


Память






Память - форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.

Прошлое

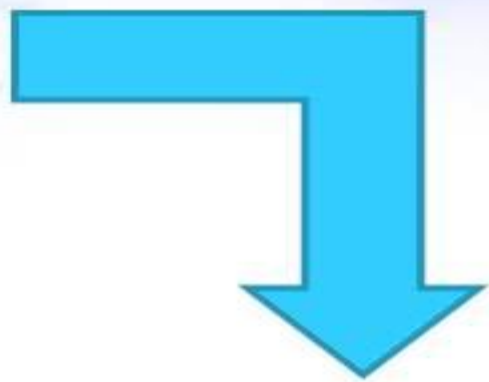
Настоящее

Будущее



Представления - образы предметов или процессов реальной действительности, которые мы воспринимали ранее, а сейчас мысленно воспроизводим.

Представления воображения — это представления о предметах, которые в таких сочетаниях или в таком виде никогда нами не воспринимались.



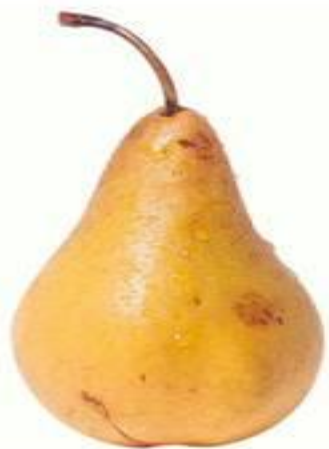
СЕССИЯ!!!



В основе памяти лежат ассоциации, или связи. Предметы или явления, связанные в действительности, связываются и в памяти человека.

Ассоциации

по сходству



по контрасту



Ассоциации

по смежности



по смыслу





Основные процессы памяти:

Запоминание — процесс, направленный на сохранение в памяти полученных впечатлений.

Сохранение — процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала, овладения им.

Воспроизведение и узнавание — процессы восстановления прежде воспринятого.

Виды памяти

←
Непроизвольная

→
Произвольная

Эффективность произвольной памяти зависит:

- 1). От целей запоминания
- 2). От приемов заучивания






Приемы заучивания бывают:

1). Механическое дословное многократное повторение

Механическая память — это память, основанная на повторении материала без его осмысливания.

2). Логический пересказ

Логическая память — вид памяти, основанный на установлении в запоминаемом материале смысловых связей.



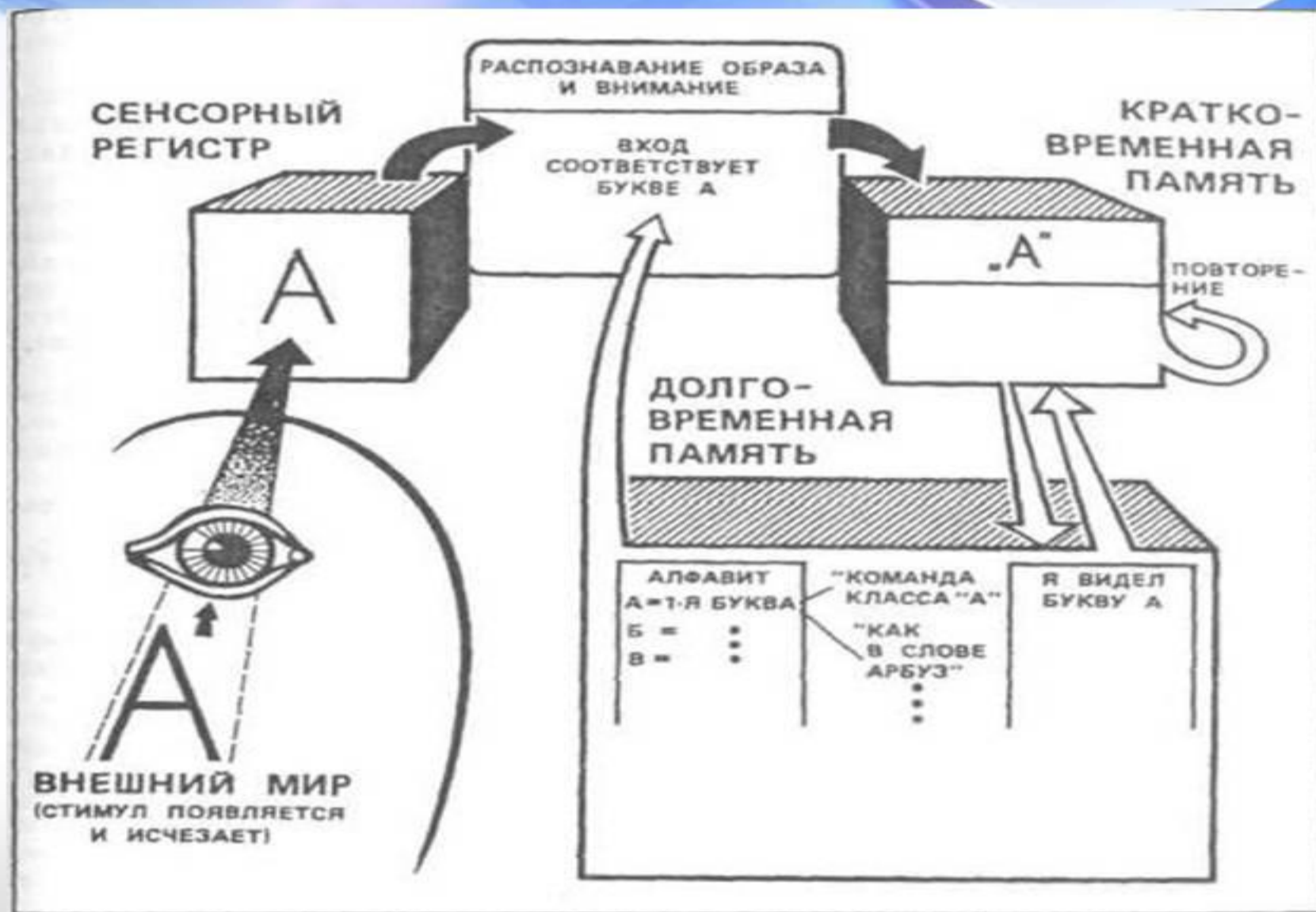
3). Образные приемы запоминания (перевод информации в образы, графики, схемы, картинки)

Образная память бывает разных типов: зрительная, слуховая, моторно-двигательная, вкусовая, осязательная, обонятельная, эмоциональная.

4). Мнемотехнические приемы запоминания (специальные приемы для облегчения запоминания).

Уровни памяти

1. сенсорная (0,1—0,5 секунды);
2. кратковременная (около 20 секунд);
3. долговременная.



Долговременная память

обеспечивает длительное сохранение информации

1) ДП с сознательным доступом (т. е. человек может по своей воле извлечь, вспомнить нужную информацию);



2) ДП закрытая (человек в естественных условиях не имеет к ней доступа, лишь при гипнозе, при раздражении участков мозга может получить к ней доступ и актуализировать во всех деталях образы, переживания, картины всей жизни).



Оперативная память

— вид памяти, проявляющийся в ходе выполнения определенной деятельности, обслуживающий эту деятельность благодаря сохранению информации, поступающей как из КП, так и из ДП, необходимой для выполнения текущей деятельности.



Промежуточная память

- обеспечивает сохранение информации в течение нескольких часов, накапливает информацию в течение дня, а время ночного сна отводится организмом для очищения промежуточной памяти и категоризации информации, накопленной за прошедший день, перевода ее в долговременную память.



Закономерность забывания

- забывается все ненужное, второстепенное, а также определенный процент и нужной информации



- полное
- частичное

- длительное
- временное

Наиболее точное и полное воспроизведение сложного и обширного материала происходит обычно не сразу после заучивания, а спустя 2—3 дня.

Такое **улучшенное** **отсроченное** воспроизведение называется **реминисценцией**.



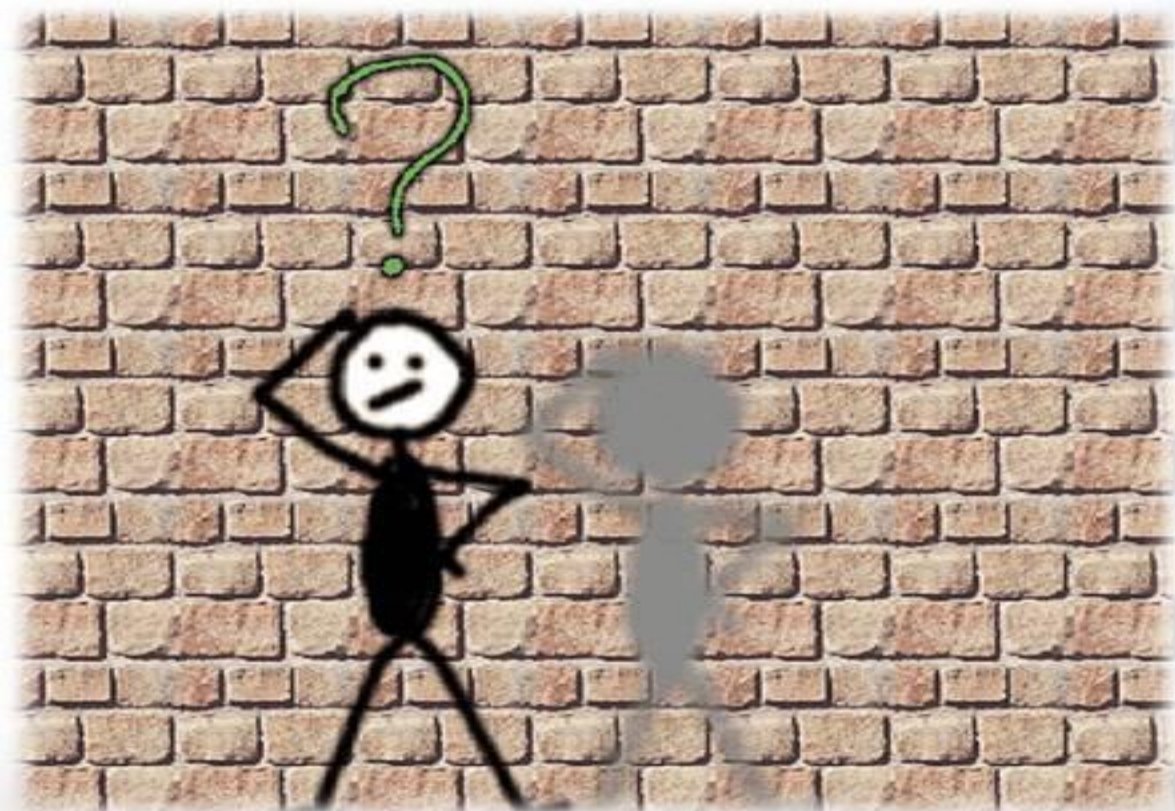


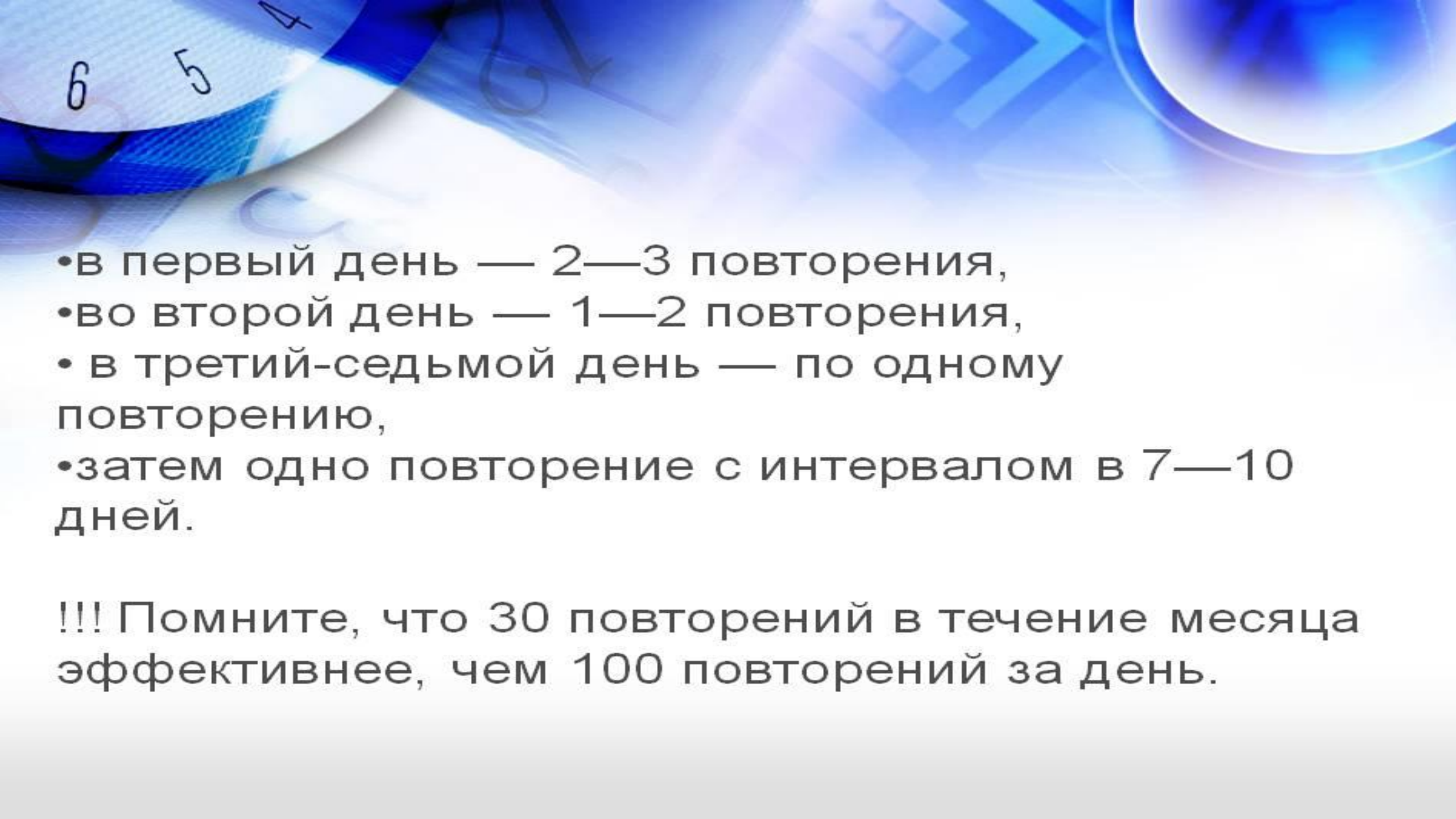
Виды памяти

- **Генетически первичная - двигательная память;**
- **образная память;**
- **практически одновременно с двигательной формируется эмоциональная память;**
- **высший вид памяти – вербальная.**

Факторы забывания

- время;
- степень активности использования имеющейся информации;
- работа защитных механизмов нашей психики



- 
- в первый день — 2—3 повторения,
 - во второй день — 1—2 повторения,
 - в третий-седьмой день — по одному повторению,
 - затем одно повторение с интервалом в 7—10 дней.

!!! Помните, что 30 повторений в течение месяца эффективнее, чем 100 повторений за день.

Рекорды памяти

Уильям Клайн

Он помнит таблицу умножения до 100000, квадраты чисел до 150 и все простые числа до 10000. Он неоднократно присутствовал при испытании компьютеров британских фирм. Однажды машине дали задание извлечь корень квадратный из числа 555555555555. Пока программист вводил задание, Клайн сказал: «745356». Позднее машина дала ответ: 745355,9924.

Жак Иноди

Родившийся в 1877 году и до 20 лет остававшийся неграмотным, с 7 лет давал публичные представления, извлекая корни 3-й и 5-й степеней из 21-значных чисел. Отличался он тем, что не видел ответы, а слышал их.

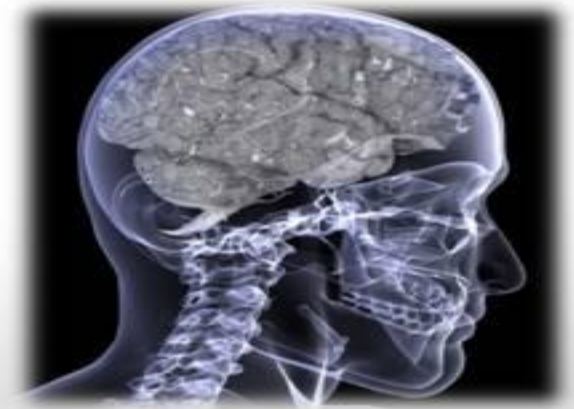
Морис Дабер

Несколько лет назад во Франции, в городе Лилле, в присутствии авторитетного жюри преподаватель математики Морис Дабер соревновался с компьютером. Он заявил, что признает себя побежденным, если машина решит 7 арифметических задач раньше, чем он 10. Дабер решил 10 задач за 3 минуты 43 секунды, а компьютер 7 задач — за 5 минут 18 секунд.

Закон Рибо

-Закон обратного хода памяти.

Например: пожилые люди легко вспоминают о давно прошедшем, но столь же легко забывают только что услышанное.



Память обеспечивает целостность и развитие личности человека, занимает центральное положение в системе познавательной деятельности.





Список литературы:

- 1). Л.Д. Столяренко «Основы психологии»



**Спасибо за
внимание!**