

La sugestopedia: una opción metodológica para la enseñanza de lenguas extranjeras*

Gilma Matallana de Vizcaino
Universidad del Valle

Resumen:

La sugestopedia es un método de enseñanza de lenguas extranjeras cuyo propósito es el de desarrollar, en alumnos principiantes, una buena competencia comunicativa, en corto tiempo.

Mediante la orientación del fenómeno sugestivo, la sugestopedia busca adelantar un aprendizaje lingüístico tres veces más rápido y eficaz que de costumbre, un completo desarrollo que valoriza la vida privada y profesional de los alumnos, una gran motivación, no sólo para aprender, sino para continuar con la práctica de la lengua extranjera, ya que la sugestopedia no se puede ver como un fin, sino como un punto de partida.

Tanto en la presentación del material lingüístico como en el desarrollo de las diferentes actividades lúdicas, el sugesto-pedagogo debe mostrar que

sigue un programa riguroso y que el grupo hace grandes progresos. Su formación profesional y su hábil desempeño siempre están a prueba. La estricta dirección de un curso sugestopédico en nada impide la libertad de expresión en los alumnos.

En este artículo intento presentar de manera general el método sugestopédico, su concepción, sus antecedentes, los principios que lo fundamentan, la adquisición y progresión lingüística, y finalmente, la estructuración y organización de un curso sugestopédico.

* Por su extensión, se incluye esta nota al final del artículo

INTRODUCCIÓN

La sugestopedia, abreviatura de la palabra sugestopedagogía, surgió como resultado de los estudios adelantados sobre los mecanismos de la sugestión y de las investigaciones que sobre la memoria realizó, en la década de los cincuenta, el médico sicoterapeuta búlgaro Georgi Lozanov.

Como terapeuta, lo que en un principio interesaba a Lozanov era encontrar la manera de cómo sugerir a sus pacientes para que se sintieran mejor y se curaran. En su trabajo con obreros neuróticos, con quienes practicaba sesiones de relajación y respiración, encontró que, después de algunas sesiones, éstos podían aprender de memoria poemas, sin mayor esfuerzo y sin proponérselo. Observó que, en ciertas condiciones, sus pacientes se encontraban en un estado favorable para el desarrollo de su memoria, y esto en proporciones no usuales. Así, ante la posibilidad de que se tratase de un efecto lateral imprevisto de la terapia sugestiva, se dedicó durante diez años a verificarlo.

Lozanov reconoce que existen lazos tradicionales con el yoga y la psicología soviética. Del yoga tomó y modificó ciertas técnicas para alterar estados de conciencia y de concentración, y los principios de la respiración rítmica. De la psicología soviética tomó el principio de que a todos los estudiantes se les puede enseñar una determinada materia al mismo nivel de especialización. Después de varias estadías en la India y con base en sugestología², presentó en 1966 su método de sugestopedia o pedagogía por la sugestión, y en 1967 creó, en Sofía,

el Instituto de Sugestopedia dedicado a la enseñanza de lenguas extranjeras a personas adultas y a la formación de sugesto-pedagogos.

Debido a los éxitos alcanzados y a los numerosos adeptos que este método ha ganado en el mundo entero, en la actualidad se cuenta con escuelas de sugestopedia en la Unión Soviética, Alemania, Hungría, Estados Unidos, Canadá, Austria y Francia³.

1. ¿QUÉ ES LA SUGESTO- TOPEDIA?

La sugestopedia es un método que consiste en: "de-sugestionar" el espíritu de los alumnos de los bloqueos adquiridos anteriormente y de los prejuicios que tienen sobre el aprendizaje de una lengua, prejuicios tales como "yo no soy capaz de hablar otro idioma", "es muy difícil para mí", "a mi edad ya no se aprende otro idioma", "no tengo buena memoria", etc. para luego re-sugestionar en el otro sentido⁴.

La "de-sugestión" consiste en descargar los bancos de memoria o reservas, de las memorias y recuerdos no deseados que bloquean el proceso de aprendizaje. Mediante la sugestión, parte crucial de la sugestopedia, estos bancos son cargados con recuerdos agradables y experiencias positivas que puedan contribuir a un desarrollo óptimo de dicho proceso. Pero siendo la sugestión una característica humana universal, cuya intensidad varía según las normas, el ser humano está protegido contra ella mejor de lo que se podría pensar. Desde la infancia tres fuertes barreras se han levantado para proteger "el

corazón con un dispositivo interior"⁵: una barrera afectiva, una lógica y una moral. Para Lozanov, estas barreras no son infranqueables y un buen pedagogo es aquel que logra traspasarlas sin forzarlas, sin violentar la consciencia, sino respetándolas para así poder lograr, con consentimiento, el acceso a las "reservas escondidas" del cerebro.

Los componentes teóricos a través de los cuales opera la de-sugestión y la sugestión, y que facilitan el acceso a las reservas son: la autoridad o prestigio del profesor, de las ideas y principios, y/o de la institución, la disponibilidad o "infantilización", el doble nivel de comunicación, la entonación y el ritmo y la pseudopasividad*.

Mediante la orientación del fenómeno sugestivo, es decir, de todas las influencias no conscientes y/o no racionales que los individuos reciben del exterior, la sugestopedia busca crear una fuerte motivación para activar las reservas de memoria y de creatividad del siquismo humano. Entonces, la sugestopedia se puede entender mejor como una teoría que pretende describir de qué manera la capacidad de sugestión y de atención pueden ser dirigidas con el fin de desarrollar al máximo el aprendizaje, la memoria y el recuerdo.

El aprendizaje sugestopédico se lleva a cabo con base en una forma especial de presentación del material lingüístico y en un tipo particular de presentación de música. Lozanov aprovecha el potencial único del ritmo para transmitir

energía, favorecer el orden, provocar el estado de no-tensión en los alumnos y facilitar así, la reestructuración de secuencias y la adquisición de los elementos lingüísticos. Un curso basado en la sugestopedia no se limita a la memorización del léxico y de las estructuras sintácticas, o a la interiorización de hábitos de habla, sino que lleva al alumno a desarrollar una verdadera competencia comunicativa. Para Lozanov, "el objetivo principal de la enseñanza no es la memorización sino la comprensión y solución creativa de problemas"⁶.

1.1. PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA SUGESTOPEDIA

Para que un curso sugestopédico se pueda dar, se deben observar y cumplir, en conjunto, los siguientes principios:

1.1.1 Placer de aprender y ausencia de tensiones. Uno de los objetivos es el de propiciar un estado de relajación o mejor, de no-tensión en el alumno. Dado que el ser humano tiende a repetir las experiencias agradables que le han producido una sensación de placer, el curso debe ser organizado de tal manera, que se reduzcan al mínimo las tensiones, con el fin de evitar cansancio y desgaste inútiles y poder así permitir una mayor receptividad.

A diferencia de las pedagogías convencionales que exigen del alumno una vigilancia atenta, la sugestopedia induce a un estado de interés y concentración libre de tensiones. Con la ayuda de la música, de la actitud del profesor y del entorno psicológico y pedagógico, se lleva al alumno a un relajamiento

*Encontramos estos componentes integrados y explicitados en la presentación de los principios de base de la sugestopedia.

muscular y cerebral agradable para que se impregne de las nociones nuevas con un mínimo de esfuerzo. Aquí la palabra esfuerzo tiene una connotación diferente de la usual; la noción de esfuerzo está provista de una significación positiva y estimulante: esfuerzo con placer, sin molestias ni tensiones. El participante de un curso sugestopédico hace un gran esfuerzo intelectual cuando, por ejemplo, trata de encontrar la historia más inesperada, cuando se dirige a otro participante para hacerle una observación, o cuando elabora y participa en alguna actividad grupal, etc. Así dirigido, el esfuerzo hacia la acción positiva que se va a realizar, no sólo puede resultar placentero, sino que, además, restablece el empleo de la lengua en su función de instrumento de comunicación y permite una expresión espontánea.

Pero la ausencia de tensión alcanza sus límites en el momento de la audición del concierto pseudo-pasivo, el cual viene a coronar la primera elaboración del diálogo; es un estado de no-tensión que permite la expansión de las emociones positivas, de las asociaciones libres y creadoras. El texto es leído con un fondo de música barroca cuidadosamente escogida para producir el estado fisiológico y psicológico de no-tensión*.

Este estado también se ve favorecido con la ayuda de ciertos elementos que el profesor hará intervenir en la organización de su curso:

- La traducción inmediata, tanto en la presentación del texto como en las actividades propuestas, es realizada en los dos primeros ni-

*Justificación de la música barroca: ver páginas 7 y 11.

veles con el fin de dar seguridad a los alumnos; corresponde al paso natural por la lengua materna antes de que pensamiento y lengua extranjera constituyan un sistema autónomo⁷. De esta manera, los alumnos siempre saben lo que sucede en la clase, y esto reduce la tensión.

- La disponibilidad o "infantilización": cada actividad es prevista y organizada con el fin de crear la motivación, despertar el interés, mantener el grado de expectativa y lograr la participación de todos y cada uno de los alumnos. Sin olvidar que están allí para aprender, el placer de las actividades lúdicas predomina y las barreras de este aprendizaje son casi inexistentes. Sin dejar de lado el sentido crítico del alumno, en cierta forma se trata de un regreso a la infancia, etapa en la cual la capacidad de aprendizaje y memorización tiene un gran desarrollo. En efecto, sin perder su condición de adulto, el alumno se pondrá a jugar, a hacer mímica, a cantar, a hacer representaciones, a escribir pequeños cuentos y poemas, a divertirse.

Mientras realiza estas actividades, miles de palabras y decenas de estructuras sintácticas se deslizan en su memoria por el canal subliminal, desarrollando así una memoria a largo plazo. Según Lozanov, "la memorización en el aprendizaje por el método de sugestopedia parece acelerar veinticinco veces más lo que se aprende que por métodos convencionales"⁸.

- La asignación de papeles: es un momento decisivo del curso, ya que cada alumno debe recibir y asumir positivamente el personaje. Durante el curso, la identificación con ese personaje permitirá que la

ficción lo lleve más allá de la realidad, que el alumno se manifieste a través de él sin temores, sin inhibiciones. El sugesto-pedagogo deberá emplear todo su "saber-hacer" para lograrlo.

- La gratificación: cada alumno es "gratificado" por su desempeño, por los resultados alcanzados, por un logro del cual pueda sentirse orgulloso. En un curso de sugestopedia, el alumno jamás se sentirá amenazado en su dignidad y su personalidad nunca será atacada.

1.1.2 Globalidad de la persona. Siendo la sugestión una acción sobre la actividad síquica inconsciente del estado de vigilia, el alumno es respetado y valorado en su entidad consciente-inconsciente, teniendo en cuenta las siguientes dimensiones:

- Racional-intelectual: es fundamental que los alumnos reconozcan la pertinencia de cada actividad en relación con los contenidos de enseñanza, la transparencia de los objetivos propuestos y el desarrollo de la autonomía. "La autonomía del alumno, que descubre su propia estrategia de aprendizaje, es un resultado que se desprende naturalmente de una práctica sugestopédica"⁹.

La atención de los alumnos nunca debe centrarse en un objetivo determinado o en un aspecto gramatical específico que los lleve a una racionalización inmediata. Muy discretamente, el profesor debe saber pasar el aspecto preciso que quiere enseñar, estimulando y motivando en los alumnos la libre apropiación, tanto del léxico como de las estructuras estudiadas. En cada sesión de hora y media, se propone alrededor de quince actividades diferentes. La rápida suce-

sión da a los alumnos idea de abundancia, evita la racionalización inmediata y así, lo que según su condicionamiento sería "una dificultad", en sugestopedia pasa a ser una "novedad"¹⁰.

- Afectiva: La afectividad positiva o negativa siempre está presente, tanto en todas las situaciones de la vida como en pedagogía; pero a diferencia de otros métodos, la sugestopedia tiene la ventaja de tener en cuenta elementos afectivos en el aprendizaje mediante el desarrollo de actividades que permiten al alumno hablar de sí mismo, de sus gustos, de sus experiencias, de su sentir. El sugesto-pedagogo siempre tiene una actitud positiva frente a la producción de los alumnos y les hace pensar que son tan inteligentes y capaces como él. La afectividad crea vínculos privilegiados en la relación profesor-alumno en el acto de aprendizaje.

- Estética-artística: "El arte es la forma de sugestión más poderosa"¹¹. Con el fin de poder manifestar sentimientos profundos que la barrera lógica impuesta por la sociedad no permite expresar, la sugestopedia recurre a la música e integra, en el curso, actividades creadoras tales como el teatro, el canto, la poesía, el dibujo, la danza, etc. La recreación nos lleva a la reelaboración del texto, a ser partícipes de la creación colectiva por la nueva combinación de elementos dados. En las actividades de expresión y dramatización la palabra toma cuerpo; traducir la palabra al lenguaje plástico es otra forma de reconstruir secuencias, de organizar y estructurar.

Las modulaciones de la voz del profesor serán bellas en su diversidad plena de sentidos y con toda



la carga sugestiva que conlleva, será cuidadosamente trabajada y utilizada en sus dimensiones emotivas y estéticas. Se trata de crear todo un conjunto armonioso, pleno de bienestar.

1.1.3 El vínculo sugestivo. Las personas recuerdan mejor y son más influenciadas, cuando la información proviene de una autoridad; en ningún momento se trata de una forma de autoritarismo, sino de una autoridad ejercida a través del respeto por una competencia, una formación o una habilidad precisa. La autoridad puede estar relacionada con el prestigio de una persona, de unos principios o de una institución. Este factor produce un efecto positivo de legitimación y credibilidad, genera confianza y desarrolla el interés, la atención y la recepción.

La calidad de la relación profesor-alumno depende del prestigio del profesor, de su competencia profesional, de su autoridad, todo esto debido al:

- Dominio del doble nivel de comunicación: la actitud cálida pero al mismo tiempo solemne del profesor que marca una distancia positiva, su seguridad, el dominio de sí mismo, la serenidad en su actitud, la distensión corporal pero al mismo tiempo su vivacidad comunicativa, su manera de vestir y actuar, las expresiones de su rostro y de su cuerpo y, sobre todo, el manejo de su voz, son todos elementos definitivos para el éxito de un curso sugestopédico, ya que inspiran confianza y seguridad al alumno. El profesor se prepara y actúa de manera tal que ninguna tensión sea transmitida al grupo.

La entonación y el ritmo que se da a la presentación del material,

son fundamentales para lograr transmitir al alumno todo el contenido lingüístico, emotivo y comunicativo de los textos. El ritmo ordena, organiza la elocución, equilibra. La variación del tono y del ritmo evitan caer en la monotonía de la repetición y ayuda a dar emoción y significación al material lingüístico. La voz del profesor, con toda su riqueza de timbre, entonación y ritmo, juega un papel esencial, tanto en la presentación del material como en el desarrollo de las diferentes actividades que se realizan en clase. La expresividad de su voz debe poder diluirse en las sonoridades musicales y acomodarse a las modulaciones para poder mantener la mejor armonía posible. La sencillez y la intensidad se traslucen en los matices de la voz, en las pausas, en los gestos. Tanto en la primera presentación del texto (concierto activo), como en la segunda (concierto pseudo-pasivo), el profesor transmite toda su sensibilidad, su talento, su sentido artístico, su magnetismo, al idioma que se aprende. Son los momentos más cruciales del curso en los cuales se pone a prueba la capacidad y el desempeño profesional del sugestopedagogo.

-Material pedagógico utilizado:

a) De apoyo directo: el manual, textos, cintas. La forma y contenido del manual debe responder a imperativos psicológicos y estéticos, a una búsqueda permanente de lo lingüístico y lo estético, tanto en los diálogos como en las diferentes actividades propuestas. Los textos deben ser historias de mucho interés, con contenidos agradables, calidad literaria y de gran fuerza emotiva; textos que vivencialmente remuevan la interioridad del alum-

no y su posibilidad de expresión. El valor significativo de lo que se enseña es presentado de una forma sintética pero sutilmente analizada, con un ritmo especial rigurosamente observado. Así, el concierto activo es el camino estético para la presentación del material lingüístico y el concierto pseudopasivo la vía para el desarrollo del trabajo de asimilación e internacionalización de estructuras y contenidos. Cada unidad debe estar guiada por una idea central que de origen a una variedad de subtemas, así como sucede en la vida real, y que desarrolle una progresión lingüística y comunicativa adecuada.

Normalmente el manual consta de diez unidades de estudio (diálogos de diez páginas cada uno), que se trabajan durante treinta días, seis días a la semana, tres horas diarias. Cada unidad, acompañada de una lista de vocabulario y de comentarios gramaticales, es trabajada durante tres días. Los alumnos reciben el diálogo impreso con la traducción en su lengua materna en una columna paralela, de manera que cuando lo sientan necesario, puedan recurrir a ella como soporte psicológico, más que lingüístico. Además de los diálogos, se tienen historias o ensayos complementarios, textos de pequeñas canciones, talleres, etc. Hay un patrón de trabajo, tanto para cada unidad como para todo el curso.

Lozanov recomienda la audición y estudio de textos significativos complementarios para trabajar en la casa, textos preferiblemente de naturaleza no fragmentaria que despierten el interés de los estudiantes, los familiarice con la musicalidad del idioma extranjero y los mantenga en contacto con la lengua

que aprenden.

b. De apoyo indirecto: la música, la decoración

En sugestopedia, la música juega un papel preponderante en el proceso de aprendizaje. La idea de que la música puede afectar el cuerpo y la mente no es nueva, lo clave es encontrar la clase de música adecuada para lograr el efecto deseado.

La música utilizada para la presentación de las unidades (concierto activo-concierto pseudo-pasivo) permite transmitir lo lingüístico y lo comunicativo por medio de un soporte estético que favorece el estado de no-tensión, la disponibilidad de escucha y la asimilación de nuevos contenidos. Las obras utilizadas, autores clásicos y románticos, han sido cuidadosamente estudiadas y seleccionadas en el Instituto de Sugestopedagogía de Sofía¹².

Para el concierto pseudo-pasivo, que es el momento de menor tensión y mayor receptividad, ya que el cuerpo se relaja y la mente se pone alerta, Lozanov recomienda una serie de movimientos lentos, sesenta golpes por minuto, en ritmo de 4/4 para conciertos de música barroca, tocados en más o menos media hora de concierto. Los estados de no-tensión son óptimamente inducidos por las características del barroco: estructura fija, estructura rítmica cuadrada y estructura rítmica de cadencias simples. Para este concierto Lozanov sugiere obras de autores como Corelli, Bach, Haendel, Vivaldi, F. Couperin, etc.

Pero la música no sólo está presente en el momento de los conciertos. Cuando los alumnos llegan al salón de clase encuentran un fondo musical, no necesariamente

de música clásica, que invade el espacio; pueden ser canciones modernas románticas, música instrumental suave, etc. Este tipo de música también se emplea cuando en el transcurso de la clase los alumnos preparan una actividad. Así mismo, cuando termina la clase y los alumnos se van.

- La decoración es otro elemento indispensable en un curso sugestopédico. Nada que haga pensar o recordar lo escolar, la institución convencional; no hay mesa de profesor que distancie ni organización rígida de pupitres, sino sillas alargadas, plantas verdes, afiches que muestran personas, lugares, ciudades, monumentos, todo alusivo al país o países en donde se habla el idioma que se aprende. Un ambiente agradable, visualmente armonioso y una atmósfera acogedora, no sólo hacen que los alumnos se sientan a gusto, sino que es favorable para el desarrollo del estado receptivo.

Los participantes se organizan en semicírculo que cierra el profesor de tal manera que facilite el involucramiento de todos los presentes.

- "Saber-hacer" o desempeño: la habilidad del profesor para administrar el tiempo pedagógico, la alternancia de los diferentes tipos de ejercicios, su dinamismo discreto pero estimulante, el ritmo riguroso del curso y su riqueza artística comunicable, sitúan el grupo en una armonía temporal tranquilizante y logran que cada alumno haga un uso óptimo del tiempo de aprendizaje.

El profesor debe proyectar imágenes positivas y valorizantes que ayuden al "desbloqueo" de los alumnos. Debe poder percibir el ritmo emocional, la resonancia pre-

visible de la "intensificación" de la acción en los que escuchan. Es una clase de entrega a los oyentes que, por los lazos afectivos que teje su voz, produce una cierta forma de encantamiento, seducción y atracción que llevan al estado de no-tensión y receptividad.

Para tener todas las cualidades anteriores, los sugesto-pedagogos deben formarse en una escuela o instituto de sugestopedia en donde, además del análisis teórico del método y del manual, son capacitados y entrenados en relajación dinámica, en trabajo de la voz (lectura con música), técnicas de teatro, técnicas y ayudas pedagógicas, práctica en el desarrollo de un curso, prácticas individuales, etc.

Los sugesto-pedagogos realizan un trabajo apasionante que requiere de toda su imaginación, su sensibilidad, sus fuerzas vivas de cultura. Cada uno de sus cursos es vivido como único en sí mismo.

2. ADQUISICIÓN Y PROGRESIÓN LINGÜÍSTICA

La adquisición de los elementos fonéticos, de las nociones gramaticales, de las estructuras sintácticas y de los actos de habla, se realizan a través del desarrollo de los siguientes objetivos: el primero, centrado en la palabra, su audición y comprensión, la lengua como instrumento de comunicación y de creación; el segundo, en la recreación, en las diferentes actividades lúdicas, juegos de expresión y dramatización; el tercero, en la relación de lo oral y lo escrito, la transcripción del código *oír* en código *escribir*.

En sugestopedia, la atención de

los alumnos no se puede centrar en un punto específico de gramática, en una dificultad fonética o en un objetivo determinado. Los temas que se van a tratar nunca son anunciados, no se dan reglas gramaticales ni explicaciones rígidas. Las cuatro competencias lingüísticas se trabajan integralmente, pero debido a que el propósito específico de un curso sugestopédico es el de desarrollar una eficiencia conversacional, se hace más énfasis en la comprensión y en la producción orales que en la comprensión y la producción escritas.

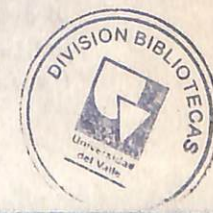
En la primera elaboración del diálogo (después del concierto activo), el léxico, las estructuras sintácticas y los actos de habla, son explotados por medio de una serie de actividades variadas y equilibradas. El objetivo recrear lleva a los alumnos a la reelaboración del texto, a ser partícipes de la creación colectiva; recrear implica la noción de apertura del texto para dar paso a la interpretación del nuevo transmisor, su manejo de la lengua en la comunicación.

Para cada actividad propuesta, el profesor proporciona los elementos lingüísticos necesarios para su realización y son los alumnos quienes los hacen evolucionar por medio de la creación de situaciones originales y divertidas, primero a nivel oral y luego a nivel escrito. Los alumnos van asimilando y utilizando estos elementos en contextos, vivenciándolos en situaciones de comunicación. Después de los diálogos 3, 6 y 9, se hace una sistematización de la gramática, momento en el cual el curso toma un aspecto más tradicional. Pero aún

si los medios didácticos empleados para analizar, sistematizar y verificar las adquisiciones y la progresión lingüística recurren a las funciones lógicas del alumno, el proceso sugestopédico nunca es abandonado.

En lo relativo a la pronunciación y al acento, la práctica sugestopédica respeta las posibilidades auditivas y fonatorias de los alumnos; pretender que el acento de la lengua materna desaparezca cuando se aprende un idioma extranjero, exigiría intensas horas de ejercicios correctivos que a la larga serían un tanto inútiles y nocivos. Los sonidos no se enseñan aisladamente, sino que el sistema fonológico es integrado a la enseñanza de la lengua, ya que es uno de sus componentes esenciales, más cuando se trata de comunicar.

El ritmo y la melodía de la lengua, es decir, la prosodia, no son objeto de ejercicios específicos; el método sugestopédico busca que el alumno logre una pronunciación lo suficientemente correcta y clara de manera que pueda comunicarse lo mejor posible. La entonación es trabajada en el transcurso de las actividades propuestas. Las realizaciones lingüísticas de los actos de habla siempre están acompañadas de esquemas de entonación específicos que son aprendidos de manera global; por medio de enunciados en situación, de la audición, la repetición y las actividades lúdicas, los alumnos son sensibilizados a dichos esquemas y llevan a cabo el aprendizaje de la entonación.



3. DESCRIPCIÓN DE UN CURSO DE SUGESTOPEDIA

Un curso de sugestopedia está programado para cinco semanas: treinta sesiones de tres horas cada una. Cada sesión está dividida en dos periodos de hora y media, con una pausa intermedia de media hora. La pausa o descanso es fundamental para que los alumnos respiren, salgan del salón, intercambien impresiones entre ellos o con el profesor, ya que normalmente no lo pueden hacer, ni antes ni después de la clase.

El material lingüístico consta de diez unidades; cada unidad es trabajada durante tres días dentro de un solemne y riguroso orden, de manera que en ningún momento los alumnos vayan a tener la más mínima sensación de que el profesor no preparó la clase y que improvisa. Esto restaría autoridad al profesor y produciría inseguridad y desconfianza en los alumnos, lo cual resultaría anti-sugestopédico. El número ideal de alumnos por curso es de 12, ojalá equitativamente repartidos entre hombres y mujeres.

El primer día, el sugesto-pedagogo es presentado al grupo por el director o la directora de la institución. En la primera hora y media de clase se realiza una prueba lingüística con el fin de evaluar las cuatro competencias y determinar quiénes son principiantes y quiénes son falsos principiantes. Esta evaluación se vuelve a ver al final del curso para analizar los progresos hechos por los alumnos. Con el objeto de poner a los alumnos en una actitud positiva, relajada y de confianza en cuanto a su propio apren-

dizaje, el profesor hace una síntesis del curso y les explica la importancia de la actitud que deben adoptar frente al grupo y al curso, el tipo de compromiso que deben asumir. Llega el momento de la pausa; a los treinta minutos los alumnos regresan al salón de clase con una puntualidad que se debe mantener durante todo el curso.

En la segunda hora y media, el profesor reparte el primer diálogo: diez páginas con el texto en el idioma que se va a aprender y la traducción en lengua materna al frente. Es el momento del concierto activo (Haydn, sinfonía No. 67 en Fa mayor o No. 68 en Si bemol mayor; Mozart, concierto para violín y orquesta en La mayor, concierto No. 7 en Re mayor, etc.). Con un fondo musical que impregna el salón y con una voz que llega a convertirse en un instrumento más, el profesor hace la primera lectura del texto que siguen los alumnos, repitiendo en voz baja o simplemente en silencio. Treinta y cinco a cuarenta minutos durante los cuales los nuevos sonidos son asociados a la escritura y a la traducción. Este concierto favorece la disponibilidad de escucha y la asimilación de nuevos contenidos. Terminada la presentación del texto, el profesor espera unos segundos en silencio, mira a todos y cada uno de los presentes, creando un pacto verbal de comunicación y atención. Luego, los alumnos hacen preguntas sobre la gramática, la fonética, el léxico, la grafía; el profesor responde lo más exactamente posible, cuidándose de no adelantar otras nociones o explicaciones. Los alumnos comienzan a descubrir la lógica interna de la lengua y manifiestan las inquietudes que estiman necesarias. Antes de terminar

la clase, el profesor recomienda leer el diálogo antes de dormirse y al día siguiente, antes de levantarse. A la hora exacta se termina la clase y el profesor sale; luego lo hacen los alumnos, pausada y silenciosamente para no romper el encanto. Siempre es así.

El segundo día es definitivo, ya que cada alumno recibe la identidad de uno de los personajes del diálogo. A partir de este momento y hasta el final del curso, el alumno se manifestará y actuará a través del personaje asignado. Los personajes no son repartidos al azar, sino con base en los resultados del test lingüístico; el profesor decide quién va a ser quién. Desde el momento en que reciben su ficha de presentación, la actividad comunicativa comienza: nombres, profesiones, nacionalidades, direcciones, lugares, etc., escogidos en función de su dificultad fonética particular a cada lengua, empiezan a desencadenar una serie de actividades lingüísticas y comunicativas: presentaciones, intercambio de preguntas sobre lugares de origen, profesiones, etc. Posteriormente, los alumnos completarán las fichas enriqueciendo la información: fecha de nacimiento, edad, estado civil, número telefónico, gustos, etc.

Durante el primer período de la sesión y parte del segundo, se lleva a cabo la explotación del diálogo. El profesor sigue un plan riguroso con objetivos lingüísticos claramente definidos. Se realiza toda una serie de actividades perfectamente encadenadas que van a permitir un aprendizaje, más que todo a nivel inconsciente; la cantidad y calidad de las adquisiciones es más importante que las realizadas por un método que haga énfasis en las

funciones racionales del alumno. Todos los medios conocidos de las pedagogías activas pueden entrar en acción, aunque en sugestopedia lo esencial no es el "medio" para suscitar una nueva palabra o expresión espontánea, sino la "manera de introducir el medio"¹³. Toda una gama de actividades lúdicas se pone a disposición de los alumnos de manera que la palabra comience a fluir, que las adquisiciones realizadas se pongan en práctica y que el grupo se vaya apropiando del espacio. Se llega a adquirir un ritmo que impondrá una dinámica hasta el final del curso. Si durante el desarrollo de una actividad se ve que ésta no alcanza el objetivo propuesto, debe ser interrumpida y sustituida por otra sin que los alumnos alcancen a percibir una sombra de fracaso.

Treinta y cinco minutos antes de terminar la clase, comienza la audición del concierto pseudo-pasivo. En sillas alargadas y cómodas, o en cojines, los alumnos adoptan una posición corporal que sugiere la inacción, la pasividad. Con fondo de música barroca y siguiendo el sentido anecdótico del diálogo, el profesor hace una lectura pausada y dramatizada del texto, de manera que el alumno pueda visualizar un contexto apropiado para el material e interiorizarlo. Ya no siguen el texto y la audición es menos voluntaria; es el mejor momento para la receptividad y, por consiguiente, óptimo para el aprendizaje. Una vez terminada la lectura, el profesor deja unos minutos más la música, se despide y se retira del salón.

El tercer día comienza con las canciones aprendidas el día anterior; iniciar las clases cantando canciones cortas se convierte en un

ritual que, además de ser un buen ejercicio de relajación, aporta mucho al desarrollo de la pronunciación. Enseguida se hace la segunda explotación del primer diálogo. Saliéndose un poco del contexto del diálogo, el profesor propone diferentes actividades que permiten al alumno retomar y poner en práctica el material trabajado el día anterior, en la primera explotación del diálogo. La comunicación entre profesor y alumnos circula permanentemente; nunca se expone una sola persona a la mirada y juicio de los demás, ya que puede resultar tensionante. Las actividades se realizan en grupos de dos, tres o cuatro alumnos; por ejemplo, se imaginan que están en un cóctel o en un paseo, las personas de un grupo se preguntan por las de otro grupo: quién es el señor o la señorita ..., qué hace..., de dónde viene..., etc. Aquí se trabajan las formas de interrogación, la negación (no, ella no es...), el género y número de sustantivos y adjetivos (es actor, son actrices; es amable, es famosa, es inteligente, son...) etc. Pero pretender mostrar aquí todas las posibles actividades con sus implicaciones lingüísticas y metodológicas sería objeto de otro artículo.

Alrededor de treinta y cinco minutos antes de terminar la clase, el profesor presenta el segundo diálogo: Haydn, conciertos para violín y orquesta de cuerdas No. 1 en Do mayor y No. 2 en Sol menor. Comienza la segunda unidad.

Durante todo el curso el profesor está pendiente de las necesidades lingüísticas individuales y del grupo, de las inquietudes tanto explícitas como implícitas. Nunca hace una corrección directa de los "errores" o "fallas" de los alumnos,

ya que la corrección escolar y directa de los métodos convencionales produce efectos psicológicos contrarios a los propuestos por la sugestopedia. Siempre se permite al alumno expresar libremente lo que él quiere comunicar y una vez expresada la idea, el profesor deberá encontrar la manera de reproducir la frase correctamente, ya sea pidiendo precisar la idea o reformulándola como para estar seguro de haberla entendido bien. Si la corrección no se logra, el profesor deberá recurrir a una actividad alterna, artística si es posible, de manera que todo el grupo asimile la estructura correcta, la expresión adecuada o la pronunciación aceptable.

El esquema de organización de trabajo de las unidades que se mantiene durante todo el curso, sólo se ve interrumpido por tres sesiones dedicadas a la sistematización de la gramática y a hacer generalizaciones sobre el material. Al final del curso el grupo prepara y realiza una presentación en la cual intervienen todos los alumnos: esta creación colectiva en el idioma que aprendieron constituye el momento de más alta creatividad en donde se aprecian los logros adquiridos, tanto a nivel lingüístico como artístico y emotivo.

4. CONCLUSIÓN

Como lo hemos visto, la aplicación del método sugestopédico, no sólo requiere una formación especial de profesores, sino una disposición de espíritu y unas condiciones ambientales que normalmente no encontramos en los métodos convencionales ni en las instituciones tradicionales.

Es evidente que se trata de un

método que, por su fundamentación y las características específicas de su práctica, no admite improvisaciones, ya que resultaría contraproducente con los objetivos propuestos y en contra de los principios básicos de la sugestopedia.

Ahora bien, si por lo pronto no contamos con todos los requisitos y condiciones indispensables para la aplicación integral del método, sí podemos rescatar algunos de sus valiosos elementos que pueden ser de gran utilidad para reflexionar y revisar nuestra actitud, nuestra disponibilidad y nuestra práctica pedagógica. De estos elementos podemos destacar: el placer de aprender; la afectividad; el doble nivel de comunicación; la implementación y diversificación de las actividades lúdicas; la valorización y canalización del esfuerzo del alumno; la actitud del profesor frente al grupo, a las diferentes actividades, a la corrección del "error", etc.; el ambiente y la atmósfera del salón de clase.

La consideración y puesta en práctica de estos elementos permiten mejorar el desempeño profesional, enriquecer la relación profesor-alumno y optimizar el proceso de aprendizaje.

NOTAS

1. Dentro de la programación del "Stage de formation d'animateurs pédagogiques" para profesores de francés, lengua extranjera o segunda, ofrecido por el gobierno francés (Saint-Nazaire, julio/90), tuve la oportunidad de asistir a un curso sobre sugestopedia dirigido por la sugesto-pedagoga Myrtha Liberman. Durante el curso (diez sesiones de dos horas cada una) nos presentó el método en todas sus dimensiones, pero

no como un curso teórico magistral, sino como si se tratase de un curso normal de sugestopedia. Los diez participantes (alumnos) eran profesores de francés, de los cuales nueve no conocían ni sabían nada de Español (dos búlgaras, un argelino, un alemán, una yugoeslava, dos francesas, un suizo, una libanesa y una norteamericana).

Los participantes, un tanto reservados y prevenidos al principio, fueron asumiendo y asimilando la identidad de los personajes del material que les fue asignado, involucrándose cada vez más en las diferentes actividades pedagógicas, mostrando un vivo interés por el curso, por el Español, por comunicarse entre sí y con las otras personas de habla española que asistíamos como observadoras analíticas. Era sorprendente ver cómo dentro de esa atmósfera armoniosa, magistral y cuidadosamente dirigida por la profesora, los participantes hacían progresos a nivel lingüístico, comunicativo, afectivo y artístico, cada vez más libres de tensiones, más desinhibidos, más receptivos y con mayor disponibilidad.

Lamentablemente, por razones de programación, el tiempo dedicado no fue el suficiente para llegar al final del curso completo (cinco semanas) pero sí para despertar en todos nosotros una gran expectativa y un vivo interés por conocer mejor la sugestopedia y asimilar sus principios.

2. La sugestología estudia los estímulos que el ser humano recibe del exterior, los efectos que en él produce el medio que lo rodea (el impacto de una sonrisa, de una palabra, de una actitud; el color, las formas, las plantas, la música, la disposición de los elementos de trabajo, etc.); pero sobre todo, las sugerencias o influencias sutiles que orientan una buena parte de las acciones sin que intervenga una conciencia clara de esta influencia. Pero la sugestología no sólo estudia el alcance de estos mensajes en el límite de lo consciente, sino que además, se ocupa de ver cómo organizarlos y dirigirlos con el fin de estimular las facultades humanas y facilitar el apren-

dizaje.

3. En la actualidad hay dos escuelas acreditadas de sugestopedia en París, en donde se aplica el método sugestopédico a la enseñanza de lenguas extranjeras y a la formación de sugestopedagogos: La Escuela Francesa de Sugestopedia, dirigida por Fanny Saféris (formada en el Instituto de Lozanov) y la escuela GESTE de la cual hacen parte las sugesto-pedagogas Myrtha Liberman, Catherine Loriot y Béatrice Vayssiére-Dumas, dos de ellas antiguas profesoras de la Escuela Francesa de Sugestopedia.

4. Myrtha Liberman: Un cours en suggestopédie. *Revue "Reflét"*, mayo 1986, p. 28.

5. Patrice van Eersel. "¿Comment avez-vous appris le français?" *Revue Actuel*, No.76, p. 152.

6. Lozanov, Georgi. *Suggestology and Outlines of Suggestopedy*. 1978, pp. 109, 251.

7. Liberman, Myrtha, op. cit., p. 29.

8. Lozanov, G., op. cit. 1978.

9. Liberman, Myrtha, op. cit. p. 31.

10. Saféris, Fanny. "Au plaisir des profs: l'approche suggestopédique", *Le français dans le monde* No. 175, p. 25.

11. Lozanov, G. op. cit.

12. Selección de conciertos realizada en el Instituto de Sugestopedagogía en Sofía, Bulgaria.

Conciertos activos:

- J. Haydn: Sinfonía No. 67 en Fa mayor y No. 68 en Si bemol mayor. Concierto para violín y orquesta de cuerdas No. 1 en Do mayor y No. 2 en Sol mayor.

- W. A. Mozart: Sinfonía Halfner. Sinfonía Praga. Danzas germánicas. Concierto para violín y orquesta en La mayor. Concierto No. 7 en Re mayor. Concierto para piano y orquesta No. 18 en Si bemol mayor. Concierto para piano y orquesta No. 23 en La mayor.

- L. V. Beethoven; Concierto No. 5 en Mi bemol mayor para piano y orquesta op. 73. Concierto para violín y orquesta en Re mayor op. 61.

- Tchaikovsky: Concierto No. 1 en Si bemol menor para piano y orquesta.

- J. Brahms: Concierto para violín y orquesta en Re mayor op. 77.

- F. Chopin: Valses

Conciertos pasivos:

- A. Corelli: Concerto Grosso op. 4-10-11-12.

- J.B.Bach: Sinfonía en Do mayor y sinfonía en Re mayor. Sinfonía No. 2 para orquesta de cuerdas. Preludio coral en La mayor y preludio y fuga en Sol menor. Fantasía en Sol mayor. Fantasía en Do menor y Trio en Re menor. Variaciones canónicas y Toccata en Mi mayor.

- G. F. Haendel: Concierto para órgano y orquesta en Fa mayor op. 4. Música de agua. Concerto grosso op. 1-2-3-4.

- A. Corelli: Concerto grosso op. 6 No. 2-8-5-9

- A. Vivaldi: Cinco conciertos para flauta y orquesta de cámara. Las cuatro estaciones.

- F. Couperin: El Parnasoy "L'astrée sonate" en Sol menor.

- J. P. Rameau: Piezas para clavicordio No. 1 y No. 5

13. Liberman, Myrtha, op. cit. p. 29.

BIBLIOGRAFÍA

GALISSON, Robert. *La suggestion dans l'enseignement*. Clé International, 1983, Paris.

LEREDE, Jean. *Suggérer pour apprendre*. Les Presses de l'Université du Québec, 1980, Québec.

LIBERMAN, Myrtha. "Un cours en suggestopédie", *Revue Reflet*, mayo 1986, Alliance Française -Crédif-Hatier, Paris.

LOZANOV, Georgi. *Suggestology and Outlines of Suggestopedy*. Gordon and Breach, 1978, New York, London.

RICHARDS, Jack, ROGERS Theodore. "Suggestopedia" in *Approaches and Methods in Language Teaching*. Cambridge University Press. pp. 142-153, 1986, Cambridge.

SAFERIS, Fanny. *Une révolution dans l'art d'apprendre*. Ed. Laffont, 1978, Paris.

SAFERIS, Fanny. *La classe de français autrement? Au plaisir des*

profs l'approche suggestopédique. Le français dans le monde No. 175, Février-Mars 1983, Hachette-Larousse, Paris.

VAN EERSEL, Patrice. "Comment avez-vous appris le français?", *Revue Actuel* No. 76, Belgique.