

A human brain is shown floating in the center of the frame. The background is a dramatic, stormy sky with dark clouds and several bright lightning bolts striking down. The brain is rendered in a dark, almost black color, contrasting with the lighter, colorful background. The overall mood is intense and powerful, suggesting the power of the human mind.

# Знакомьтесь!

Память, ее процессы и виды

# Цель:



изучить основные процессы и виды памяти, факторы забывания и способы уменьшения их влияния.



# Задачи:

- рассмотреть основные процессы памяти и их особенности;
- изучить различные виды памяти и их функцию;
- понять различие механического и смыслового запоминания;
- определить факторы забывания;





Память — запоминание, сохранение и последующее воспроизведение индивидом его опыта.



# Основные процессы памяти:

- запоминание
- воспроизведение
- забывание



## Виды памяти.

Если рассматривать память как физиологический процесс, возникающий при работе головного мозга, то она может быть:

- кратковременной
- долговременной.



По характеру психической активности, требующейся для запоминания информации, память делится на:

- двигательную,
- эмоциональную,
- образную,
- словесно-логическую.



По характеру цели  
деятельности память может  
быть:

- произвольной
- непроизвольной



**Забывание** может быть обусловлено защитными механизмами психики. Человеческая психика устроена так, что неприятные, травмирующие переживания чаще всего забываются, а приятные — остаются в памяти. Исключение составляют события, сильно потрясшие нас, — их мы помним долго, независимо от того, хорошие они или плохие.



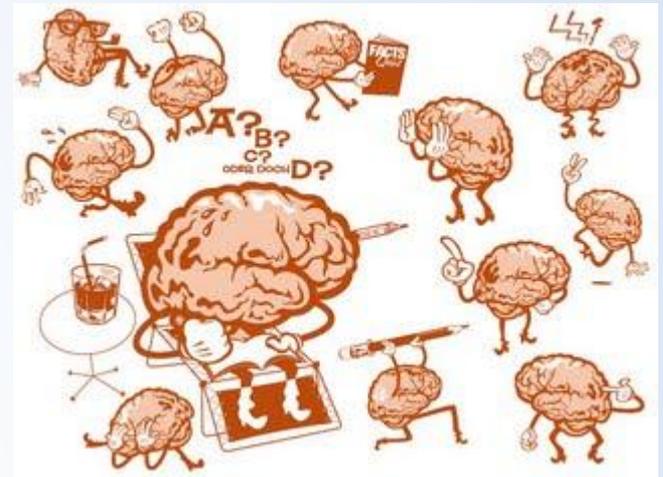
## *Что делать, чтобы уменьшить забывание?*

- Осмыслять информацию, а не механически заучивать.
- Повторять информацию.
- Заучивайте в период своей наилучшей работоспособности.
- Учите сначала медленно, осмысливая, а затем — быстро, запоминая.
- Пользуйтесь выученным.



# Вопросы

1. Что такое память и каковы ее функции?
2. Почему память занимает центральное место в познавательной деятельности?
3. Каковы основные процессы памяти?
4. Какие виды памяти вы знаете?
5. Как уменьшить забывание выученного?



Память — основа  
психической деятельности  
человека, его мышления и  
поведения.

