

ІНТЕНСИВНІ МЕТОДИ НАВЧАННЯ: СУГЕСТОПЕДАГОГІКА – ЗА І ПРОТИ

Дослідження присвячено вирішенню завдання розробки способів оптимізації процесу навчання за допомогою інтенсивних, активних методів, що є міждисциплінарними, одним з яких вважається сугестопедагогіка. У роботі пропонується звернути увагу на деякі історичні етапи становлення сугестопедагогіки та її розвитку, а також з'ясувати доцільність та ефективність її використання у сучасному освітньому просторі.

Ключові слова: активні методи навчання, інтенсивні методи навчання, новітні технології, сугестія, сугестопедагогіка.

Постановка проблеми, її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями.

Сьогодення настільки насичене інформативно, що вимагає від небайдужих педагогів звертати увагу на новітні інтенсивні, активні методи навчання, які перебувають у межах міждисциплінарних досліджень і сприятимуть швидкому засвоєнню великої кількості необхідної інформації, активізуючи творчий потенціал дітей, учнів, студентів. На зміну цивілізації, яка прагне "мати", приходить цивілізація, яка прагне "бути", заснована не на матеріальних індивідуалістичних цінностях накопичення, а на духовних цінностях, що опираються на обмін інформації загальнодоступними неієрархізованими мережами: настає час переходу від раціонального – до відносин взаємозв'язку, від змагання – до співпраці, від накопичення благ – до обміну інформацією, від матерії – до духу, від аналізу – до синтезу.

У зв'язку зі сказаним перед вітчизняними методистами постає серйозне дослідницьке завдання – розробити або дібрати таку методику навчання, яка дозволила б у короткі терміни швидко та ефективно дати необхідні результати. Відтак тема дослідження є актуальною для педагогіки, оскільки існує необхідність оперативного вирішення завдання розробки способів оптимізації процесу навчання; слід задовольнити потребу в методичних матеріалах і відповідних публікаціях на допомогу викладачеві вишів у вирішенні цієї проблеми. Тим паче, що кінцевою метою навчання є уміння не тільки отримувати інформацію з різних джерел, але й вільно оперувати набутими знаннями.

Мета дослідження – з'ясувати доцільність використання відомої в науці з 1960-х років сугестопедагогіки для інтенсифікації навчання.

Аналіз останніх досліджень. Інтенсивне навчання представлене низкою сучасних методів: циклічний – міжциклічний метод (Л.Ш. Гегечкорі), емоційно-смісловий метод (І.Ю. Шехтер), сугестокібернетичний метод (В.В. Петрусинський). Основні положення інтенсивних методів пов'язані з концепціями психологічної школи (концепція особистості О.М. Леонт'єва, теорія колективу А.В. Петровського, теорія мовленнєвої діяльності О.О. Леонт'єва, І.О. Зимової), а також із вченням про використання несвідомого в навчанні (Г.К. Лозанов). Серед названих педагогів, психологів немає однозначної думки щодо позитивних чи негативних висновків від використання цього методу навчання, що потребує відтак детальнішого розгляду.

У зв'язку з цим слід розрізнити поняття "інтенсивні методи" та "інтенсифікація процесу навчання". Інтенсифікація навчання передбачає підвищення ефективності навчального процесу за одне і ту ж або меншу кількість часу. Сама ефективність залежить від точності навчання. Точність навчання передбачає адекватне володіння всіма видами, наприклад, мовленнєвої діяльності у відповідності з ситуаціями спілкування; відсутність помилок на рівні мови і мовлення. Інтенсивні методи орієнтовані на досягнення максимальних результатів, але без урахування точності навчання.

Сучасна психологічна й педагогічна теорія визначають процес навчання як взаємну активність викладача та студента. Окремим центром зацікавлення є проблема сучасної педагогічної психології, зокрема проблема діалогу в навчанні або проблема педагогічного спілкування (О.О. Бодалев, В.Я. Ляудіс, Л.А. Петровська та ін.). Зростає інтерес у педагогіці до групових і колективних форм і методів навчання з включенням елементів проблемності, дослідницького пошуку, відмови від жорстких способів управління навчально-виховним процесом на користь розвиваючих, активізуючих, інтенсивних, ігрових (А.О. Вербицький, О.О. Леонт'єв, О.М. Матюшкін та ін.).

Таким чином, у 60-80-х рр. спостережено увагу наук до особистості, до її індивідуальних якостей. Тобто вона стає центральною фігурою процесу вивчення і навчання. Цей інтерес обумовлений тим, що для

психології, у тісній співпраці з якою методика розвивається протягом багатьох років, проблема особистості й колективу в останні роки вийшла на перший план.

Виклад основного матеріалу. Загальновідомо, що ми живемо нині в умовах бурхливого розвитку науково-технічного прогресу, появи нових технологій, надлишку інформації та різного роду переважань, гострого дефіциту часу, тому людині доводиться правильно розпорядитися своїми психічними резервами, їй необхідно навчитися володіти засобами і методами психорегуляції, тому зовсім не випадковим видається той факт, що знову став на часі напрямок у навчанні, з яким виступив ще у 50-х рр. лікар-психотерапевт, доктор медичних наук Г.К. Лозанов, основоположник сугестології як "науки про звільнення прихованих можливостей людини і сугестопедії як нового підходу в педагогіці" [4, с. 14].

У другій половині ХХ століття отримали розвиток інші напрями – це релаксопедія та сугестопедія. В основу релаксопедії була покладена прогресивна м'язова релаксація та аутогенне тренування. В основу сугестопедії покладено впливи засобами неспецифічної психічної реактивності: інтонацією голосу, жестом, мімікою, виразом очей, поставою, джерелом слова – тобто всім, що пов'язане з моментом вимови слова. Г.К. Лозановим, болгарським дослідником, вдалося створити методику прискореного вивчення різноманітних навчальних дисциплін і дійти висновку, що сугестопедія не лише новий метод навчання, а значно глибше явище – нова дидактично-психологічна система, здатна на перенесення на будь-яку навчальну дисципліну. Г.К. Лозанову вдалося довести, що для ефекту гіпермнезії (надзапам'ятовування) необов'язковим є гіпнотичний стан або стан м'язового розслаблення.

Новий напрямок у навчанні виник у нас у 70-і рр. і названий інтенсивним, бере початок, як зазначалося, від сугестопедагогічної системи Г.К. Лозанова. У лікарській психотерапевтичній практиці вчений спостерігав "резервні можливості" людини, закладені, як він вважав, у "неусвідомлюваній психічній сфері". Сугестопедія, на думку Г.К. Лозанова, не вигадала нову "абетку", а створила нову комбінацію з переважно старих елементів. Але з цього виник новий тип навчального процесу, зі своєю теорією і новими завданнями, з результатами, зі своїми психофізіологічними закономірностями і новими перспективами. М.Ю. Олешков переконаний, що "основні положення сугестопедичної теорії дозволяють зробити висновок про її безсумнівну загальнопедагогічну спрямованість, яка проявляється в комплексному розвитку особистості, в активізації його потенційних психічних можливостей, в одночасному розвитку інтелектуальних, емоційних та мотиваційних її сторін" [5, с. 16].

Слід наголосити, що принципи, проголошені Г.К. Лозановим, все-таки багато в чому були не пов'язані ні з теоретичною психологією, ні з дидактикою. Ці завдання вирішили створені на базі сугестопедичної системи інші освітні технології: "емоційно-смысловий метод" І.Ю. Шехтера, метод Л.Ш. Гегечкорі, "метод активізації резервних можливостей особистості і колективу" Г.О. Китайгородської, "сугестокібернетичний метод" В.В. Петрусинського, система гнучких автоматизованих навчальних систем (ГАНС) А.М. Зимичева та ін.

Історія розвитку сугестивної технології сягає своїм корінням глибокої давнини. Саме тому слід зупинитися на деяких історичних моментах її становлення та розвитку. В Індії з давніх часів існує особлива релігійна каста йогів, де людина може шляхом самозаглиблення, самоспоглядання та самокатування оволодіти "надприродними" силами, об'єднатися із "уседушею брами".

Люди піддаються навіюванню різною мірою. Прийнято говорити про такі характеристики особистості, як гіпнабельність, тобто здатність особи піддаватися гіпнотичному впливу. Гіпнабельність тією чи іншою мірою є у всіх. Саме в силу природної гіпнабельності людина сприймає нові знання: ця якість закладена від природи у будь-якій людині як засіб отримання нових умінь і навичок. Взагалі кажучи, людина стала людиною тільки завдяки вмінню переживати чужий досвід і сприймати його як власний. Найгіпнабельніші ті люди, які найбільш мотивовані сприймати велику кількість інформації. Насправді, чим більший інтелектуальний потенціал, тим гіпнабельність вища.

У чому ж відмінність гіпнозу від сугестії, чи навіювання? Гіпноз – вплив на людину в особливому стані, а сугестія – це вплив на людину в будь-якому стані. Гіпноз злився з сугестією взагалі, хоча, по суті, є тільки одним з багатьох її проявів. Сугестія є обов'язковим компонентом звичайного людського спілкування, але може виступати і як спеціально організований вигляд комунікації, що формується за допомогою основного – вербального (словесна продукція) і допоміжних – невербальних (міміка, жести, дії співрозмовника, постановка тощо) засобів. Різноманітність сучасних систем сугестії пов'язана, насамперед, з пошуком оптимальних методів впливу. Види сугестії розглянуто більш детально у роботі А.М. Щукіна. Зокрема автор виокремлює: за формою здійснення – гетеросугестія та аутосугестія. У першому випадку сугестивний вплив здійснюється збоку. У другому випадку проводиться сугестивний самовплив. За методами реалізації сугестія підрозділяється на пряму і непряму, а також на навмисну і ненавмисну. Зміст непрямої (мимовільної) сугестії включено в обсяг інформації в прихованому, замаскованому вигляді і характеризується неусвідомленістю, непомітністю, мимовільністю її засвоєння. Непряма сугестія органічно пов'язана зі всім навколишнім оточенням, здатна впливати на вразливість та емоційність людей. Зміст навмисної сугестії готується і складається сугестором заздалегідь, тобто перед

сеансом сугестії. Зміст ненавмисної сугестії створюється в мозку сугестора в ході сеансу сугестії, тобто носить імпровізований характер.

За засобами досягнення сугестія ділиться на вербальну і невербальну [10].

Набули поширення в лікарській практиці, а згодом й у навчальній також методи лікарського самовпливу – аутогіпноз, самовиховання, самонавіювання. Спочатку окремі методичні прийоми застосовував В.М. Бехтерев (1890). Заснована на його роботах сугестопедія будується на використанні емоційних механізмів некритичного сприйняття інформації. Сугестопедія – це навчання методом занурення, навіювання. В основі даної теорії лежить розробка активного методу навчання з елементами релаксації, навіювання та гри. Навчання цим методом знімає таку форму тиску, як оцінка. Кінець 1970-х – 1980-і роки – це бум сугестопедії. Сам метод, який використовувався болгарським психіатром Г.К. Лозановим, означає "лікування навіюванням, сугестією".

Роль викладача надзвичайно важлива і важна: він повинен створювати атмосферу, при якій зникають боязкість, страх помилок, збільшується віра у власні сили. У цій методиці активно використовуються музика, рух, сценічна дія.

Усе будується на прийнятті повідомлення від педагога через навіювання. Шляхом спеціальних прийомів знімається психологічний захист і розширюються можливості впливу, що робиться за допомогою слова. Навіювання забезпечує істотне загострення пам'яті, зростання обсягу активізованої інформації, підвищення швидкості запам'ятовування і відтворення. Існує низка умов для реалізації цього методу. З найбільш важливих такі:

- 1) безумовний авторитет викладача;
- 2) однозначність формулювань навіювання;
- 3) виразність навчальних матеріалів;
- 4) релаксація, довіра до викладача і віра в можливість здійснення задач навчання;
- 5) вплив успіхів товаришів по групі;
- 6) двоплановість передачі нового матеріалу.

Слова і фрази, що несуть смислове навантаження (перший план), супроводжуються емоційно означеними жестами, інтонацією, мімікою (другий план).

Для особистості сугестопедія виглядає як вільна діяльність за рішенням завдання, яке не викликає напруги, дискомфорту і неприємних емоцій. Водночас у ході її накопичуються знання, розкриваються їх творчі можливості і підвищується віра у власні сили. Сугестопедію можуть проводити тільки спеціально підготовлені педагоги-психологи. Сугестопедія створює сприятливий емоційний фон, сприяє подоланню невіри у свої сили. Оскільки зовнішні причини діють через внутрішні умови, увагу в організації навчальної діяльності необхідно зосередити на цих внутрішніх умовах. На стику "групи активних методів навчання" та "особистісних" формується особлива група теорій, в основі яких лежить використання глибинних психічних механізмів.

За кордоном, окрім Болгарії, сугестивні технології навчання застосовують в США, Франції, Канаді, Угорщині. Трапляються поодинокі випадки використання згаданих напрямів і в Україні (Одеса, Львів, Полтава, Рівне).

Однак у вітчизняній практиці вони використовувалися і продовжують використовуватися переважно для вивчення іноземних мов. Життя ж вимагає широкого їх застосування при вивченні й інших навчальних дисциплін для різних вікових груп.

За визначенням Г.К. Лозанова, сугестопедична система навчання веде початок від "десугестивно-сугестивної" комунікативної психотерапії, пов'язаної сумарно, стаючи увільнюючими і стимулюючими факторами в мистецтві і з сучасними експериментальними психологічними дослідженнями на установку, мотивацію, потреби і спрямованість особистості.

Весь цей комплекс ідей був адаптований Г.К. Лозановим до умов навчального процесу і визначив наступні характерні риси його сугестопедичної навчальної системи.

1. Неодмінна розтин резервів пам'яті, інтелектуальної активності і всієї особистості.
2. Супровід навчання "ефектом відпочинку" або, принаймні, відсутністю втоми.
3. "Сугестопедичне заняття" – завжди приємне переживання. Сугестопедичне навчання позитивно впливає на особу, допомагаючи соціальній адаптації.
4. Сугестопедичне навчання має психолікувальний ефект при функціональних компонентах органічних захворювань [3].

Основних принципів сугестопедії три:

- 1) принцип радості і ненапруженості;
- 2) принцип єдності "усвідомлене" – "неусвідомлене";
- 3) принцип сугестивного взаємозв'язку "учитель-учень" [4].

Сугестія використовується в ігрових формах, це фактично добре зрежисована акторська гра викладача. У цьому випадку мова йде про сугестію як форму мистецтва. Взагалі мистецтво має сугестивну силу. Наприклад, ми дивимося кінофільм і знаємо, що це все задалегідь знята гра акторів. Але у нас

мимоволі з'являються емоції: радість, сміх, іноді виступають і сльози. Ось це і є сугестивний вплив мистецтва. Ми дивимося картину великого майстра пензля – переймаємося колоритом епохи, уявляємо себе ніби в цьому середовищі. У нас теж з'являються нові емоції. Це – теж сугестія. Музика також діє на нашу підсвідому сферу – це теж вид сугестивного впливу. Ось на такого роду сугестивному впливі будеться методика подолання інформаційних бар'єрів, притому в сугестивно-ігрових формах.

Отже, під звуки класичної музики викладач, використовуючи різні інтонації, починає проникливо, голосно і чітко, а іноді і зовсім тихо, виразно читати текст, пояснюючи його значення. У таких сприятливих умовах в мозок людини невимушено вводиться певна інформація.

Сугестопедія уникає поведінкової псевдоактивності, вона розрахована на внутрішню активність, яка виникає від добре мотивованого позитивного ставлення до конкретного навчального процесу. Тому для мобілізації резервної активності людини важливі фактори мотивації. Що стосується авторитета викладача, то його наявність є обов'язковою умовою успішного застосування сугестопедії, без нього неможливо навчання. Віра у знання і педагогічна майстерність сприяє зростанню впевненості в засвоєнні навчального матеріалу, що, у свою чергу, вельми сприятливо позначається на загальному підйомі їх розумової працездатності та пізнавальної діяльності. При цьому слід зауважити, що опора повинна робитися на авторитет стимулюючий, а не той, що пригнічує та обмежує. Роберт Розенталь на досліджах з сугестопедії, проведених в Oak-School в Нью-Йорку, статистично доводив, що чим вище думки вчителя про здібності особи, тим краще вони засвоюють матеріал.

Дидактичні засоби вимагають смислового узагальнення та укрупнення методичних одиниць. Навчальний матеріал пропонується не тільки, як зазвичай, деталізовано, але і в глобальних узагальнених одиницях, які подаються за допомогою синтетичних малюнків, схем, планів для одночасного логічного та емоційного сприйняття і засвоєння. Кожна вправа має бути цілісною смисловою одиницею. Тому "занурення" припускає опору на відомі теорії узагальнення та структурування навчального матеріалу: концепції теоретичного узагальнення (В.В. Давидов), укрупнення дидактичних одиниць (П.М. Ерднієв) та ін.

Використання музики при сугестопедії стало предметом спеціальних досліджень. Висновки науковців такі:

Як показує досвід, найбільш придатною є інструментальна музика XVIII століття, особливо струнна. Рекомендується застосування повільних інструментальних пасажів.

Оскільки основним каналом сприйняття при сугестопедії є аудіоканал, то величезна увага повинна приділятися постановці голосу, диханню викладача і його інтонаційним вмінням. Крім інтонації, голосу, слів, у розпорядженні педагога є ще жест, рух, ритміка.

І.А. Зязюн, цікавлячись театральною педагогікою та сугестопедією, виділяє кілька методів завоювання уваги аудиторії; крайні з них – пасивний та агресивний. "Пасивний – педагог фокусує увагу аудиторії на своїй особистості. Послідовним, логічно струнким міркуванням, помірною чуттєвістю поєднується увагу аудиторії в єдиний вузол педагогічної дії. Агресивний – становить повну протилежність пасивний. Цим шляхом ідуть сильні, розумні, експресивні педагоги. Їхні почуття і волевиявлення вивільнюються через інтелект потужним потоком і миттєво приковують увагу аудиторії. З тренуваною упевненістю педагог такого складу ніби гіпнотизує слухачів. Педагогічний процес вимагає своєрідною "магією" педагогічного впливу" [6, с. 49].

Основні положення сугестопедичної теорії дозволяють зробити висновок про її безсумнівну загальнопедагогічну спрямованості, яка проявляється в комплексному розвитку особистості, в активізації його потенційних психічних можливостей, в одночасному розвитку інтелектуальних, емоційних та мотиваційних її сторін. "Практика довела багаті можливості, закладені в сугестопедичній системі навчання. Позитивні результати роботи курсів були отримані як самим Г.К. Лозановим, так і його послідовниками в інших країнах (СРСР, Угорщина, Австрія, Канада, США та ін.)" [5, с. 16].

Сугестопедична система навчання в цілому дає такі ефекти:

1. Забезпечує інтенсифікацію в освоєнні матеріалу, що викладається, до меж, немислимих при використанні інших відомих методик у педагогічних процесах.

2. Цей метод допускає скорочення часу щоденного навчання до 4 годин.

3. Він звільняє від великих навантажень виконання домашніх завдань.

4. Призводить до почуття емоційного та фізичного комфорту.

5. Має підкреслений психотерапевтичний ефект при функціональних захворюваннях або функціональних компонентах органічних захворювань.

Таким чином, навчальна система Г.К. Лозанова будеться, перш за все, на принципах психотерапії, психопрофілактики і психогігієни. Сугестопедагогіка виходить з того, що в будь-якій людській діяльності і на будь-якому рівні "ясності свідомості" (термін К.К. Платонова) має місце певна "неусвідомлювана активність".

XXI століття, яке називають століттям біоенергетики, висуває все складніші завдання перед людством, їх стає дедалі важче розв'язувати засобами традиційної системи навчання. Тому цікавість до нетрадиційних методів, форм та засобів навчання постійно зростає.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Враховуючи вищенаведені факти, дивитися однобоко на роль навіювання та самонавіювання в педагогічному процесі аж ніяк не можна. Адже більшість інформації надходить у наш мозок через канали підсвідомості. Свідоме і підсвідоме синергетично поєднуються. Більш того, в навчанні та вихованні просто неможливо обійтися без процесів навіювання та самонавіювання. Інша справа – мета цих процесів, їх характер, інтенсивність. Навіювання і самонавіювання – могутня зброя в арсеналі педагога вищої школи. Таким чином, сугестивні технології – невід'ємний компонент не лише процесу спілкування між людьми, а й навчального процесу. У процесі навчання необхідно враховувати, до якого типу належить реципієнт, і формувати суб'єктивні структури переважно даного типу. Як і техніку сугестопедії, навчання з допомогою сугестії можуть проводити тільки спеціально підготовлені психологи, доречно застерігати Н.В. Ключова [8, с. 79].

Ефективність навчання залежить від групової співпраці, можливе лише в умовах максимальної доброзичливості і тактовності. Сугестопедагогіка обходить традиційну установку на навчання як тяжку працю і, використовуючи різні форми навіювання, забезпечує більшу впевненість у власних силах і полегшує тому, хто навчається, перехід від навчання до самонавчання. Найчастіше прийоми сугестопедії вписуються в інші системи навчання, сприяють посиленню їх емоційного впливу, але в ряді випадків зазначені прийоми стають провідним. "Мінусами" в тій чи іншій спробі реалізації сугестопедії є, як правило, низький професійний рівень викладачів і непродумані сценарії реалізації "занурення".

Використані джерела

1. Китайгородская Г. А. Методические основы интенсивного обучения иностранным языкам / Г. А. Китайгородская. – М.: Изд-во Московского университета, 1986. – 175 с.
2. Козлова В. И. Феномен интенсивного обучения в контексте теории деятельности [Текст] / В. И. Козлова, М. А. Бондаренко // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы междунар. заоч. науч. конф. (г. Уфа, июнь 2011 г.). / Под общ. ред. Г. Д. Ахметовой. – Уфа: Лето, 2011. – С. 18-23.
3. Лозанов Г. К. Суггестопедия в преподавании иностранных языков / Г. К. Лозанов // Методы интенсивного обучения иностранным языкам: Сб. научн. тр. / Отв. ред. С. И. Медьник. – М.: Изд-во МГПИИЯ им. М. Тореза, 1979. – Вып. 5. – С. 53-62.
4. Лозанов Г. Суггестология. Методика преподавания иностранных языков за рубежом / Г. Лозанов. – М.: Прогресс. – 1976. – 226 с.
5. Олешков М. Ю. Современные образовательные технологии: учебное пособие / М. Ю. Олешков. – Нижний Тагил: НТГСПА, 2011. – 144 с.
6. Основы педагогического мастерства: Учеб. пособие для пед. спец. высш. учеб. Заведений / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривonos, Н. Н. Тарасевич и др.; Под ред. И. А. Зязюна. – М.: Просвещение, 1989. – 301 с.
7. Пальчевський С. С. Суггестопедія: історія, теорія, практика [Текст] : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / С. С. Пальчевський. – К. : Кондор, 2006. – 360 с.
8. Педагогическая психология: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. Н. В. Ключевой. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 209 с.
9. Слободяник А. П. Психотерапия, внушение, гипноз / А. П. Слободяник. – 4-е изд, испр и доп. – К.: Здоров'я, 1982. – 376 с.
10. Щукин А. Н. Современные интенсивные методы и технологии обучения иностранным языкам: Учебное пособие / А. Н. Щукин. – М.: Филоматис, 2008. – 188 с.

Strilets S. I.

INTENSIVE METHODS OF TEACHING: SUGGESTOPEDAGOGICS – PROS AND CONS

Research is devoted to the solution of the tasks of the development of ways of optimization of the process of teaching with the help of intensive, active methods, that there is interdisciplinary, one of which is suggestopedagogics. In work it is proposed to pay attention at some of the historical stages of evolution of the suggestopedagogics and its development, as well as to clarify the feasibility and effectiveness of its use in modern educational environment.

Keywords: active learning methods, intensive methods of teaching, new technologies, suggestion, suggestopedagogics.

Стаття надійшла до редакції 19.12.2011 р.