

Гипнопедия [греч. *hypnos* — сон + *paideia* — обучение, воспитание] — метод обучения, основанный на восприятии и запоминании человеком звучащей речи в состоянии естественного сна. При сохранении в мозгу некоего «сторожевого пункта» в этом состоянии включаются неосознаваемые процессы высшей нервной деятельности человека, облегчающие и ускоряющие процессы запоминания информации, увеличивающие «поглотительную способность памяти» (А.М.

Свядош). Метод Г. пытались использовать в обучении иностранным языкам, однако он не получил развития из-за неясности психофизиологической природы внушающего воздействия, отсутствия объективного контроля состояния обучаемых и скептического отношения со стороны многих педагогов, психологов и психофизиологов. Г. входит в число других методов суггестопедии, основанной на внушающих воздействиях на человека. Феномен суггестивного воздействия педагога и создаваемых им ситуаций на обучающихся известен давно, как и то, что при огромных возможностях мозга воспринимать и сохранять информацию человек использует лишь незначительный объем своей памяти. Основываясь на этом, болгарский психиатр Георгий Лозанов в 60-х годах разработал метод обучения иностранным языкам, названный им суггестопедией, который состоит в создании у обучающегося, находящегося в обычном бодрствующем состоянии, установки на гипермнезию, сверхзапоминание.

К суггестивным средствам, преодолевающим или снижающим психологические барьеры запоминанию, относятся: авторитет педагога или иного источника информации, инфантилизация (создание в группе обучающихся атмосферы «детской непосредственности»), двуплановость (предъявление педагогом и восприятие учеником осознаваемой и неосознаваемой информации), интонация, ритм, концертная псевдопассивность (состояние расслабления, релаксации в процессе занятий) и др. Г. и другие методы интенсивного обучения иностранным языкам — релаксопедия, аутотренинг, метод подпороговых воздействий, метод активизации резервных возможностей личности и коллектива и др. — принято считать вариантами суггестопедии.

А.А. Вербицкий