

La Suggestopédie

ANGEL GOLLONET CASARES
UCM

La suggestopédie ou suggestopédagogie est une méthode pédagogique mise au point par le Dr. Lozanov, médecin et psychothérapeute bulgare. Il commence à exercer la médecine en tant que psychothérapeute, il soigne par l'hypnose. Mais il ne tarde pas à abandonner ce procédé. La suggestion à l'état de veille permet d'obtenir des résultats supérieurs à ceux de la suggestion sous hypnose et surtout plus durables.

Depuis 1973, l'Institut de Lozanov s'appelle Institut de Suggestologie —néologisme créé par le Dr. Lozanov— lequel étudie les effets de l'environnement ou du milieu sur l'être humain.

La suggestopédie est un mode d'éducation entièrement nouveau, destiné à révolutionner l'enseignement et à supplanter rapidement toutes les méthodes existantes. Appliquée d'abord à l'enseignement des langues aux adultes, elle a débordé ces domaines d'application. En effet, cette approche suggestopédique s'applique à l'enseignement de toutes les matières, lecture, écriture, calcul, et aussi mathématiques, physique, biologie, histoire, géographie, littérature.

Elle n'exige guère de matériel. La méthode est essentiellement en évolution constante; elle permet d'envisager une possibilité de libération des capacités humaines, avec l'idée d'adapter le milieu à l'homme pour son épanouissement personnel.

La suggestopédie se base sur la suggestion. Notre environnement a sur nous une action par suggestion, pour une bonne part inconsciente. Au plan interindividuel, nos parents, notre conjoint, nos enfants, nos amis, nos voisins, nos collègues de travail, notre employeur, nos employés et surtout tous ceux que nous voyons fréquemment tout au long des journées, tous ceux-là exercent sur nous —et nous exerçons sur eux— une influence peu ou pas consciente qui n'appartient pas à l'ordre rationnel. Au plan collectif, on peut affirmer que toute la vie sociale est suggestive.

La publicité moderne, servie par les mass media, repose tout à fait sur les messages suggestifs. A quoi s'ajoutent le système de valeurs de la société dans laquelle

nous vivons, les libertés dont nous jouissons, les contraintes que nous subissons, les préjugés de notre milieu.

Le Docteur Lozanov essaie d'éveiller par sa suggestologie en chacun des potentialités inexplicables et ceci par l'activation de ce qu'il appellera les réserves du cerveau humain. Ainsi, il explique que si nous n'utilisons qu'un très faible pourcentage de nos possibilités psychiques, c'est parce que notre conditionnement depuis la naissance, tel qu'il a été établi par la norme sociale, nous limite dans notre développement. Par exemple, il est d'usage d'apprendre les notions par petites quantités, avec l'habitude solidement implantée par l'éducation d'acquérir le savoir par des efforts pénibles et ennuyeux. Or, toutes ces idées conventionnelles sur l'apprentissage nous suggèrent dès l'enfance la conviction que nous en pouvons peu et qu'apprendre est fastidieux.

Durant les cours suggestopédiques, il suffit de changer ces conditions psychologiques, de prouver aux étudiants qu'ils sont capables d'assimiler de grandes quantités de notions rapidement, de les utiliser de manière créatrice, pour voir effectivement leurs capacités se développer dans des proportions importantes. Pour créer un environnement positif et pour procurer un épanouissement personnel, il faut utiliser les moyens simples et naturels mais très soigneusement mis en place. De plus, la personnalité du professeur et sa formation ont un rôle déterminant pour la réussite du cours et pour l'obtention de résultats élevés. Ainsi, l'enseignant dans sa salle de classe est une *composante essentielle de l'environnement de ses élèves*. Il faut créer l'atmosphère suggestive, positive ou négative, stimulante ou déprimante, qui caractérise le milieu dans lequel nous vivons et travaillons.

I. RELATION PROFESSEUR/ÉTUDIANTS

Le professeur doit devenir un véritable chef d'orchestre. Le prestige de l'enseignant-suggesteur est un élément essentiel du succès de l'enseignement fondé sur la suggestion. Sans prestige de l'enseignant, pas d'enseignement. La suggestopédie repose essentiellement sur le professeur, elle refuse tout ce qui constitue la pédagogie traditionnelle. L'autorité du professeur, son prestige sont ressentis comme sécurisants pour les étudiants et sans cette sécurité-là, certains mécanismes du phénomène suggestif se trouveraient entravés. Le professeur doit devenir à la fois logicien, magicien et artiste.

L'enseignement se déroule dans une atmosphère produisant un effet de détente, au minimum de non-fatigue. Si les étudiants sont fatigués, il n'y a pas de suggestopédie. L'expérience suggestopédique est toujours une expérience agréable, pouvant même produire des effets psychothérapeutiques.

Le professeur doit appliquer quatre règles de façon très stricte:

- 1) Le ton des explications est toujours très décontracté.
- 2) Le professeur évite de poser aux étudiants des questions auxquelles ceux-ci ne pourraient pas répondre avec le vocabulaire appris.

- 3) Le professeur ne répète jamais et ne fait jamais répéter.
- 4) Aucune correction directe: ce type de correction décourage les étudiants.

II. LE COURS DE LANGUE

Le cours suggestopédique est conduit à un rythme étonnamment accéléré, avec une grande rigueur méthodologique mais presque invisible, surtout les premiers jours. La priorité des priorités, c'est la communication et c'est elle qu'il s'agit avant tout de favoriser et d'encourager. Il s'agit d'apprendre la langue comme l'apprennent les enfants.

Chaque cours comporte de soixante à soixante-quinze heures environ. Un cours compte de huit à dix leçons. A chaque leçon correspond un dialogue. Chacun de ces dialogues comporte de huit à dix pages ronéotypées. Chaque page contient de trente à quarante lignes de texte présenté sur deux colonnes: texte français (par exemple) sur la colonne de gauche et en regard sa traduction en espagnol. Un cours complet totalise une centaine de pages avec un vocabulaire de 1800 à 2000 mots différents. En revanche, un nombre bien moindre de mots nouveaux sont inclus respectivement dans les deuxième et troisième dialogues, consacrés en fait à l'assimilation rapide de structures grammaticales. La raison profonde de cette présentation de 800 mots nouveaux dès la première leçon est de suggérer immédiatement aux étudiants qu'ils sont capables d'assimiler un tel matériel.

Le thème autour duquel s'organise la progression du premier au dixième dialogue, est celui d'un congrès sur *L'homme et la nature*, consacré aux problèmes de l'environnement et de la pollution.

L'action se déroule à Paris. Le congrès est en fait un simple prétexte de mise en situation des personnages qui sont présentés dans toutes les circonstances concrètes de la vie quotidienne (à l'hôtel, au restaurant, au téléphone, dans la rue, dans les magasins, en visite, etc.).

Dès les tout premiers textes, les étudiants sont mis en mesure de s'exprimer de façon individualisée sur le plan émotionnel et affectif.

Jeux et sketches permettent aux étudiants de sortir de leur personnage habituel. Chacun découvre aussi avec joie à cette occasion qu'il est capable de s'exprimer et de communiquer avec les autres.

III. LE CONCERT: SÉANCE ACTIVE, SÉANCE PASSIVE

C'est la partie la plus spectaculaire des cours suggestopédiques de langue. Le concert dure environ cinquante minutes, il comprend deux parties.

Dans la première partie, on écoute des pièces classiques et aussi romantiques. Alors, le professeur commence une lecture poétique, tout en respectant les temps forts, les temps faibles, les silences, les rythmes. Elle se fond dans le flot musical,

sans toutefois s'y perdre. Le professeur ne tient pas compte de la signification du texte pour moduler sa voix, mais il arrive à faire coïncider les phrases françaises avec les phrases musicales. Par moments, selon la phrase musicale, sa voix prend un ton solennel, s'adoucit jusqu'au chuchotement, devient plus habituelle, sans jamais être dépourvue d'émotivité. Cette lecture du dialogue demande environ quarante minutes. Sans musique, la lecture du même dialogue n'exigerait guère plus de dix minutes. C'est ici la musique qui fixe l'attention perceptive des étudiants. Par cette méthode on fait travailler simultanément les deux hémisphères du cerveau. A l'hémisphère gauche, le texte lu. A l'hémisphère droit, le texte écouté, enrichi de toutes les ressources émotives de la voix humaine associée à la musique. Pendant la présentation du dialogue sur un fond musical, les étudiants suivent le texte des yeux en même temps que la traduction et ils répètent pour eux-mêmes s'ils le désirent.

La seconde partie du concert comprend dix minutes de lecture. Le professeur lit sur un ton naturel mais de façon plus rapide. Dans cette seconde partie, on écoute souvent Bach et Haendel. Les romantiques ne figurent plus.

La musique concourt de même à créer chez les étudiants l'état de pseudo-passivité qui conditionne l'efficacité du processus suggestif. Mais cet état de psychorelaxation n'est pas l'effet exclusif de la musique. Celle-ci joue aussi un simple rôle de placebo. Les étudiants sont persuadés que c'est pendant le concert que se déroule de la façon la plus spécifique le processus de fixation du vocabulaire à mémoriser par imprégnation de l'inconscient.

Après le concert il y a l'exploitation du dialogue. Ce troisième temps va être beaucoup plus long que les deux précédents. Il s'agit de mettre en pratique le vocabulaire et les structures acquises dans le premier temps et durant le concert. C'est le moment de la mémorisation et de l'aptitude à communiquer.

Le professeur proposera aux étudiants des jeux qui prennent le plus souvent la forme de *petits sketches, rapidement improvisés, de saynètes, jouées par les étudiants* qui se séparent à cette occasion en groupes de trois, quatre ou six. Les étudiants concernés se lèvent, vont, viennent, arpentent la salle, miment tel ou tel personnage, telle ou telle situation, tout en dialoguant entre eux. Le cours progresse à un rythme très alerte, sans un temps mort; ceci exige du professeur non seulement une vigilance et un esprit toujours en éveil, mais aussi une préparation minutieuse de son cours.

En ce qui concerne le programme musical, on choisit des compositeurs baroques comme Haydn, J. S. Bach, Corelli, Vivaldi et classiques comme Mozart et Beethoven. Les oeuvres ne sont pas diffusées intégralement. Le concert leur emprunte un mouvement le plus souvent: andante, adagio, largo. Ce sont des mouvements qui produisent la détente.

La suggestopédie a connu une audience dans le monde entier: des organismes linguistiques d'enseignement par l'approche suggestopédique se sont créés en France, en Suisse, en Angleterre, en Irlande, en Belgique, en Allemagne, en Italie, en Hollande, en Suède, en Finlande, en Russie, au Canada, aux États-Unis. L'événement le plus important de l'histoire de la suggestopédie dans le monde est sans nul doute l'appui reçu par la Conférence d'Experts de l'Unesco qui affirmait pru-

demment, mais clairement, la supériorité de la suggestopédie sur les méthodes traditionnelles. Elle proposait l'application de cette expérience pour l'enseignement primaire et pour l'enseignement des langues aux adultes et aussi pour liquider l'analphabétisme dans les pays en voie de développement.

Bref, il est vraiment difficile d'exposer dans quelques pages l'histoire et l'application d'une pédagogie qui est toute une philosophie humaniste. C'est une question d'attitude du professeur envers l'étudiant. Cette nouvelle attitude du professeur le conduit sur l'empathie.

Sommes-nous à la veille d'une révolution dans l'art d'apprendre?