

СПОСОБЫ ОПТИМИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ (СОВРЕМЕННОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО МЕТОДА ДОКТОРА ЛОЗАНОВА)

М.А. Курбакова

Аннотация. Изучение методов обучения иностранным языкам позволяет лингвисту, оценив достоинства и недостатки каждого, использовать их преимущества и, приняв за базис обучения грамматический аспект, тем самым увеличить эффективность обучения до ожидаемого максимума. Психотерапевтический метод Г. Лозанова и на современном этапе позволяет оптимизировать процесс обучения во всех аспектах, создает непринужденную обстановку на занятии. Таким образом усвоение знаний происходит естественным способом, без особого усилия, принуждения и при этом наиболее эффективно. Отсутствие психологического давления на студента в формате «преподаватель – студент» высвобождает дополнительные резервы памяти. Для преподавателя не должно существовать понятия «неязыковой» студент. При таком подходе метод дает высокие результаты и у студентов с ограниченными возможностями. Переживание ситуации успеха, необходимое каждому обучающемуся, закрепляется с помощью убеждающих заданий. Убеждающие задания разработаны на основе современных новых материалов и методик для чтения, аудирования, говорения и письма на базе грамматики изучаемого языка, наиболее показательные их примеры представлены в статье.

Ключевые слова: суггестопедия; неосознаваемое в психической сфере; раскрытие резервов памяти; переживание ситуации успеха; убеждающие задания.

Введение

В данной статье мы ставим перед собой задачу описать возможные способы оптимизации психотерапевтического метода доктора Г. Лозанова с учетом задач и проблем обучения на современном этапе.

В основу предлагаемого метода положена система *суггестопедии* (лат. *suggestio* – внушение; греч. *paideia* – обучение) – педагогическая система приемов и методов обучения, при которых создаются максимально благоприятные условия ускоренного усвоения учебного материала. Система предполагает развитие веры учащегося в свои способности, в авторитет педагога и изучаемого текста; вводятся элементы игры, параллельно используется музыкальное воздействие, создающее эффект готовности восприятия материала.

Идея написания этой статьи возникла не перед проведением педагогического эксперимента, а в процессе спонтанного применения на занятии непринужденного, будто отвлеченного способа прохождения

материала, в ходе которого были выявлены неожиданно высокие результаты его усвоения.

Немного об истории педагогической системы. Суггестопедия как метод была разработана болгарским врачом-психотерапевтом, а впоследствии и педагогом Г. Лозановым в 70-е годы XX в, когда личность учащегося стала центральной фигурой процесса профессионального обучения. По утверждению Лозанова, информация извне может проникать во внутренний мир личности по двум каналам – сознательному и неосознаваемому. Последний канал предполагается использовать как средство активизации резервных психических возможностей личности в учебном процессе, в частности при обучении иностранным языкам [1. С. 55]. В своей врачебной практике он наблюдал резервные возможности человека, заложенные в неосознаваемой психической сфере [2. С. 78–79]. Они включают:

- раскрытие резервов памяти, интеллектуальной активности, вообще личности учащегося;
- положительные эмоции, переживания, снимающие чувство утомления и т.п.

Г. Лозанов определяет понятие «суггестология» как «науки об освобождении скрытых возможностей человека» [3. С. 6], а успех суггестопедии объясняет, например, решающим значением прямого воздействия в состоянии псевдопассивности, а не организацией деятельности учащихся. Такой подход перестраивает и систему мотивации и сам процесс обучения, что приводит к его высокой эффективности, которая заключается в ее направленности на комплексное развитие личности обучаемого, на одновременное развитие интеллектуальных, эмоциональных и мотивационных ее сторон. Реализация установки на раскрытие резервов личности учащегося осуществляется за счет следующих факторов: творческая роль преподавателя и, как следствие, его авторитет; высокий эмоциональный тонус аудитории и эмоциональная включенность в учебный процесс; высоко мотивированная учебная деятельность, направленная на содержание обучения и др. Данные приемы создают впечатление ухода от внимания к собственно содержанию изучаемого материала. Однако именно в отвлечении сознания и переносе умственной нагрузки на уровень неосознаваемой деятельности заключается один из «движущих» механизмов эффективности обучения [4. С. 33; 5].

Экспериментальные данные, полученные психотерапевтом Б.Д. Карвасарским [6] на основе исследования суггестологии как подхода к обучению, показывают рост эффективности усвоения учебного материала в 29 раз за счет срабатывания описанного выше механизма.

Методы исследования

Наше исследование проводилось в рамках сравнительно-комплексного метода, объединяющего многократно повторяющееся наблюдение за психолого-педагогическим экспериментом. В основу данного эксперимента положены существующие подходы к методу суггестопедии. Анализ оценки отечественных педагогов (методистов) и психологов эффективности суггестопедического метода определяется в обучении иностранным языкам [6. С. 34]. Наиболее эффективным представляются:

- 1) усвоение внушительного пласта лексического корпуса языка;
- 2) выработка таких способностей учащихся, как:
 - умение активно использовать информационный «запас» и кругозор общих знаний в профессиональном общении;
 - умение гибко варьировать профессиональную коммуникацию, добиваясь поставленных задач;
- 3) создание чрезвычайно мощной мотивации обучения; снятие психологических барьеров (стеснения, страха, скованности).

Метод суггестопедии получил наибольшее распространение в 60–70-е гг. XX в., особенно в странах бывшего социалистического содружества. Массовые эксперименты по обучению иностранному языку были начаты в 1964 г. в Болгарии в Институте специализации и усовершенствования врачей в Софии. С 1965 г. для исследований в этой области была создана научная группа в НИИ педагогики имени Тодора Самодумова в Софии (с 1966 г. – НИИ суггестологии). В СССР проблемой суггестопедии занимался Московский институт иностранных языков имени Мориса Тореза совместно с Московским государственным педагогическим институтом имени В.И. Ленина. Последователями Г. Лозанова в СССР, а затем в России стали Л.Ш. Гегечкори [7], Г.А. Китайгородская [8], А.А. Леонтьев, Н.В. Смирнова, И.Ю. Шехтер, В.В. Петрусинский и другие ученые, а сам метод, получивший первоначально название «лозановский», затем был переименован в экспресс-метод, а позже в интенсивный метод [7, 9]. Интенсивный метод и его появление представляли прорыв в методиках изучения иностранных языков, поскольку данный подход отвечал основным ожиданиям обучавшихся – овладеть языком быстро, запомнить основной лексический корпус без непреодолимых трудностей, говорить на языке без страха, непринужденно. Наиболее современный метод подхода к преподаванию – интерактив, построенный на игре, взаимодействии и основном внимании на студентах, а не преподавателе – в основе своей имеет много общего с психотерапевтическим методом Г. Лозанова.

Система Лозанова опирается и на некоторые другие психологические закономерности. В частности, она позволяет обойти свойствен-

ный традиционному обучению психологический барьер, связанный с боязнью ошибиться. В атмосфере непринужденного общения и творчества этот барьер исчезает. Когда человек раскрепощен, он учится легко и быстро, как бы играючи. Живой интерес и свободное общение, присущие суггестопедии Лозанова, могут стать хорошим подспорьем в любой учебе. Сейчас многие преподаватели уже знают об этой системе. Но все еще немногие считают обоснованным создать в своей работе атмосферу захватывающего действия, непринужденной игры.

Применение идеи и метода Г. Лозанова как общепедагогической и психотерапевтической основы обучения позволяет интенсифицировать обучение любому предмету любого контингента обучаемых. Обучаемый сегодня должен рассматриваться как человек, которого мы учим самостоятельно мыслить и творчески применять полученные знания, уверенно, свободно ориентироваться в потоке информации, без страха начинать трудовую деятельность после окончания вуза.

Чтобы *подготовить успешную личность, востребованную на современном рынке труда*, нужно развивать у учащихся потребности в самоизменении, заинтересованности в знаниях – инструменте, которые позволят обрести утраченный менталитет, этнокультурную идентичность и эмоционально-нравственное отношение к жизни. Формирование ситуации успеха в учебно-воспитательном процессе с учетом психолого-педагогических условий будет протекать эффективно, если:

- будет раскрыта сущность технологии успешной деятельности личности в целом на каждом этапе развития общества;

- будет далее реализовываться идея взаимного роста как учителей, так и учащихся.

Если говорить о месте *суггестии в преподавании иностранных языков*, то можно сказать, что она используется в игровых формах и представляет собой фактически хорошо отрежиссированную актерскую игру преподавателя [7, 8, 10–13]. Преподаватель, используя различные интонации, начинает эмоционально, громко и отчетливо, а иногда и совсем тихо, но внятно читать иностранный текст, объясняя его значение на родном языке. В таких благоприятных условиях мозг человека непринужденно запоминает определенную информацию.

Наиболее типичные приемы интенсивного обучения, использующиеся на занятиях, следующие:

- сравнение слов и конструкций в двух языках;
- ритмизация фразы при введении материала;
- использование музыкального фона;
- использование интонационного диапазона (от шепота до громко выраженных эмоций).

Исследование и современное практическое применение

Очевидно, что на академическом занятии в условиях средней и особенно высшей школы использование музыкального фона и метода погружения практически не представляется возможным вследствие ограничения занятия по времени, многоаспектности его задач. Но стремление к оптимизации учебного процесса с помощью элементов суггестопедических приемов приводит к порой неожиданным сверхположительным результатам, и они состоят в следующем. *Как только строгость, императивные формы общения с обучающимися исчезают из процесса обучения, процесс восприятия становится максимально эффективным. Человеческая память начинает творить чудеса, перерабатывая и усваивая огромные массивы информации.* В течение многих лет политическая элита, работники спецслужб, даже обслуживающий персонал Олимпиады-80 обучались иностранным языкам по методам суггестопедии.

Стоит ли говорить, что у преподавателя, использующего в обучении этот подход, не существует такого определения, как «неязыковой» студент. Определение, которое сослужило нехорошую службу многим обучающимся, даже по-своему талантливым, одаренным, правильно мотивированным. Понятие «неязыковой» лимитирует для студента предел совершенствования в языке до крайне малого, тем самым снимая ответственность и с преподавателя. В подобной ситуации для преподавателя не является обязательным показывать свой профессионализм во всей полноте и развивать его в дальнейшем. Это педагогически «неверное» слово помешало бы добиться неожиданно высоких результатов для студентов с ограниченными возможностями и перенесшими челюстно-лицевые операции вследствие врожденных пороков или полученных травм.

Необходимо подчеркнуть, что все учащиеся, не только испытывающие определенные затруднения в учении, особенно нуждаются в переживании ситуации не порицания, а успеха. В связи с этим необходимо подбирать такие задания, с которыми учащиеся этой категории могли бы справиться без особых затруднений, и лишь потом переходить к более сложным упражнениям. В опыте передовых учителей с этой целью используются так называемые двоянные задания, где первое подготавливает к выполнению более сложного задания. Надежным путем создания ситуаций успеха является дифференцированный подход к определению содержания деятельности и характеру помощи учащимся при ее осуществлении. Естественными в этом случае должны быть и словесные поощрения, подбадривающие ученика, вызывающие у него уверенность в своих силах, и стремление соответствовать оценке учителя. В результате проведенного исследования мы обновили систе-

му обучения путем модернизации метода доктора Лозанова, которая может быть рекомендована к внедрению в учебный процесс. Вот примеры убеждающих заданий, которые возможно использовать на занятиях, например, по английскому языку в высшей школе. Упражнения апробированы на занятиях по практике языка и за короткое время дали устойчивый положительный результат.

Перед освоением нового, особенно сложного материала необходимо использовать любые упражнения и темы из уже освоенного материала.

1. Работа с грамматическим материалом. Ниже представлены примеры *убеждающих* упражнений, которые лучше использовать до освоения нового в грамматике. Иными словами, для создания объективного ощущения уверенности в собственных знаниях студентам сначала предлагается пройденный материал для закрепления или, что еще лучше, материал, логически предшествующий запланированной теме. Так, в примере А, повторяя лексический материал по теме «Синонимы прилагательных», можно плавно перейти к грамматической теме о степенях сравнения прилагательных.

А) Richard and Sandy use *nice* eleven times. Complete the sentences below with more descriptive adjectives.

В) Correcting mistakes / Find *one* mistake in each sentence. Поиск ошибки позволяет особым способом повторить материал по всем пройденным грамматическим темам.

В) Match a line in A with a line in B. Задание на понимание текста, распознавание и поиск возможной структуры английского предложения.

С) Translate sentences from Russian into English (с учетом пройденного материала). Основываясь на собственном опыте преподавания, можно сказать, что именно удачный перевод предложений с русского языка на английский дает особую уверенность в своих силах и возможность почувствовать себя «переводчиком», даже если в обучении такая цель не преследуется.

2. В ситуации говорения, обсуждения преподавателю стоит использовать *freezing technique*, т.е. останавливать учащегося только в случае неправильно построенной структуры предложения или грубых ошибок. Однако, даже при совершении грубых ошибок порой есть смысл дослушать учащегося до конца и только затем проанализировать совершенные ошибки, сделав это в деликатной форме. Подобный прием способствует развитию навыка говорения без языкового, психологического барьера. Студент говорит, не боясь быть некорректным, но стремится быть понятым. Грамматические же огрехи могут быть устранены и проработаны отдельно от процесса говорения.

При этом наиболее удачным «жанром» ситуации говорения на практике является *интервью*, когда заинтересованным интервьюером

выступает преподаватель, а студент – интервьюируемым. Психологически такое распределение «ролей» предельно правильно. Студент начинает ощущать важность своего мнения, и, увлекшись процессом, общается уже более свободно, раскованно, задумываясь, прежде всего, о смысле произносимого, а боязнь сделать ошибку ослабевает. Надо сказать, что подобная устная практика принимается студентами положительно практически в 100% случаев.

3. В ситуации аудирования учащихся наиболее обескураживает непонимание смысла текста или многих его нюансов. Здесь роль преподавателя состоит в напоминании, что данный текст не рассчитан на одноразовое прослушивание с целью его полного понимания – с записью необходимо поработать, прослушав ее пять или более раз (1–2 раза при одновременном считывании текста, последующие разы – лишь прослушивание с целью понимания нюансов и запоминания новой лексики). По сути дела, прослушивание одной и той же записи даже неограниченное количество раз не бессмысленно: после многочисленного прослушивания аудиозапись «работает» на более совершенное, близкое к аутентичному произношение у реципиента.

Заключение

Суггестопедический подход к изучению языков в практическом применении не вызвал по ходу апробации никаких значимых трудностей у обучающихся. Материал осваивался последовательно и с неуклонным прогрессом. Применение метода показывает свою несовместимость с явлениями застоя в обучении: наращивание объема знаний происходит у разных реципиентов с разной скоростью, но происходит обязательно. Все поставленные обучающимися цели обучения были в результате выполнены, более того – при определенном опыте применения метод позволяет достаточно точно рассчитать время, которое потребуется для освоения того или иного языкового уровня или достижения определенной цели.

Подводя итог всему вышеизложенному, можно сделать вывод, что старый и многократно проверенный метод доктора Лозанова является обоснованным и основательным базисом в обучении всем аспектам языка при условии его обновления, модернизации в рамках современных аутентичных методик и техник, отражающих реалии настоящего времени в науке в целом и педагогике в частности.

Литература

1. *Лозанов Г.К.* Основы суггестологии // Проблемы на суггестологията. София : Editura Sciifica, 1973. С. 55–70.

2. *Лозанов Г.К.* Суггестология. София : Editura Sciifica, 1971.
3. *Lozanov G., Gateva E.* The Foreign Language Teacher's Suggestopedic Manual. New York : Gordon and Breach, 1988.
4. *Бассин Ф.В.* Проблема «бессознательного» в его отношении к теории установки // Философские вопросы биологии и медицины. 1970. № 4. С. 78–89.
5. *Бассин Ф.В., Шехтер И.Ю.* О психологических и методических аспектах системы обучения языку по Г. Лозанову // Проблемы суггестологии : материалы I Междунар. симп. по проблемам суггестологии. София, 1973. С. 106–111.
6. *Карвасарский Б.Д.* Психотерапевтическая энциклопедия. СПб. : Питер, 2000.
7. *Гегечкори Л.Ш.* Основы методики интенсивного обучения взрослых устной иноязычной речи на иностранном языке (на материале французского языка) : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. М., 1977. 40 с.
8. *Китайгородская Г.А.* Методика интенсивного обучения иностранным языкам : учеб. пособие для преподавателей вузов и студ. пед. ин-тов. М. : Высш. шк., 1982. 141 с.
9. *Китайгородская Г.А., Шемякина Г.М.* Мотивация учения в условиях применения метода активизации резервных возможностей // Активизация учебной деятельности : сб. статей / под ред. Г.А. Китайгородской. М. : Изд-во МГУ, 1982. Вып. 2. С. 120–129.
10. *Гугенейм Г.* Некоторые выводы статистики словаря // Методика преподавания иностранных языков за рубежом : сб. ст. / сост. М.М. Васильева, Е.В. Синявская. М. : Прогресс, 1967. С. 299–305.
11. *Зимняя И.А.* Психологические аспекты обучения говорению на иностранном языке : кн. для учителя. 2-е изд. М. : Просвещение, 1985. 160 с.
12. *Острандер Ш., Шредер Л., Острандер Н.* Болгарский вариант лучше? // Суперобучение 2000. Superlearning 2000. Минск : Попурри, 2002. С. 14–17.
13. *Gateva E.* Creating Wholeness Through Art Aylesbury. L.: Accelerated Learning Systems, Ltd., 1991. URL: <http://www.slovopedia.com/2/203/239051.html> (дата обращения: 02.06.2016).

Поступила в редакцию 29 июня 2016 г.

Сведения об авторах:

Курбакова Марина Андреевна – доцент, кандидат филологических наук, доцент кафедры «Центр изучения английского языка» Московского политехнического университета (Москва, Россия). E-mail: mkurbakova@inbox.ru

WAYS TO OPTIMIZE THE PROCESS OF LEARNING A FOREIGN LANGUAGE (THE MODERN USE OF PSYCHOTHERAPEUTIC METHOD OF DR. LOZANOV)

Kurbakova M.A., Ph.D. in Philology, Associate Professor of the English Learning Centre, Moscow Polytechnic University (Moscow, Russia). E-mail: mkurbakova@inbox.ru

DOI: 10.17223/19996195/35/12

Abstract. The methods of foreign languages teaching let a linguist use all their advantages in complex taking the grammar aspect as the basis of studying. In this way we can increase the effectiveness of teaching up to its expected maximum. The psychotherapeutic method of Lozanov still optimizes the learning process, creating the most natural atmosphere in which knowledge is obtained beyond any special efforts and highly effectively. Absence of psychological pressure on students in the “teacher - student” format releases additional reserves of memory. For teachers there should not be the concept of “non-linguistic” student. With this approach, the method also gives good results for students with disabilities. The experience of the situation of success is required by any student and secured by a convincing job: the un-

conscious movement in learning from the success of the simple to the psychologically easier the development of the complex. Convincing jobs are based on today's new materials and techniques for reading, listening, speaking and writing on the grammar base of the language studied, the best examples of them are shown in this article.

Keywords: Suggestopaedia; unconscious in psychic sphere; revealing of memory resources; experiences in the situation of success; persuading exercises.

References

1. Bassin F.V. (1970) Problema «bessoznatel'nogo» v ego otnoshenii k teorii ustanovki [The problem of "unconscious" in its relation to the theory of set] // *Filosofskie voprosy biologii i mediciny - Philosophical problems of biology and medicine*. 4. pp. 78-89.
2. Bassin F.V., Schechter I.Y. (1973) O psihologicheskikh i metodicheskikh aspektah sistemy obuchenija jazyku po G. Lozanovu [On the psychological and methodological aspects of language learning for G. Lozanovu] // *Problemy suggestologii – Problems of suggestology*. Proceedings of the I International Symposium on suggestology. pp 106-111.
3. Gateva E. (1991) *Creating Wholeness Through Art* Aylesbury, L.: Accelerated Learning Systems, Ltd., [Online]. Available from: <http://www.slovopedia.com/2/203/239051.html> [Accessed: 01.12.2015].
4. Gegechkoris L.S. (1977) *Osnovy metodiki intensivnogo obuchenija vzroslykh ustnoj inojazychnoj rechi na inostrannom jazyke (na materiale francuzskogo jazyka)* [Basic methods of intensive training adult oral foreign speech in a foreign language (French language)]. Abstract of Doctoral Diss. Moscow.
5. Gugeneym G. (1967) Nekotorye vyvody statistiki slovarja [Some Conclusions of Statistics Dictionary] // *Metodika prepodavanija inostrannyh jazykov za rubezhom - Methods of teaching foreign languages abroad*. pp 299-305.
6. Zimnyaya I.A. (1985) *Psihologicheskie aspekty obuchenija govoreniju na inostrannom jazyke* [Psychological aspects of teaching speaking in a foreign language]: Textbook for teachers. Moscow: Prosveshhenie.
7. Karvasarsky B.D. (2000) *Psihoterapevticheskaja jenciklopedija* [Psychotherapeutic encyclopedia]. St. Petersburg: Piter.
8. Kitaygorodskaya G.A. (1982) *Metodika intensivnogo obuchenija inostrannym jazykam* [The technique of intensive foreign language training]. Moscow: Vysshaja shkola.
9. Kitaygorodskaya G.A., Shemyakin G.M. (1982) Motivacija uchenija v uslovijah primenija metoda aktivizacii rezervnyh vozmozhnostej [Learning motivation in terms of the method activation backup capabilities] // *Aktivizacija uchebnoj dejatel'nosti - Activation of learning activities*. 2. pp. 120-129.
10. Lozanov G., Gateva E. (1988) *The Foreign Language Teacher's Suggestopedic Manual*. New York: Gordon and Breach.
11. Lozanov G.K. (1973) Osnovy suggestologii [Basics suggestologii] // *Problemy suggestologii - Problems of suggestology*. pp 55-70.
12. Lozanov G.K. (1971) *Suggestologija* [Suggestology]. Sofia: Editura Sciifica.
13. Ostrander S., Schroeder L., Ostrander H. (2000) Bolgarskij variant luchshe? [Is the Bulgarian version better?] // *Superobuchenie 2000 - Superlearning 2000*. pp 14-17.

Received 29 June 2016