), dice: "la conciencia es el confidente de este inconsciente y es una relación de oposición que aparece entre ellos y que subsiste en definitiva, no como una distinción de cosas sino como objeto de dos hermenéuticas que van en sentido inverso una de la otra: una que lee el inconsciente retrogradando hacia su origen, y la otra que lee el consciente progresando hacia su fin. Cada una de las dos lecturas es posible (el ejemplo es dado por la doble lectura de *Edipo Rey*). Ellas nos remiten, no a una separación del ver en dos partes, o a su mezcla eléctrica, sino a una misma unidad (P. Ricoeur "Méditations sur l'inconscient"). Se trata de crear la disposición que solicitará las reservas psíquicas no explotadas en la mayoría de nosotros: memoria no cultivada, inteligencia creadora anihilada, sed material de aprender desanimada.

Las reservas humanas son muchas y los límites de posibilidades, desconocidos. Sabido es que existen potencialidades desconocidas que se manifiestan bajo estado de hipnosis o de relajamiento, probándose de este modo su existencia, pero el medio práctico de explotarlas era desconocido. Esta disposición mental puede ser orientada hacia las reservas mnésicas, pudiendo ser explotadas otras capacidades que existen en un estado latente: la formación de hábitos lingüísticos, la disposición al razonamiento matemático, etc.

Partiendo del estudio de los datos teóricos, la Sugestología define el concepto de sugestión como un factor de comunicación constante entre el medio y la activi-

³ Esta memoria puede persistir durante días, meses o años. Recordemos que existe una memoria de corto alcance o duración y una memoria inmediata.

dad mental inconsciente de cada uno de nosotros. Si la Sugestología estudia el psiquismo inconsciente, para poder desprender las características del fenómeno sugestivo con precisión, eso no significa, de modo alguno, que la actividad consciente racionalizante y crítica sea dejada de lado. Todo lo contrario, puesto que toda comunicación interpersonal es siempre global y, simultáneamente, consciente e inconsciente. Lo consciente y lo inconsciente forman un todo indisociable. Henri Ey (op cit.) sostiene que una psicología del inconsciente que redujese toda la actividad psíquica al inconsciente es tan poco valiosa como una psicología de la conciencia que redujese todo el ser psíquico al ser consciente.

La sugestión concertada consiste en un proceso de de-sugestión de las normas limitativas concernientes a las posibilidades humanas adquiridas desde la infancia y en una sugestión positiva que permita la explotación de las reservas personales.

La sugestión, para realizarse, debe sobrepasar las barreras antisugestivas poniéndose en armonía con ellas y, por un proceso de de-sugestión/sugestión, establecer la disposición mental inconsciente que permita solicitar las capacidades de reserva de la persona.

Las principales características de la sugestión son la penetración directa, la automaticidad, la rapidez y la flexibilidad de realización, la precisión y la economía de acción.

Para aumentar la fuerza sugestiva del discurso y las funciones mnésicas, se ha comprobado, a través de numerosas experiencias psicológicas, que el principio de autoridad es importantísimo.

Para La Sugestología, la comunicación se ejerce a dos niveles: el primer nivel es el contenido formal del mensaje propiamente tal; el segundo nivel está constituido por la enorme cantidad de estímulos no específicos que provienen del emisor y que tienen una significación muy grande para el receptor. Esta es una de las razones por las cuales la Sugestopedia, como toda acción sugestiva concertada, no puede encontrar un desarrollo satisfactorio fuera de un marco desinteresado, el único capaz de garantizar una armonización auténtica de estos dos niveles de la comunicación y que concierne al profe-

sor, al medio material, así como a la organización general del proceso de aprendizaje. Entre los elementos del segundo nivel de comunicación, cabe citar la entonación, el ritmo, la pseudo-pasividad creadora, elemento que en el Instituto de Sugestología se ha buscado y conseguido a través de las sesiones de concierto.

Para Lozanov, las diversas formas del arte son, como medios sugestivos, una fuente irremplazable.

III. *La Sugestopedia*. Lozanov define la Sugestopedia como un sistema que intenta organizar los factores sugestivos inconscientes en el proceso comunicativo de aprendizaje, para crear una alta motivación y conseguir la disposición mental que permite solicitar las reservas. Todo esto en la perspectiva de una aproximación global del alumno.

Los principios sugestopédicos básicos son tres:

- El principio de placer y ausencia de tensión.
- El principio de unidad de lo consciente y de lo inconsciente.
- El principio de interacción sugestiva.

En relación al primer principio, la psicología moderna reconoce que los acontecimientos juzgados agradables por el sujeto tienden a ser mejor retenidos por él que aquellos acontecimientos que juzga desagradables.

En relación al segundo principio, la enseñanza sugestopédica debe tomar en consideración la totalidad de la persona y dar una significación a la total participación de todas sus funciones, lógica y racional, afectiva y artística. En la enseñanza tradicional, el proceso de aprendizaje se dirige sólo a las estructuras del córtex, siendo el alumno considerado como una máquina cibernética sin emoción. La creencia en la supremacía absoluta de las facultades conscientes racionales hace que el proceso de aprendizaje se dirija a ellas, sin considerar que son condicionadas por la vida afectiva.

El tercer principio nos señala la necesidad de establecer en el curso sugestopédico una relación, entre profesor y alumno, de confianza y respeto mutuos, lo que exige del profesor conocimientos

teóricos en psicología, como también la posibilidad y el talento de instaurar y mantener un contacto humano positivo. No debemos confundir esta situación con las experiencias descritas por J. M. McLeod (citado por T. Slama-Cazacu; op. cit.), en las que se señala que las relaciones interpersonales calurosas pueden impedir al grupo realizar una buena actuación de la tarea colectiva ("The contribution of psychology to human communication theory").

Estos tres principios deben, obligatoriamente, aplicarse juntos. Los medios para realizar los principios sugestopédicos, e introducir las condiciones sugestivas, son de naturaleza psicológica, didáctica y artística.

Medios psicológicos: Utilizan el mayor número posible de estímulos afectivos y de percepciones periféricas. Estos estímulos afectivos, según J. C. Filloux (*La Mémoire. Que sais-je?* PUF), son explicables por la ley del todo. Dos imágenes psíquicamente contiguas forman un todo. Si una imagen nos recuerda otra, es porque tiende a restaurarse una totalidad orgánica.

Medios didácticos: Consisten en presentar un gran volumen de material; este volumen poco común, ofrecido globalmente, permite dar una significación inmediata a lo que se ha aprendido y sobrepasa los pretendidos límites de la memoria humana.

El sugesto-pedagogo dirige la atención de los estudiantes hacia la frase entera y evita hacer repetir, por cuanto esto sugiere, a nivel inconsciente, que la memoria es mala.

Medios artísticos (como los conciertos): Son los elementos principales para

la presentación de los diálogos. La música preclásica aporta calma y serenidad.

El método sugestopédico, para concluir, se puede aplicar en todos los niveles de desarrollo y en todas las disciplinas. El Método no ha producido efectos secundarios nocivos; por el contrario, cierto número de quejas de carácter neurótico han desaparecido. La Sugestopedia tiene ya ramificaciones en diferentes países (Estados Unidos, Canadá, República Democrática Alemana, Unión Soviética, Austria, etc.). El Dr. E. Heftner, psiquiatra y consejero psicológico austriaco, señala que esta forma de enseñanza apunta a los recursos combinados y equilibrados de los dos hemisferios cerebrales. Según los conocimientos neuro-fisiológicos actuales, es el hemisferio izquierdo del cerebro el responsable, entre otras cosas, del lenguaje, del habla, de la escritura y del pensamiento abstracto. La enseñanza tradicional se dirige casi exclusivamente a esta parte del cerebro.

El hemisferio derecho es el sitio de la imaginación mental, de la intuición, entre otras funciones, y la cultura oriental privilegia su desarrollo.

Es al cabo de algunos días solamente, y después de haber vivido la atmósfera de la clase sugestopédica hecha con alegría serena, empatía calurosa, concentración distensa muy particular, que el observador sospecha la aparición, durante el curso, de fenómenos psicológicos importantes e inhabituales.

La enseñanza sugestopédica ofrece la posibilidad de comenzar a hablar una lengua extranjera en cinco semanas y aprender a leer en un mes. Los principios sugestopédicos pueden adaptarse a todas las materias de enseñanza.

Esta obra, sin otra pretensión que la de divulgar los principios sugestopédicos, es un aporte enriquecedor para el artesano de la enseñanza de una lengua.

BIBLIOGRAFIA

ECCLES, J.C. 1978. *El cerebro-aprendizaje, memoria, conciencia*. Montevideo, Uruguay. Hexágono Roche. N° 5.

EY, HENRI. 1968. *La conscience*. París. S.U.P.
FILLOUX, JEAN-C. 1967. *La mémoire*. París. P.U.F. Que sais-je?

MC KEACHIE, W. Y DOYLE, CHARLOTTE. 1970. *Psychology*. Versión en Español: 1973. Fondo Educativo Interamericano, S.A.

SLAMA-CAZACU, T. 1972. *La Psycholinguistique*. Lectures. París. Ed. Klincksieck.