

La Sugestopedia de Lozanov: Sus Contribuciones a la Enseñanza de Lenguas Extranjeras

Gladys Romero
gromero@usb.ve
Jorge González
jgonza@usb.ve

Universidad Simón Bolívar – Núcleo del Litoral

Resumen

En este artículo se presenta una revisión documental de la Sugestopedia de Georgi Lozanov, en la que se incluye su fundamentación teórica y su aplicación en la enseñanza de lenguas extranjeras. Igualmente, se discuten los aspectos relevantes de dos teorías, el Cerebro Triuno de MacLean y las Múltiples Inteligencias de Gardner, las cuales comparten con la Sugestopedia su concepción holística. La Sugestopedia es la enseñanza a través del uso de la sugestión y de todos los recursos que posee el ser humano, tanto mentales (consciente y paraconsciente) como sensoriales, con el fin de lograr un aprendizaje efectivo. En este enfoque la figura del profesor como sugestor, apoyándose en su autoridad, reflejada en el dominio de la materia y en sus habilidades pedagógicas, juega un rol fundamental en el aprendizaje de los estudiantes. Lozanov enfatiza que este proceso debe darse en un ambiente placentero y carente de tensión en el que se proteja la autoestima del aprendiz. Para lograr estos fines, el sistema sugestopédico incorpora el uso de diversos tipos de música, juegos didácticos, técnicas de relajación, presentación global de contenidos, etc. Esta concepción de Lozanov pareciera no haber recibido todo el reconocimiento que merece por parte de la comunidad de profesores de lenguas extranjeras, principalmente en el mundo occidental, a pesar de sus valiosos aportes pedagógicos. Se espera que este trabajo contribuya a la difusión de esta concepción teórico-metodológica.

Palabras clave: *sugestopedia, aprendizaje holístico, enseñanza de lenguas extranjeras.*

Lozanov's Suggestopedia : its Contributions to the Foreign Language Teaching

Abstract

A documentary study on Lozanov's Suggestopedia, including its principles and applications to second language teaching is presented. Also, MacLean's Triune Brain and Gardner's Multiple Intelligences theories, which share Suggestopedia's holistic

views, are discussed. Suggestopedia is instruction through the use of suggestion and all of human beings' resources, both mental (conscious and paraconscious) and sensorial, in order to promote an effective learning. In this approach, the instructor as a suggestor plays an essential role, relying on his authority: mastery of the subject matter and pedagogical skills (use of various types of music, relaxation techniques, integration of contents, focus on communication, etc.). Learning would thus be enhanced in a pleasant, tension-free atmosphere in which the student's self esteem is protected. Lozanov's system seems not to have received much recognition by L2 teachers or methodology researchers, despite its valuable pedagogical contributions. It is our hope that this paper will contribute to raising awareness of this teaching system and its conceptual framework.

Key words: *suggestopedia, holistic learning, foreign language teaching.*

Introducción

A finales de los años 60 y principios de los 70, el psiquiatra búlgaro Georgi Lozanov desarrolló un sistema de aprendizaje basado en la *Sugestología* (ciencia de la sugestión), el cual demoninó *SUGESTOPEDIA*. “La partícula ‘sugesto’ está relacionada con el verbo latín *suggero, suggessi, suggestum* (pasar por debajo o sugerir), la partícula ‘*paedy*’ (pedia) está relacionada con la pedagogía...” (Lozanov, 1978, p. 1). En este sentido, se entendería la suggestopedia como educación e instrucción fundamentadas en las leyes y los principios de la sugestión. En la práctica de la suggestopedia se le da un valor prominente a una sugestión organizada y con propósito.

A este respecto, Lozanov destaca que la sugestión no debe entenderse “en el sentido limitante, reductor, condicionador y manipulador, sino en el sentido del significado en inglés de la palabra “*suggestion*”: ofrecer, proponer, es decir, ofrecer a la personalidad una amplia selección, como lo hace la naturaleza...” (p. 1)

Principios sugestopédicos

La Suggestopedia se basa en los siguientes principios:

- se fundamenta en la sugestión
- busca la activación de todo el cerebro
- persigue la integración consciente-paraconsciente
- plantea que el aprendizaje puede y debe darse en un ambiente de alegría y ausencia de tensión

Sugestión

Lozanov (1978) define la sugestión como: "...un factor comunicacional constante, el cual puede crear las condiciones para activar las capacidades de reserva funcional de la personalidad, principalmente a través de la actividad mental paraconsciente" (p. 201).

A través de un buen uso de la sugestión, por parte del profesor en la clase sugestopédica, se activan las "reservas de la mente", mejorando la memoria y el aprendizaje.

Lozanov (1978) enfatiza el efecto de la sugestión en el paraconsciente del individuo y la contrasta con la convicción, que a diferencia de aquélla, involucra una toma de conciencia y fijación de la atención; la sugestión: "...origina un enlace directo entre la actividad mental inconsciente y el medio ambiente donde no hay recodificación de la conciencia, no son tolerados los argumentos lógicos y no se requiere concentración de la atención" (p. 59). Los fenómenos sugestivos se caracterizan por la ausencia de un esfuerzo de concentración consciente, pues la atención parece ser pasiva. Sin embargo, existe una actividad interna considerable que subyace a esta pasividad conductual y que Lozanov denomina "pseudopasividad".

La enseñanza sugestopédica, a través del uso de la sugestión, crea un ambiente de "expectación" que conduce a los estudiantes a esperar que su aprendizaje no sólo será más fácil y divertido, sino también, más eficiente y acelerado.

Rose (1992), quien se refiere a la Sugestopedia mediante el término utilizado en los Estados Unidos: "Aprendizaje Acelerado", afirma que éste: "parece funcionar no realmente porque aumente la capacidad de la memoria humana, sino porque supera la expectativa de que la memoria es limitada (...) permite que nuestra habilidad mental innata opere más ampliamente" (p. 133).

Estas sugerencias pueden ser tanto verbales como no verbales; es decir, transmitidas en palabras o percibidas del medio ambiente (gestos, música, espacio físico, etc.); y tanto directas como indirectas, dependiendo de la forma como sean presentadas.

Lozanov (1978) plantea que existen cinco *canales inconscientes* a través de los cuales los factores sugestivos ejercen su influencia en todo acto racional y lógico:

- 1) el componente emocional
- 2) las percepciones periféricas
- 3) los detalles, códigos y elementos automatizados
- 4) la asociación, la simbolización y la codificación ... (y)
- 5) un ambiente sugestivo previo, las actitudes, la motivación y la expectación (p. 60).

Estas vías, al ser más *directas* que las usadas normalmente, penetran en el campo mental y de manera especial a través de los *mecanismos intuitivos y emotivos*, facilitando de este modo, la rápida y automática “memorización de gran cantidad de material” (p. 73), con un gran nivel de *precisión* y con una *mínima pérdida de energía*.

Sin embargo, Lozanov (1978) plantea que existen tres *barreras antisugestivas* fundamentales que actúan como mecanismos psicológicos de protección del ser humano, que aceptan o rechazan los mensajes sugestivos:

- La barrera *ético-moral* hace que no aceptemos cualquier mensaje que esté reñido con nuestros principios morales.
- Por la barrera *críticalógica* se rechaza todo lo que no parezca obedecer a nuestros razonamientos lógicos.
- La *intuitiva-afectiva* “rechaza todo lo que no genere confianza y sentimientos de seguridad” (pp. 164-165).

Para Lozanov estas barreras, aun cuando no deben ser eliminadas -pues constituyen factores distintivos de nuestra personalidad y nos defienden de situaciones de peligro han de manejarse procurando reducir su interferencia negativa en el proceso sugestivo del aprendizaje: “El superar las barreras significa armonizar con las barreras.” (Lozanov, 1978, p. 165). Para lograr esta “armonización”, Lozanov propone unos principios que él denomina “*medios de la sugestión*”, los cuales deben guiar la conducta del profesor.

Medios de la sugestión

Los medios a través de los cuales ocurre la sugestión en el proceso educativo son: la *autoridad* del profesor, la *infantilización*, el *plano*

dual, la entonación, el ritmo y el concierto pasivo.

Autoridad

La *autoridad* del profesor viene dada por su prestigio al dominar los contenidos de la asignatura, así como por su pericia para transmitirlos. Lozanov aclara que no debe confundirse la autoridad con el autoritarismo, pues éste tiende a generar sentimientos de desconfianza, temor o indiferencia, desfavorables para un aprendizaje efectivo que, según Satir (1972), pueden dañar la autoestima de los estudiantes. El cultivo de la autoestima en los estudiantes va a depender “del clima emocional que él (el profesor) logre establecer” (Martínez, 1992; p. 15). Este autor afirma que la percepción de los estudiantes sobre su profesor debe ser la de una persona justa que facilite el aprendizaje, en lugar de dificultarlo.

Infantilización

El segundo de estos medios es la *infantilización* de los estudiantes, que consiste en aprender con una actitud abierta, semejante a la forma espontánea con la que el niño se enfrenta a nuevos conceptos y gracias a la cual logra memorizar mucha más información que el adulto. Este aprendizaje lo logra de una forma natural y sin requerir de un proceso mental activo pues, como sostiene Chomsky (1977), el niño viene dotado de un dispositivo innato de adquisición que le permite aprender su lengua materna sin la necesidad de una enseñanza sistemática, ni de un esfuerzo consciente. En esta adquisición están involucradas actividades placenteras y creativas como el juego, además de la necesidad de expresar su pensamiento e interactuar con el mundo. Lozanov (1978) plantea que con la edad el individuo tiende a perder estas facultades, las cuales pueden ser activadas a través de la infantilización, y aclara que:

... la infantilización no significa un regreso completo a períodos de la niñez temprana. Es, más bien, un estado mental selectivo (...) pues las experiencias de la vida y las habilidades intelectuales no son reducidas, sino, más bien, complementadas por las cualidades plásticas de los períodos de la niñez. (p. 192)

Plano Dual

El *plano dual* es el tercer medio. Lozanov usa el término “plano dual” para referirse a lo que el profesor dice y a cómo lo dice: tono de voz, gestos, postura y contacto visual principalmente. Knapp (1972) reporta que las actitudes percibidas por los estudiantes se deben principalmente a estímulos no verbales (38% a la entonación y 55% a la expresión facial) mientras que sólo un 7% son de índole verbal. De aquí la relevancia de atender ese segundo plano (el no verbal) el cual incluye todos los aspectos extralingüísticos.

Entonación

Uno de estos aspectos extralingüísticos que reviste gran importancia es la *entonación*, considerada por Lozanov, el cuarto medio de la sugestión. El autor identifica la entonación con la modulación de la voz, la cual debe ser solemne (para crear una atmósfera de expectación) y de contenido afectivo (para facilitar una activación emocional más profunda de la personalidad).

Ritmo

El *ritmo* es el quinto medio y está presente en todos los elementos de la naturaleza. Lozanov lo considera un “principio biológico básico” y lo observamos en diferentes áreas del quehacer humano: la música, la medicina, la psicoterapia, etc. El ritmo es fundamental para el aprendizaje pues la presentación de un material, siguiendo patrones rítmicos, favorece la memoria: “La entonación, el cambio de ritmos, el crear suspenso, el auto-emocionarse y el interesarse en la asignatura causa un cambio en el set mental de los estudiantes.” (Schuster y Gritton, 1987, p.90).

Concierto pasivo

El *Concierto pasivo* es el último medio de la sugestión. Lozanov (1978) se refiere a él como el “repaso de concierto pseudopasivo”. El autor afirma que en esta fase de concierto es importante causar en los estudiantes un efecto similar al de una persona que asiste a un concierto de su música preferida, y entra al teatro esperando disfrutar y ser entretenida de una manera agradable y relajada. El profesor, en

cambio, debe permanecer muy activo a fin de lograr una concentración masiva y simultánea en sus estudiantes. La actitud y el tono de voz del profesor durante la lectura de concierto, con la música de fondo adecuada (barroca), generan en el estudiante el estado ideal para superar las barreras antisugestivas y activar las reservas de la mente. Al referirse a los efectos de la música barroca (Rose, 1992) afirma que:

... los compositores barrocos, tratando de crear una forma y armonía matemáticas en su música, lograron producir exactamente la frecuencia y el sonido correcto que armonizan con las funciones del cerebro y producen un estado de calma, de alerta relajada... (p. 102)

Bordon y Schuster (1976) reportaron que las palabras presentadas rítmicamente, con música barroca de fondo, fueron aprendidas y recordadas significativamente mejor que las presentadas oralmente sin ese fondo musical. En otro estudio, Tomatis demostró que la música barroca y, en especial, la ejecutada en violín, estimula el neocórtex (Rose, 1992).

Los seis medios de la sugestión referidos anteriormente no deben aplicarse en forma aislada como ocurre en otros sistemas de enseñanza-aprendizaje. El éxito del sistema de enseñanza sugestopédico, según Lozanov, radica en la integración de ellos, de manera armónica:

Uno frecuentemente encuentra especialistas quienes por diferentes razones y diferentes puntos de vista pueden aprobar la Sugestopedia, pero que comienzan a buscar maneras estrictamente mecánicas de combinarlos con otros sistemas educativos. Ellos fallan al no ver que la Sugestopedia está construída sobre principios indivisiblemente unidos y que son concebidos en una unidad indivisible con los medios de la Sugestopedia con el fin de activar el complejo de reservas del estudiante. (p. 332).

Activación de todo el cerebro

Como sistema holístico, la Sugestopedia plantea entre sus principios fundamentales la necesidad de involucrar toda nuestra

capacidad cerebral en el proceso de aprendizaje. Lozanov (1978) afirma que una de las razones principales por la que los estudiantes aprenden más rápidamente con Sugestopedia que con cualquier otro método convencional, es que sus cerebros están operando de una manera integrada, el hemisferio izquierdo y derecho y las estructuras corticales y subcorticales.

Muchos expertos (Lozanov, 1978; Rose, 1987; Martínez, 1992) mantienen que utilizamos menos del 10% de nuestro potencial cerebral, el cual está determinado principalmente por el número de conexiones que pueda producir el cerebro. Al respecto, Rose (1992) expresa que “el cerebro humano adulto promedio consta aproximadamente de 12.000 a 15.000 millones de células nerviosas (...)cada una capaz de hacer miles de contactos, las posibles permutaciones de conexiones pueden llegar a trillones” (pp. 5-9).

Para entender el funcionamiento del cerebro como un todo complejo e integrado, es necesario observar sus componentes: externamente, se nota su división en dos partes: *hemisferio derecho* e *hemisferio izquierdo*, conectados cerca de la base por una red compleja de fibras: el *cuerpo calloso*. Asimismo, al realizar un corte longitudinal del cerebro, se distinguen tres divisiones consideradas por MacLean (1973) en su teoría del *Cerebro Triuno*, las cuales denominó: el *sistema reticular*, el *sistema límbico* y el *neocórtex*.

Hemisferios cerebrales

Aun cuando la noción en torno a la división del cerebro en dos hemisferios no es de data reciente, no es sino hasta mediados de los años sesenta y comienzos de los setenta cuando se tiene conocimiento de las reales implicaciones de la especialización de cada hemisferio cerebral. En 1964 Sperry realizó una investigación en la que separó a ambos hemisferios, cortando las fibras del cuerpo calloso, a fin de reducir convulsiones en pacientes epilépticos. Además de observar la red compleja de fibras que conectan a ambos hemisferios (cuerpo calloso) también demostró que las dos mitades del cerebro tienden a tener funciones diferentes.

A raíz del trabajo de Sperry, muchos investigadores interesados en el funcionamiento del cerebro (Milner, 1968; Galin y Ornstein, 1972;

McGlone, 1973; Verlee, 1976; O'Boyle, 1984; Martínez, 1992; y otros) se dedicaron a profundizar en el estudio de la especialización de los hemisferios cerebrales.

Como producto de estas investigaciones, al *hemisferio izquierdo* se le considera como el analítico, debido a que se especializa en reconocer las partes que constituyen un conjunto, por lo que, además, es considerado atomista y abstracto. Es secuencial y lineal, pues pasa de un punto al siguiente de manera gradual. Por estas características, es especialmente eficiente para procesar los símbolos lingüísticos, codificar y decodificar el habla y la escritura, los procesos matemáticos y el pensamiento lógico.

El *hemisferio derecho*, a diferencia del izquierdo, no se ocupa de separar las partes, sino que las combina para crear un todo. Busca y construye relaciones entre partes separadas. No actúa linealmente, sino en forma holística, procesando “la visión gestáltica... de una idea.” (Schuster y Gritton, 1987, p. 76). En este sentido, es especialmente eficiente en el proceso visual y espacial y maneja los componentes no verbales y emocionales del habla, de los gestos, de la música, del reconocimiento del color y de la formación de imágenes. Se le atribuye también al hemisferio derecho la habilidad de tratar con cierto tipo de pensamiento conceptual, en el que se incluyen ideas como el amor, la lealtad, la belleza.

Rose (1992) ilustra las diferencias en el funcionamiento de ambos hemisferios de la siguiente manera:

Cuando uno conoce a alguien parece que el cerebro derecho es el que toma todos los elementos a la vez y sintetiza el patrón en un todo para reconocer a la persona instantáneamente. Si se estuviese usando solamente el cerebro izquierdo probablemente focalizaríamos primero el pelo, después la frente, después los ojos, la nariz, la boca y la barbilla en una secuencia para “construir” un retrato (p. 14).

Ross (1982), al referirse a las diferencias en el procesamiento de las funciones lingüísticas, por cada hemisferio, concluye que “el izquierdo es responsable de lo que decimos y el derecho de cómo lo decimos” (p. 10).

No obstante, O'Boyle (1986) afirma que se debe ser muy cuidadoso al establecer generalizaciones en cuanto a las diferencias funcionales entre ambos hemisferios; pues no es absolutamente cierto que las funciones propias de un hemisferio estén totalmente vedadas al otro; sólo que cada hemisferio puede tener un estilo determinado de procesar la información. El funcionamiento de ambos es complementario, "... lo que confiere a la mente su poder y su flexibilidad. No pensamos con un hemisferio o el otro; ambos están implicados en los procesos cognocitivos más altos" (Verlee, 1976, p. 16).

Por consiguiente, a diferencia de los sistemas de enseñanza tradicionales que han enfatizado el desarrollo de habilidades y destrezas asociadas con el hemisferio izquierdo, en la enseñanza holística se persigue la interacción de ambos hemisferios, incluyendo técnicas destinadas a activar el hemisferio derecho, a fin de obtener un aprendizaje efectivo.

Lozanov (1978) sugiere que en una presentación integrada y global del material se incluyan aspectos emocionales relacionados con el hemisferio derecho conjuntamente con los asociados al hemisferio izquierdo, en una presentación integrada y global del material por parte del profesor.

El Cerebro Triuno

El Dr. Paul MacLean (1973) desarrolló la teoría del Cerebro Triuno, según la cual el cerebro está clasificado en tres partes que se corresponden con las tres fases del proceso evolutivo del cerebro mamífero: El *cerebro reptil (sistema reticular)*, el *cerebro paleomamífero (sistema límbico)* y el *cerebro neomamífero (neocórtex)*. Estas fases comprenden la evolución alcanzada desde las respuestas puramente instintivas, pasando por la adquisición de las respuestas emocionales controladas y el comienzo de la memoria, hasta llegar a la complejidad del cerebro humano o neocórtex. MacLean afirma que cada uno de estos tres componentes del cerebro tiene sus propias funciones aun estando interconectados neurológicamente. El *cerebro reptil* emerge directamente de la espina dorsal y está conformado principalmente por el tallo cerebral. Éste controla las respuestas instintivas básicas y está asociado a funciones biológicas como el hambre y el impulso sexual. El *sistema límbico o cerebro*

mamífero incluye, entre otros órganos, el hipotálamo, relacionado con la memoria de largo plazo, y la glándula pituitaria que controla el sistema endocrino; por lo que controla las emociones, la sexualidad y los centros del placer. Finalmente, el *neocórtex*, que rodea al sistema límbico y es el más grande de los tres cerebros, está relacionado con los procesos intelectuales que distinguen al hombre de las demás especies animales. Es necesario que los sistemas cerebrales inferiores hayan sido satisfechos para que el neocórtex funcione óptimamente, ya que el sistema límbico actúa como el conducto por donde los impulsos son transferidos de conductas involuntarias instintivas al pensamiento “racional”. Estos dos sistemas (límbico y neocórtex) están conectados por numerosos “canales de circulación en ambas direcciones” (Martínez, 1992; p. 12).

Aun cuando el ser humano se caracteriza por estar dotado de capacidad cerebral para el raciocinio (neocórtex), científicos como Lozanov (1978), Rappaport (1972), Machado (1984), Kobayashi (1991), y Martínez (1992), entre otros, han coincidido en que el componente emocional (asociado al sistema límbico) es imprescindible para que el neocórtex acepte, procese y recuerde la información que recibe:

... el sistema límbico da colorido emocional cambiando en gran medida las percepciones conscientes y, viceversa, que, mediante la corteza prefrontal (sistema consciente), el sujeto ejerce una influencia de control sobre las emociones generadas por el sistema límbico (Martínez, 1992; p. 12).

Rappaport (1972), por su parte, concluyó que la emoción es la base sobre la cual está organizada la memoria. Machado (1984), pionero del llamado Aprendizaje Acelerado, afirma que cuando un material nuevo es presentado de forma que produzca un despertar de las emociones, es decir, que involucre al sistema límbico, se activan los poderes mentales no usados normalmente, los cuales Lozanov denomina “reservas de la mente”.

La armonía entre los tres subsistemas del cerebro triuno y de los dos hemisferios cerebrales es fundamental para lograr un aprendizaje efectivo “... su *equilibrio y sabia orquestación* deberá ser un objetivo fundamental de nuestra educación moderna” (Martínez, 1992; p. 13). Sin embargo, los sistemas educativos tradicionales se han centrado

en desarrollar actividades asociadas al hemisferio izquierdo y al neocórtex, restando importancia a las capacidades intuitivas, holísticas del hemisferio derecho, así como a las relacionadas con el componente afectivo del sistema límbico; “los cerebros de las personas están siendo sistemáticamente dañados. De muchas maneras se les está deseducando.” (Rose, 1992; p. 14).

En las dos últimas décadas, esta concepción holística del aprendizaje ha encontrado eco en el mundo occidental. Además de la propuesta de MacLean sobre el funcionamiento integrado del cerebro, investigadores como Gardner (1989) han presentado modelos teóricos que abordan el proceso de aprendizaje desde una perspectiva holística.

Teoría de las Múltiples Inteligencias

En la teoría de las Múltiples Inteligencias, Gardner (1985) sostiene que el aprendizaje se potencia si se le da al aprendiz la oportunidad de utilizar las “siete inteligencias” que posee y apoyarse en su estilo particular de aprendizaje. A estas inteligencias las denomina: la *lingüística*, la *lógica-matemática*, la *visual espacial*, la *musical*, la *kinestésica*, la *interpersonal* y la *intrapersonal*.

Gardner señala que, atendiendo a las diversas inteligencias, se debe elaborar un ciclo de actividades que incluyan oportunidades para utilizar cada una de ellas. Para la inteligencia *lingüística* se recomiendan ejercicios de lectura y escritura así como la narración de historias. La inteligencia *lógica-matemática* se activa principalmente a través del trabajo con números, la formulación de preguntas, la exploración de patrones y relaciones, etc. La *visual espacial* se estimula mediante la creación de imágenes mentales, visualizaciones y la utilización de afiches, gráficos, tablas, dibujos, etc. Para la inteligencia *musical* se deben usar canciones de diversa índole y piezas de música clásica y barroca. Para la activación de la inteligencia *kinestésica* se debe recurrir a ejercicios que incluyan movimientos como, por ejemplo: simulaciones, bailes, trabajos vivenciales, trabajos de campo, etc. La inteligencia *interpersonal* requiere, principalmente, de actividades que involucren juegos, tareas grupales y trabajos cooperativos. Finalmente, la inteligencia *intrapersonal* demanda un trabajo individual en el que el aprendiz reflexione sobre la posible aplicación del material aprendido.

A la luz de las múltiples inteligencias, Gardner (1989) utiliza la frase “múltiples oportunidades” para referirse a un sistema de enseñanza en cuya programación se incluyan actividades diversas, a fin de ofrecer a cada estudiante la posibilidad de aprender de la forma que le resulte más fácil. Sin embargo, la educación tradicional generalmente está enfocada hacia la activación de dos de las siete inteligencias de Gardner: la lingüística y la lógica-matemática.

Lozanov (1978), en su sistema de enseñanza sugestopédica, presenta un modelo en el que las actividades de aula están estructuradas de manera que estimulen más de un área del cerebro, a través del uso de la música, de la relajación, las imágenes, el psicodrama y la sugestión.

Integración consciente-paraconsciente

Lozanov (1978), mediante el uso del término “paraconsciente”, se refiere a la unión de todo lo “más o menos inconsciente” en los contenidos y procesos de la mente: las “tendencias instintivas profundas”, todas las “actividades automáticas”, los “elementos automatizados inconscientes” en el campo de la actividad mental consciente, los estímulos “subsensoriales” (subliminales), las “percepciones periféricas” (marginales), la mayoría de los estímulos emocionales, la creatividad intuitiva, el “plano secundario” del proceso de comunicación y una gran parte de la información procesada a través de la “asociación, codificación y simbolización”. Lozanov destaca que nuestra mente consciente y paraconsciente siempre actúa como una unidad, como un todo. No podemos comportarnos como personalidades divididas, aun cuando adoptamos conductas diferenciadas, de acuerdo con las situaciones que se nos presenten.

Comunicación Sugestopédica

Lozanov mantiene que la comunicación puede mejorarse considerablemente si se toma en cuenta que ésta se da tanto a nivel consciente como paraconsciente. Existen *barreras en la comunicación* a nivel paraconsciente que filtran o modifican los mensajes. Schuster y Gritton (1987, p. 13) señalan las siguientes barreras:

1. Patrones aceptados social o culturalmente.
2. Señales del lenguaje corporal que son culturalmente instintivas.
3. Comunicación subliminal, como la que ocurre entre niños.
4. Confusión verbal debida a imágenes generadas por el receptor, al interpretar los sonidos recibidos.

Ambiente sugestopédico: alegría y ausencia de tensión

Es imposible considerar al individuo fuera de su ambiente, el ambiente social donde crece y se desarrolla. La herencia biológica es moldeada, dirigida y reconstruida bajo las condiciones del ambiente social: “el ser humano nace con diversos sistemas corporales y programas biológicos, y (...) estos programas son activados no sólo por algún mecanismo interno, sino también por la interacción con el medio ambiente...” (Kobayashi, 1984; p. 44).

Diversas investigaciones (G. Moruzzi, 1964; A. Zanchetti *et al*, 1965) han profundizado en torno a la interacción entre los sistemas corporales y el medio ambiente, específicamente en lo referente a las conexiones corticales y subcorticales, y a la importancia de éstas en la formación de los mecanismos reguladores para el mantenimiento del equilibrio entre el organismo y el medio ambiente. Estos mecanismos se dan frecuentemente:

... por debajo del umbral de lo consciente (...) no sólo a través del temor del poder del colectivo o a través de una subordinación ciega, sino que frecuentemente el individuo acepta en ausencia de cualquier temor o subordinación, sugerencias que están en armonía con los puntos de vista y normas sociales aceptadas (Lozanov, 1978; p. 37-39)

De no existir esta armonía, la sugestión puede ser rechazada al levantarse entre ella y el individuo la denominada barrera *ético-moral* referida anteriormente.

A la luz de estas consideraciones, la enseñanza sugestopédica debe estar acompañada por una conducta ejemplar enmarcada en un *ambiente placentero y carente de tensión*. Kobayashi (1991) apoya este planteamiento al afirmar que: “un niño puede aprender mejor con la ‘joie de vivre’, parte esencial del mejor tipo de educación. Un ambiente

positivo y emocionalmente rico no es un lujo sino una necesidad real ...” (p. 44).

A este respecto, Martínez (1992) afirma que, de no propiciarse un ambiente con las características mencionadas, la actividad mental del neocórtex se ve disminuida por los sistemas “endocrino-vegetativo” y límbico. Valarino (1994) vincula el placer con las sensaciones de alegría y relajación: “Las sensaciones más frecuentes asociadas al placer son las de relajación, comodidad, alegría y buen humor.” (p. 15). Este ambiente de alegría y tranquilidad es imprescindible para un aprendizaje efectivo. Lozanov (1978) plantea la importancia de generar en los estudiantes un estado de “psico-relajación concentrada”, ideal para la actividad creativa, pues un estado de tensión y ansiedad sólo produce un alto grado de cansancio y un gran desgaste de energía.

Este estado de psico-relajación concentrada está caracterizado por el predominio de un tipo de ondas (pulsaciones eléctricas) producidas por el cerebro: las ondas cerebrales *alfa*; “cuando el cerebro se encuentra relajado en un estado de descanso, tiende predominantemente a mostrar un ritmo de ondas cerebrales alfa - ondas de 8/10 ciclos por segundo” (Rose, 1992; p. 13). Éste es el estado en el que se “sueña despierto” y se da rienda suelta a la imaginación; se está relajado pero alerta, lo cual posibilita la rápida asimilación de información, facilita la inspiración, potencia la memoria y activa el subconsciente. Nuestra sociedad y los sistemas educativos convencionales han favorecido la permanencia en un estado en el que predominan las ondas *beta*. Estas son las ondas de la mente “consciente”; están relacionadas con el pensamiento lógico, el análisis y la acción; se está completamente despierto y alerta. Bajo un efecto predominante de estas ondas, nuestra concentración está centrada en el problema que nos ocupa, lo cual inhibe el pensamiento creativo y la imaginación. Además, esta concentración consciente, característica del efecto de las ondas beta y tan estimulado por la educación tradicional, está acompañada de un alto grado de tensión.

Técnicas sugestopédicas

Para que este sistema de enseñanza sea efectivo, los principios sugestopédicos han de constituir siempre la base sobre la cual se

deben delinear las diversas técnicas para ser aplicadas en forma conjunta. En este sentido, Lozanov plantea que el profesor debe integrar tres herramientas fundamentales: *psicológicas, didácticas y artísticas*, a fin de lograr que el estudiante supere las barreras anti-sugestivas que obstaculizan su aprendizaje. Haciendo uso de estrategias de índole psicológica, el profesor “organiza los contenidos de la lección psicoterapéutica, psicofísica y emocional,” de manera de transmitir la comunicación periféricamente, pues, según Lozanov, los mensajes recibidos de este modo son aceptados sin crítica. A través de herramientas didácticas, el profesor idea diversas formas de presentar el mismo material, lo cual permite a cada alumno aprender de la manera que le resulte más eficiente y lo familiariza con diferentes recursos y formas de aprendizaje. El tercer tipo de herramientas a las que se refiere Lozanov, las artísticas, constituye uno de los rasgos distintivos más resaltantes de la sugestopedia. El profesor debe utilizar afiches artísticos que guarden alguna relación con el material didáctico, diversos tipos de música (clásica, barroca, etc.), así como dramatizaciones e historias que, además de globalizar la lección y permitir su mejor comprensión, despierten las emociones en los estudiantes, activando, de este modo, su hemisferio cerebral derecho y su sistema límbico.

En cuanto al texto sugestopédico para la enseñanza de lenguas extranjeras, Lozanov y Gateva (1989) plantean que éste debe estar estructurado en forma de obra de teatro, con diálogos relacionados con aspectos de la vida cotidiana y presentados de manera didáctica. Es importante que los personajes centrales de la obra estén claramente definidos y descritos a fin de que los estudiantes se puedan familiarizar con los diferentes aspectos psicológicos de cada uno. Es igualmente esencial que se describan lo más fielmente posible las diferentes características culturales, históricas, etc. de las regiones donde se desarrolla el relato, el cual debe pertenecer a países donde se hable el idioma que se estudia. En cuanto a la disposición de las palabras, éstas deben aparecer en grupos, formando frases en líneas separadas; pues, de esta forma, se facilita el aprendizaje. También deben subrayarse las palabras y frases de mayor uso a fin de focalizar la atención de los estudiantes hacia el vocabulario esencial y a las estructuras gramaticales básicas. Adicionalmente, el texto debe incluir ilustraciones globalizantes que estén conectadas con el contenido.

De esta manera, la información es presentada y procesada a dos niveles: semántico y visual. Esto se fundamenta en el principio sugestivo del plano dual. Es recomendable que algunas de estas ilustraciones sean reproducciones de arte pertenecientes a la cultura en cuestión. Conjuntamente con el texto escrito en el idioma a aprender, se recomienda que el estudiante disponga de la traducción de los diálogos, principalmente en las primeras etapas de aprendizaje. Cada diálogo es seguido de una presentación de las unidades gramaticales y léxicas, las cuales son ejercitadas posteriormente. Algunos paradigmas gramaticales se presentan al lado derecho del diálogo. El texto, elaborado según estos criterios y utilizado siguiendo los principios de la enseñanza holística, favorece la toma de conciencia, por parte de los estudiantes, de sus capacidades en reserva al permitirles un aprendizaje fácil, motivante, sin cansancio y que estimula la creatividad.

Además del texto adecuado, Lozanov y Gateva (1989) señalan que es necesario que el aula de clases sea lo más acogedora posible: se debe usar pintura clara en las paredes y el techo; los pupitres han de estar dispuestos en forma semicircular y el escritorio del profesor debe ocupar el espacio que deja el semicírculo. Es conveniente usar un regulador de luz cuando se quiera calmar a los estudiantes o ayudarlos a relajarse psicológicamente. También se deben colocar afiches que eleven la autoestima y sugieran bienestar, tales como: “superestudiantes trabajando aquí”, además de afiches geográficos representativos de los lugares referidos en las lecciones. Se recomienda, igualmente, la presencia de plantas y flores en el salón. Con todas estas características se busca sugerir que el aula de clases sea un lugar acogedor en el que provoque estar y aprender.

Para explicar las técnicas que el profesor “sugestopédico” debe aplicar en el aula, una vez elaborado el texto apropiado y logrado el ambiente físico ideal, nos referiremos al modelo de enseñanza de idiomas que propone Lozanov, el cual ha experimentado variaciones derivadas de los resultados arrojados en las investigaciones en Sugestopedia en su versión original (1971) y otras posteriores (1978 y 1989). Entre las investigaciones más recientes se incluyen: Mateva (1980), Barzakov (1982), González y Romero (1994 y 1995), Romero y González y (1996) y Luzardo (2002).

Modelo de Enseñanza Sugestopédica de Lenguas Extranjeras de Lozanov

El primer día de clases el profesor se presenta a sus estudiantes exhibiendo una actitud que transmita dinamismo, tranquilidad y calidez y un trato cordial hacia cada estudiante en particular y hacia todo el grupo; “Se ha comprobado como óptimo un grupo de 12 estudiantes.” (Lozanov y Gateva, 1989). En esta sesión, el profesor selecciona un nombre propio en el idioma que está enseñando y una nacionalidad, a partir de afiches que contienen listas con este tipo de información, y se muestra asumiendo el nuevo rol; luego cada estudiante sigue el ejemplo del profesor. Estos roles se asumen hasta el final del curso. Con esto se persigue lograr efectos “psico-higiénicos”: con los nuevos roles, los estudiantes pueden sentir que en la clase de idiomas se permiten ciertos comportamientos y actitudes diferentes a los aceptados fuera de clase. Asimismo, se “cuida” la autoestima del estudiante al cometer un error, pues el “culpable” no ha sido él sino el personaje cuyos datos fueron escogidos durante la primera sesión de clases.

En la versión original de este sistema, Lozanov (1972) recomienda -como paso previo al anterior- que el profesor les hable a los estudiantes de los estados de conciencia, de las diferentes ondas emitidas por el cerebro en cada estado y de la importancia de encontrarse relajado para lograr un aprendizaje efectivo. Luego de esa breve charla, el profesor introduce a los estudiantes a las prácticas de relajación, a través de dos o tres tipos de ejercicios de relajación mental y física.

Etapas de una clase tipo

A partir de esta etapa introductoria, el profesor comienza el proceso de enseñanza del idioma, siguiendo un esquema que comprende las siguientes fases: *preliminar*, *desciframiento*, *sesión de concierto activo*, *sesión de concierto pseudopasivo* y las *elaboraciones*.

Fase preliminar

En esta etapa el profesor lleva a los estudiantes a un estado de relajación física y mental a través de un ejercicio seleccionado, el cual

dirige con una música de fondo apropiada y un tono de voz suave y pausado. Entre los ejercicios de relajación física que pueden realizar se encuentran los siguientes: estiramiento, tensión/distensión, rotación de hombros, rotación de los ojos, etc. Para la relajación mental, el profesor puede escoger entre una variedad de ejercicios de visualización: formación de la imagen mental de un dibujo, viajes mentales a diversos paisajes naturales que evoquen sensaciones de tranquilidad, paz y ausencia de tensión, visualización de la respiración, etc. Igualmente puede utilizar el procedimiento diseñado por Romen (1982) que integra ambos tipos de relajación (mental y física) en un solo ejercicio (Schuster y Gritton, 1987).

Esta fase, que Lozanov recomienda en la versión de 1971, es eliminada en su versión posterior, expuesta en *Suggestology and Outlines of Suggestopedic* (1978) y en *The Foreign Language Teacher's Suggestopedic Manual* (1989). En esta última obra se recomienda relajar a los estudiantes a través de actividades (danzas, canciones, etc.) que formen parte de la clase misma, y no como una etapa anterior a ella.

Desciframiento

Esta es la fase en la cual el estudiante tiene el primer contacto con la lección. El profesor dramatiza vívidamente la historia correspondiente a la lección, apoyado por afiches didácticos, para transmitir la idea global de la misma y crear un ambiente de expectación y novedad, ya que “la expectación, la sorpresa, la novedad, lo extraordinario, emocional y al mismo tiempo convincente... del primer encuentro... constituyen la base de cualquier trabajo posterior.” (Lozanov y Gateva, 1989). Es fundamental que el profesor le imprima a su desciframiento una dosis importante de humor y movimiento para promover la asociación de imágenes en las mentes de los estudiantes y crear una sensación de alegría y bienestar.

Sesión de Concierto Activo

Es el primer contacto de los estudiantes con el material impreso. Una vez repartidos los textos con los diálogos y las hojas separadas con la traducción, el profesor coloca una pieza musical clásica de fondo y espera unos instantes antes de leer el texto completo en voz

alta y “modulada en armonía con las frases musicales”. (Lozanov, 1978; p. 272). Durante la lectura, la cual debe ser lenta y rítmica y con una dicción clara, el profesor permanecerá de pie, a fin de transmitir solemnidad. Las palabras y estructuras gramaticales nuevas en el texto deberán pronunciarse con una entonación diferente, de manera de llamar la atención de los estudiantes a la nueva información. Las pausas en la lectura son importantes, pues el estudiante puede utilizarlas para referirse a los paradigmas gramaticales en el lado derecho de la hoja y tomar notas sobre la pronunciación de ciertas palabras. Se recomienda, adicionalmente, que el profesor establezca contacto visual ocasional con cada estudiante, al levantar los ojos del libro.

Para esta sesión se han de seleccionar autores de composiciones musicales clásicas o románticas (Haydn, Mozart, Beethoven, Tchaikovsky) por ser éstas “vivas, relativamente impredecibles,... y variables en volumen y tempo” (Schuster y Gritton, 1987; p. 148). Al respecto, Lozanov y Gateva (1989) afirman lo siguiente:

Los principios estructurales de una composición clásica ejercen su influencia a través de una filosofía humana expresada en una forma perfecta. Ellos crean en los seres humanos las condiciones necesarias para una transición natural desde el caos y el desorden hacia el orden, la armonía, consistencia, lógica, inspiración y gozo. Estos principios crean también las condiciones necesarias para una regulación de la psicorelajación que emerge naturalmente, el estado mental en el cual las capacidades en reservas son reveladas y activadas. (p. 70)

Al finalizar la lectura, el profesor cierra el libro y espera a que termine la pieza musical, o simplemente, apaga el reproductor de cintas. Luego da un receso de 7 minutos y sale del salón, permitiendo a los estudiantes hacer lo mismo.

Sesión de Concierto Pseudopasivo

Al regresar del receso, el profesor coloca una pieza de música barroca y, relajado, se sienta cómodamente, de modo que sus estudiantes sigan su ejemplo. Antes de proceder a leer, se les pide a los estudiantes que permanezcan con sus textos cerrados y escuchen

la lectura. A diferencia de la anterior, esta lectura debe ser más rápida y emular el habla cotidiana, pero conservando una buena dicción. La entonación debe corresponderse con las diferentes situaciones planteadas en el diálogo.

Al concluir la lectura, el profesor sale inmediatamente del salón, procurando no perturbar la atmósfera de serenidad existente; luego lo hacen los estudiantes. De esta manera, culmina la *sesión* y la clase del día. Lozanov (1978) recomienda que el profesor sugiera a sus estudiantes que realicen un repaso ligero del diálogo -como una lectura de periódico- antes de acostarse y al despertarse el día siguiente. La *sesión* (conciertos activo y pseudopasivo) dura aproximadamente 45 minutos. (Lozanov y Gateva, 1989)

Las Elaboraciones

Las elaboraciones constituyen la fase de práctica o *post-sesión*, y persiguen involucrar al estudiante activamente en el proceso de aprendizaje, mediante el uso y aplicación de los contenidos presentados durante la sesión. Consta de dos fases: *elaboración primaria* y *elaboración secundaria*.

Elaboración primaria

Es la primera fase de práctica. Una vez sentados los estudiantes, el profesor pide que abran el texto en la primera página del diálogo y se procede a realizar una lectura coral. El profesor aclara dudas relacionadas con la pronunciación. En este momento, él y los estudiantes leen el texto en voz alta. Los estudiantes tienen la posibilidad de echar un vistazo a la traducción. La voz del profesor debe sobresalir de manera que los estudiantes oigan la pronunciación correcta. Luego de una lectura parcial del diálogo, se realizan ejercicios de preguntas y respuestas utilizando una pelota como recurso lúdico: el profesor formula una pregunta y observa los rostros de los estudiantes; lanza la pelota al estudiante, cuyo lenguaje corporal demuestra su voluntad de responder; el estudiante, al atrapar la pelota, responde la pregunta.

Lozanov (1978) y Lozanov y Gateva (1989) destacan como aspecto fundamental la forma como el profesor debe tratar los errores

cometidos por el alumno: en vez de enfatizar el error, el profesor debe producir la respuesta correcta y utilizar la frase “corregida”, en un contexto similar. La idea es proteger la autoestima del estudiante durante todo el curso; el profesor “no debe hacer que sus estudiantes se sientan avergonzados por los errores que cometen. Por eso, la corrección de errores es considerada uno de los aspectos más importantes en el arte de la instrucción sugestopédica” (Lozanov, 1978; p. 273).

Además de la lectura coral y las preguntas sobre el texto, la traducción de fragmentos del diálogo es otra actividad que puede realizarse en esta etapa. El profesor pide a los estudiantes que retiren las hojas con la versión traducida del diálogo y se realiza una traducción coral al idioma materno de los fragmentos previamente leídos. Con esto se persigue que los estudiantes sientan que han aprendido el vocabulario contenido en el diálogo.

Elaboración Secundaria

En esta fase los estudiantes realizan ejercicios de lectura y traducción, pero en forma individual. Lozanov y Gateva (1989) recomiendan que al leer y traducir, se hagan analogías: el profesor puede, por ejemplo, detener la lectura y pedir que de forma individual o colectiva se realice la conjugación de un verbo y/o referirse brevemente a otros verbos similares mostrados en un afiche. Al finalizar estos ejercicios se realizan actividades de diferente índole orientadas a involucrar a los estudiantes en la ejecución oral del idioma. Estas actividades incluyen: juegos didácticos (gramaticales, de vocabulario, para la fluidez, etc), canciones didácticas, simulaciones, discusiones, narraciones cortas sobre eventos similares a los relatados en el texto, conversaciones libres y dramatizaciones. Estas últimas son consideradas de singular importancia dentro de la Sugestopedia, pues, al actuar, los participantes tienden a involucrarse emocionalmente, al punto de olvidar que se trata de una experiencia de aprendizaje. De esta forma, se persigue que se comuniquen usando el idioma de una manera natural y creativa. Los juegos, otra herramienta esencial en el trabajo sugestopédico, contribuyen a crear una atmósfera de confianza y alegría, y generan en los estudiantes sentimientos de seguridad. Gracias a ellos, tanto la *infantilización* como la *alegría y ausencia de tensión*, ambos medios de la sugestión, se

hacen efectivos. El profesor centrará su atención hacia el desarrollo adecuado del juego y tratará de no realizar correcciones de tipo lingüístico que inhiban la participación de los estudiantes y les resten diversión. Los juegos deben estar organizados en función de reafirmar el sentimiento de logro de los estudiantes y no convertirse en una actividad exclusivamente recreativa.

La elaboración secundaria es la última fase de este modelo, por lo que es fundamental que los estudiantes sean capaces de transferir la información presente en el diálogo a situaciones nuevas y relacionadas con sus propias vivencias, partiendo de los eventos del diálogo del texto:

Los juegos,(...) los juguetes y cualquier otra ayuda usada en la enseñanza sugestopédica para adultos (...) tienen otro propósito. Ellos persiguen, a través de reminiscencias, fantasías, y asociaciones, desviar la atención del estudiante de la idea del estudio "con tortura y dolor". (Lozanov y Gateva, 1989, p. 89).

Como cierre del curso, Lozanov (1978) recomienda una *representación final* en la cual los estudiantes incorporen los aspectos fundamentales del contenido del curso. Sin embargo, este acto debe ser sugerido por el profesor y realizado de manera voluntaria por los estudiantes.

Conclusiones

Para lograr una máxima efectividad con el sistema sugestopédico, el profesor debe aplicar todas y cada una de las técnicas presentadas anteriormente, respetando todos y cada uno de los principios referidos en el presente trabajo, resumidos a continuación:

- El aprendizaje es el estado natural del ser humano y, como tal, debe generarse en un ambiente placentero.
- La comunicación entre el profesor y los estudiantes ocurre a nivel verbal y no verbal. En el trabajo sugestopédico se debe hacer uso de todos los tipos de sugerencias: directas (a usarse con prudencia) e indirectas, así como verbales y no verbales, siendo estas últimas las más efectivas.
- El logro de un aprendizaje efectivo va a depender de la habilidad del profesor como sugesor.

- El estado de psicorelajación concentrada es el ideal para el aprendizaje.
- En el proceso de aprendizaje deben estar involucrados los diferentes niveles de consciencia, las estructuras corticales y subcorticales del cerebro, así como sus dos hemisferios.
- En el proceso de enseñanza-aprendizaje se debe promover una expectación positiva en los estudiantes.
- Es fundamental procurar que los estudiantes permanezcan en un estado de atención relajada.
- El humor y la risa son ingredientes esenciales en la clase, principalmente, en las elaboraciones.
- Los afiches (didácticos, artísticos y psicológicos) deben colocarse adecuadamente, preferiblemente para ser percibidos de forma periférica.
- El profesor ha de transmitir autenticidad y credibilidad y su actitud ha de ser afable y positiva.
- En un ambiente sugestopédico no se admiten expresiones negativas, sarcasmos o ironías, pues éstas pueden lastimar la autoimagen del estudiante, la cual debe ser protegida en todo momento. Al formular las preguntas orales en la clase, el profesor debe hacerlo con sumo tacto, a la vez de evitar la palabra NO en sus correcciones o expresiones tanto verbales como gestuales que sugieran desagrado o rechazo. El profesor dará la respuesta correcta, sin hacer hincapié en la equivocación, ni llamar la atención hacia el estudiante que la cometió.
- La actitud del profesor es el modelo para sus alumnos. En este sentido, su postura y sus gestos, al igual que el contacto visual con cada uno de sus estudiantes, son de suma importancia.
- El aula sugestopédica es ese *lugar especial*, y como tal debe sugerir placer y tranquilidad .
- Finalmente, el profesor, al planificar holísticamente su clase, debe incorporar estrategias que incluyan: ilustraciones, lectura rítmica, visualización, mapas mentales, música, actividades que involucren movimiento, etc.

A pesar de estos múltiples beneficios y ventajas, los cuales han sido evidenciados en diversas investigaciones (Mateva ,1980; Barzakov, 1982; Schuster y Gritton, 1987; González y Romero, 1994 y 1995; Romero y González, 1996 y Luzardo, 2002), la Sugestopedia no ha recibido todo el reconocimiento que merece por parte de la

comunidad de lenguas extranjeras del mundo occidental. Con este trabajo se espera contribuir con la difusión de este valioso sistema holístico y con su aplicación en programas de enseñanza de lenguas extranjeras, e incluso en otras áreas del conocimiento.

Referencias

- Barzakov, I. (1982). Optimal Learning: Orchestrating the Best Performance. *Brain/Mind Bulletin*, 1-2.
- Bordon, R. B. y D. H. Schuster. (1976). The Effects of a Suggestive Learning Climate, Synchronized Breathing and Music on the Learning and Retention of Spanish Words. *Journal of Suggestive Accelerated Learning and Teaching*, 1 (1), 27-40.
- Chomsky, N. (1977). *El Lenguaje y el Entendimiento*. Editorial Seix Barral, S.A.: Barcelona.
- Eccles, J. (1980). Evaluation of the Brain in Relation to the Development of a Self-conscious Mind. *Annals of the New York Academy of Science*, 229, 161-179.
- Galín, D. y R. Ornstein. (1972). Lateral Specialization of Cognitive Mode: an EEG study. *Psychophysiology*, 412-18.
- Gardner, H. (1989). *To Open Minds*. Basic Books: New York.
- González, J. y G. Romero. 1995. Materiales Instruccionales para la enseñanza de inglés bajo una concepción holista. *Perfiles*, 18:1, 11- 31.
- González J. y G. Romero. (1994). Efectos de la Sugestopedia en el aprendizaje de inglés en la Sede del Litoral de la Universidad Simón Bolívar. Trabajo para optar al ascenso a Profesor Asociado, Universidad Simón Bolívar. Caracas.
- Knapp, M. (1972). *Nonverbal Communication in Human Interactions*. Holt, Rinehart and Winston: New York.
- Kobayashi, N. (1991). The Emotional Basis of Learning. En D. Dickinson (Ed.). *Creating the Future* (pp. 41-44).
- Lozanov, G. (1972). *Suggestologiya*. Izdatytsvo Nauka i Izkustvo: Sofia.
- Lozanov, G. (1978). *Suggestology and Outlines of Suggesto-pedy*. Gordon and Breach Science Publishers: New York.
- Lozanov, G. y Gateva, E. (1989). *The Foreign Language Teacher's Suggestopedic Manual*. Gordon and Breach Science Publishers: New York.
- Luzardo, L. I. (2002). *El arte de enseñar con Clase*. Editorial SIAP, C.A.: Caracas.

- Machado, L. (1984). *Emotology and Emotopedia*: Rio de Janeiro.
- MacLean, P. (1973). *A Triune Concept of the Brain and Behavior*. University of Toronto Press: Toronto.
- Martínez, M. (1992). Revisión del Proceso Enseñanza-Aprendizaje a la Luz de la Neurociencia (Aprender con todo el cerebro). *Perfiles*, 24, 9-19.
- Mateva, G. (1980). *Un Viaje. Manual de español para los cursos sugestopédicos*. C. Instituto Científico de Sugestología: Sofía.
- McGlone, J. Y W. Davidson. (1973). The Relation between Cerebral Laterality and spatial Ability with Special Reference to Sex and Hand Preference. *Neuropsychologia*, 11,105-113.
- Milner, B. (1968). Visual Recognition and Recall after Right Temporal Lobe Excision in man. *Neuropsychologia*, 6, 191-209.
- Moruzzi, G. (1964). Reticular Influence on EEG. *EEG & Clin.. Neuro-physiology*, 17, 2 -17.
- O'Boyle, M. W. (1986). Hemispherical Laterality as a Basis of Learning: what we know and don't know. En *Cognitive Instructional Psychology: Components of Classroom Learning*, pp. 24-32, G. D. Phye and T. Andre, Eds.
- Rappaport, D. A. (1972). *Emotions and Memory*. New York International Universities Press: New York.
- Romen, A. S. (1982). *Self-suggestion and its Influence on the Human Organism*. M. E. Sharpe.
- Romero, G. y J. González. (1996). El inglés con propósitos específicos en la Sede del Litoral de la Universidad Simón Bolívar: el caso de inglés para Turismo y Hotelería. *Perfiles*, 19:01, 11-26.
- Rose, C. (1992). *Accelerated Learning*. Accelerated Learning Systems Limited: England.
- Schuster, D. H. y Gritton, C. E. (1987). *Suggestive Accelerative Learning and Teaching*. Gordon and Breach Science Publishers: New York.
- Sperry, R. W. (1968). Hemisphere Disconnection and unity in Consciousness. *American Psychologist*, 23 (10), 344- 46.

Valarino, E. (1994). Estar en el Limbo. *Carta Semanal, Universidad Simón Bolívar*, pp. 14-15.

Verlee, L. (1976). *Aprender con Todo el Cerebro*. Martínez Roca: Barcelona, España.

Zanchetti, A. (1965). Afferent Regulation of Waking and Emotional Behaviors in the Decorticated Cat. *Cortical-Subcortical Relationship in Sensory Regulation*. Havana.