



Лекция 5. Память.

Общее понятие памяти

- **Память** – форма психического отражения, заключающаяся в *запоминании, сохранении и последующем воспроизведении или забывании личностью ее опыта.*
- Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим и является важнейшей познавательной функцией, лежащей в основе развития и обучения.
- Память есть у всех живых существ, но наиболее высокого уровня своего развития она достигает у человека. У животных есть только два вида памяти: *генетическая* и *механическая*. Первая проявляется в передаче генетическим путем из поколения в поколение жизненно необходимых биологических, психологических и поведенческих свойств. Вторая выступает в форме способности к научению.
- У человека же есть речь как мощное средство запоминания, способ хранения информации. Ему нет необходимости полагаться только на свои ограниченные возможности.

- Личность, ее отношения, навыки, привычки, надежды, желания существуют, благодаря памяти. Распад следов памяти приводит к распаду личности. Человек превращается в автомат, реагирующий только на стимул, действующий в данный момент.
- Память лежит в основе способностей человека, приобретения знаний, формирования умений, навыков.
- **Процессы памяти**
- При выделении процессов памяти в качестве основания рассматривают различные функции, выполняемые памятью в жизни и деятельности. К процессам памяти относят *запоминание, воспроизведение, а также сохранение и забывание* материала.

- **Запоминание.** Деятельность памяти начинается с запоминания, т.е. с закрепления тех образов и впечатлений, которые возникают в сознании под воздействием предметов и явлений действительности в процессе ощущения и восприятия.
- Таким образом, *запоминание можно определить как процесс памяти, в результате которого происходит закрепление нового путем связывания его с приобретенным ранее.*
- Успешность запоминания определяется в первую очередь возможностью включения нового материала в систему осмысленных связей. В зависимости от места процессов запоминания в структуре деятельности различают *произвольное и непроизвольное* запоминание.
- В случае непроизвольного запоминания человек не ставит перед собой задачу запомнить тот или иной материал.
- Произвольное запоминание является специальным действием, конкретная задача которого - запомнить точно, на максимально продолжительный срок, с целью последующего *воспроизведения* или просто *узнавания* - определяет выбор способов и средств запоминания, а тем самым влияет и на его результаты.

● **Сохранение и забывание.**

● **Сохранение** - это удерживание заученного в памяти, т.е. сохранение следов и связей в мозгу. Различают *активное* и *пассивное* сохранение. В первом случае удерживаемый материал подвергается внутренним преобразованиям, от простого циклического повторения до включения в системы новых семантических связей, резко увеличивающего вероятность его последующего воспроизведения, во втором случае подобных активных преобразований обнаружить не удастся.

● **Забывание** - исчезновение, выпадение из памяти, т.е. процесс угасания, ликвидации, “стирания” следов, затормаживания связей. Невозможность припомнить какой-либо материал не означает, что он совершенно забыт: забывается конкретная форма материала, но его значимое для субъекта содержание подвергается качественным изменениям и включается в опыт субъекта.

● Вообще говоря, забывание - весьма целесообразный, естественный и необходимый процесс и далеко не всегда должен оцениваться отрицательно. Не обладай мы способностью забывать, наша память была бы заполнена массой мелких и ненужных сведений, фактов, деталей. Мозг наш был бы перегружен информацией. А забывание даёт возможность мозгу освободиться от избыточной информации.

- **Узнавание и воспроизведение.** Результаты запоминания и сохранения проявляются в узнавании и воспроизведении.
- **Воспроизведение** - процесс появления в сознании представлений памяти, ранее воспринятых мыслей, осуществление заученных движений, в основе чего лежит оживление следов, возникновение в них возбуждения. **Узнавание** - появление чувства знакомости при повторном восприятии (благодаря наличию слабого, минимального следа, который остался в коре головного мозга после предыдущего восприятия).
- Воспроизведение в отличие от узнавания характеризуется тем, что образы, закреплённые в памяти, актуализируются без опоры на вторичное восприятие тех или иных объектов. Физиологически это означает наличие различных следов - стойких, прочных (воспроизведение) или слабых, нестойких и непрочных (узнавание).
- **Припоминание** - наиболее активное воспроизведение, связанное с напряжением и требующее определённых волевых усилий. Процесс припоминания протекает успешно, когда забытый факт воспроизводится не изолированно, а в связи с другими фактами, событиями, обстоятельствами и действиями, сохранившимися в памяти.

● Виды памяти

● Формы проявления памяти чрезвычайно многообразны. Объясняется это тем, что память обслуживает все виды многообразной деятельности человека.

● В основу видовой классификации памяти положены три основных критерия: 1) объект запоминания, т.е. то, что запоминается, Это предметы и явления, мысли, движения, чувства. Соответственно этому различают такие виды памяти, как *образная, словесно-логическая, двигательная и эмоциональная*; 2) степень волевой регуляции памяти. С этой точки зрения различают *произвольную и произвольную память*; 3) длительность сохранения в памяти. В данном случае имеют в виду *кратковременную, долговременную и оперативную память*.

● Таким образом, мы видим, что все виды памяти различают в зависимости оттого, *что* запоминается и *насколько долго* помнится.

- **Образная память** - это память на представления, на картины природы и жизни, а также на звуки, запахи, вкусы. Она бывает зрительной, слуховой, осязательной, обонятельной, вкусовой. Если зрительная и слуховая память обычно хорошо развиты и играют ведущую роль в жизненной ориентировке всех нормальных людей, то осязательную, обонятельную и вкусовую память в известном смысле можно назвать профессиональными видами: как и соответствующие ощущения, эти виды памяти особенно интенсивно развиваются в связи со специфическими условиями деятельности
- Содержанием **словесно-логической памяти** являются наши мысли. Мысли не существуют без языка, поэтому память на них и называется не просто логической, а словесно - логической. Она играет ведущую роль в усвоении знаний в процессе обучения.
- **Двигательная память** это запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений и их систем. Огромное значение этого вида памяти состоит в том, что она служит основой для формирования различных практических и трудовых навыков, ровно, как и навыков ходьбы, письма и т.д. Без памяти на движения мы должны были бы каждый раз учиться сначала, осуществлять те или иные действия.

- В зависимости от целей деятельности память делят на **непроизвольную и произвольную**.
- *Запоминание и воспроизведение, в котором отсутствует специальная цель что-то запомнить или припомнить, называется непроизвольной памятью.*
- В тех случаях, когда мы ставим такую цель, говорят о **произвольной памяти**.
- **Память долговременная** - подсистема памяти, обеспечивающая продолжительное (часы, годы, иногда десятилетия) удержание знаний, а также сохранение умений и навыков и характеризуемая огромным объектом сохраняемой информации.
- В отличие от долговременной памяти, для которой характерно длительное сохранение материала после многократного его повторения и воспроизведения, **кратковременная память** характеризуется очень кратким сохранением после однократного очень непродолжительного восприятия и немедленным воспроизведением.

- Кроме того, выделяют в отдельный вид памяти - *оперативную память*.
- *Оперативной памятью* называют запоминание каких-то сведений, данных на время, необходимое для выполнения операции, отдельного акта деятельности. Например, в процессе получения результата удерживать в памяти действия необходимо до промежуточной операции, которые в дальнейшем могут быть забыты.