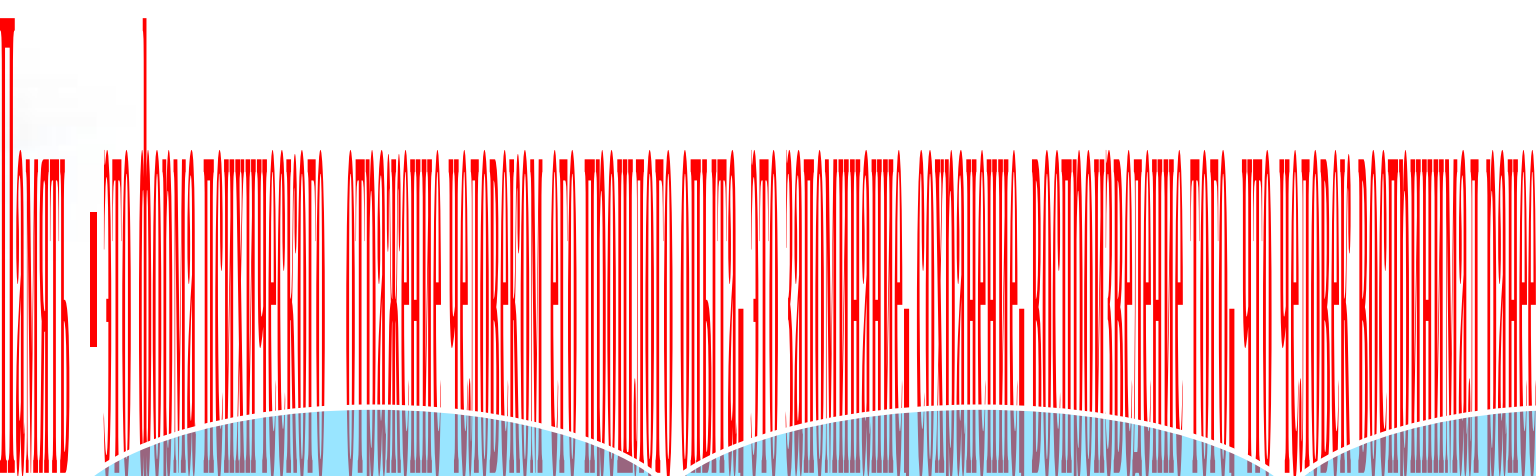




ПОНЯТИЕ О ПАМЯТИ



Прошлое

Настоящее

Будущее

Представления памяти - 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.

Представления подразделяются!

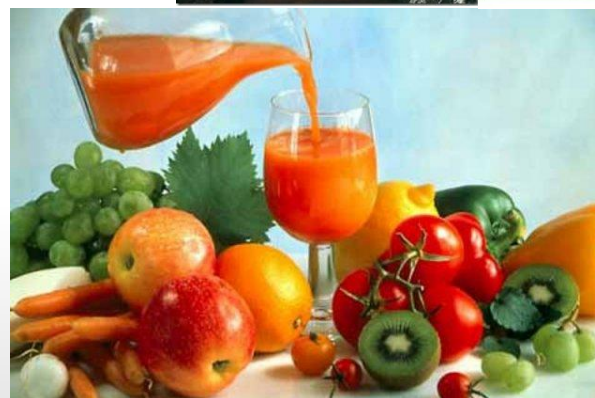
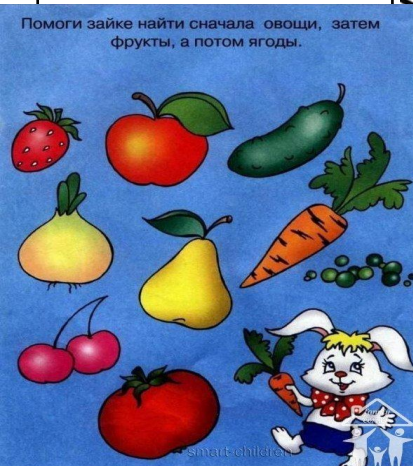
**1. Зрительные
(лицо, картина)**

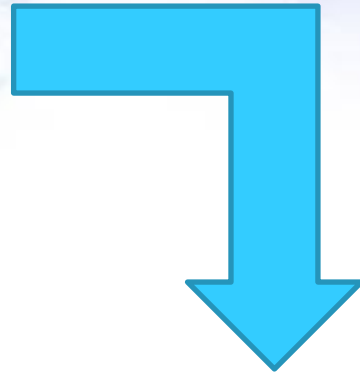
**2. Слуховые
(мелодия)**

**3. Обонятельные
(запах)**

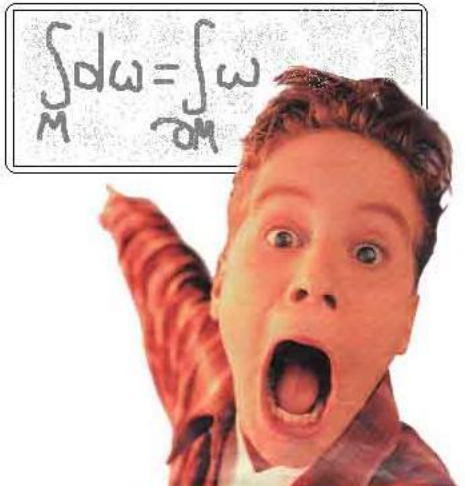
**4. Вкусовые
(вкус
продукта)**

**5. Осязательные
(шерстяной
платок)**

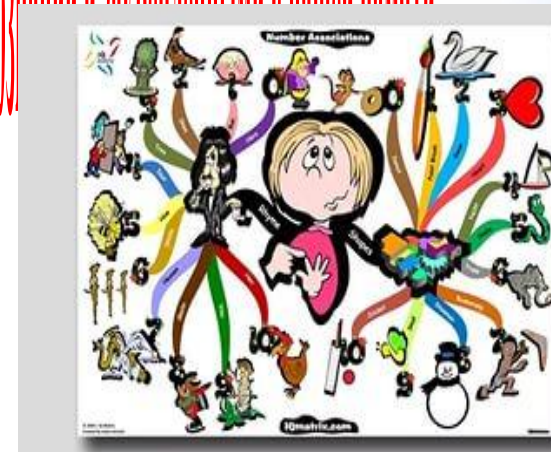
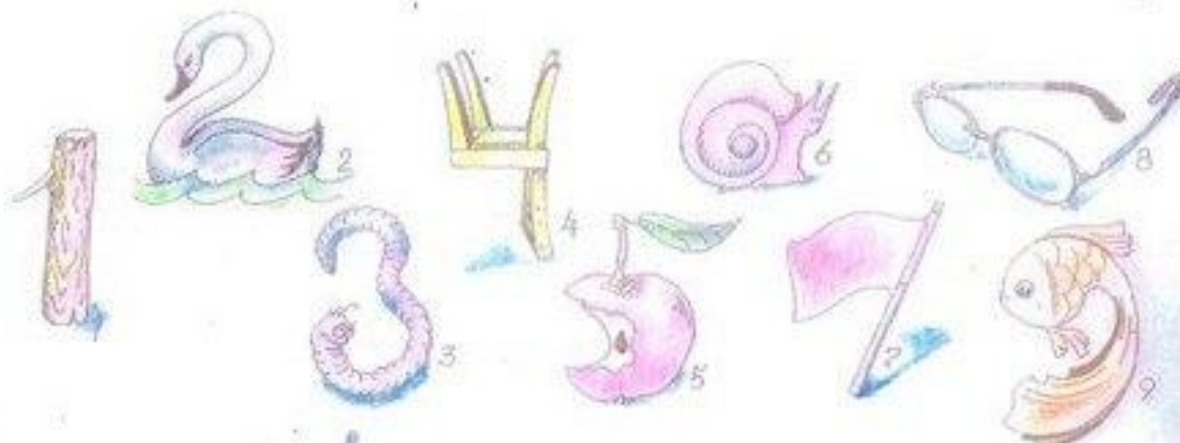




СЕССИЯ!!!



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



Сущность ассоциативной связи

заключается в том, что при появлении в сознании одного из элементов этой связи, вспоминаются и другие элементы.

Виды ассоциаций

Простые

- по смежности
- по сходству
- по контрасту

Сложные

- причинно-следственные

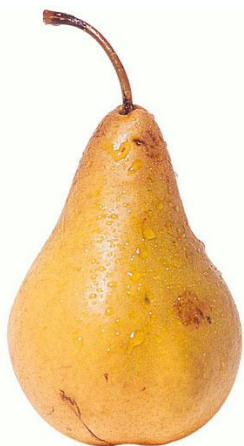
Таблица 8.2. Ассоциации и память

Тип ассоциации	Классический пример	В чем может проявляться
По смежности	«Стол – стул»	Хорошо запоминается то, что ранее воспринималось или запоминалось вместе. Например, если мы забыли человека, то можем вспомнить его, если нам напомним, где мы встречались
По сходству	«Яблоко – груша»	Хорошо запоминается то, что имеет общие черты. Если мы забыли человека, то можем вспомнить его, если увидим похожего человека
По контрасту	«День – ночь»	В пустыне часто вспоминают зиму, снег, и наоборот, полярники вспоминают пляж

Ассоциации

по сходству

по контрасту



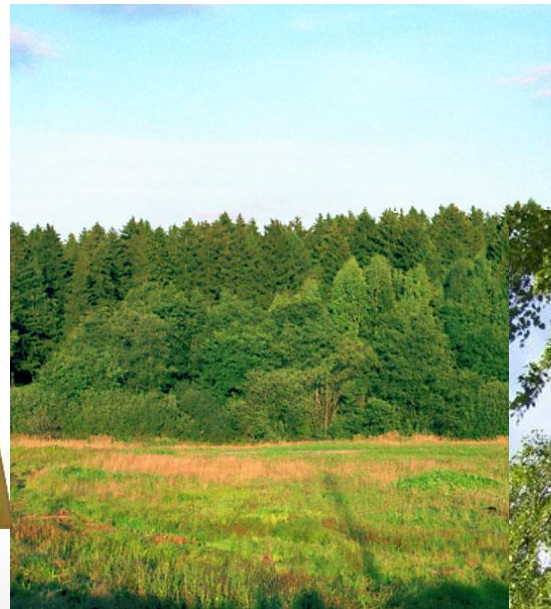
Ассоциации



по смежности



по смыслу



Причинно-следственные ассоциации

- являются основой наших знаний и относятся к ассоциациям более высокого уровня. Они простраиваются путём того, что одно явление это следствие или часть другого (прошёл дождь – будет мокро; не политые растения – погибнут).



Классификация видов памяти:

Все виды памяти условно подразделяются на три группы:

I группа – что запоминается

Образная память – вид памяти связан с работой наших органов чувств. Различаю 5 видов образной памяти. Данная память позволяет воспроизводить образы ранее воспринятого.

Словесно-логическая память (смысловая) – позволяет запоминать мысли понятия, формулировки.

Двигательная память (моторная) – запоминаются умения, навыки. Различные движения и действия.

Эмоциональная память – помогает запоминать чувства, эмоции переживания, которые мы испытываем в различных ситуациях.

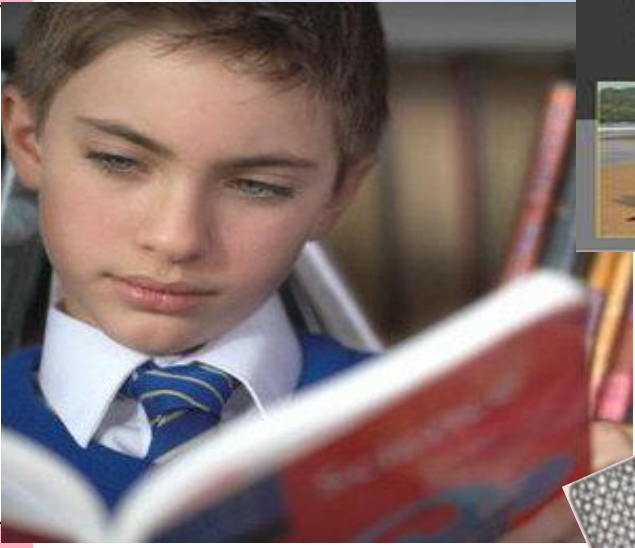


Двигательная память

зависит от сочетаний кинестетических ощущений, от возбуждения и торможения соответствующих проводящих путей и нервных клеток. Возникнув, двигательный образ оказывает влияние на группу мышц, работа которых связана с этим образом.



Milana's emotions



II группа – Насколько долго запоминается

Кратковременная память – имеет небольшую длительность. Её механизм: воспринял, воспроизвёл, забыл. Нужна, чтобы воспроизводить только что произошедшие события, явления.

Долговременная память – обеспечивает продолжительное накопление материала. В долговременной памяти происходит накопление знаний, которые хранятся в преобразованном виде (это знания, которые нужны вообще, а не только в данный момент).

Оперативная память – запоминание информации на тот промежуток времени, которое необходимо для выполнения какой либо операции или действия.

КРАТКОВРЕМЕННАЯ ПАМЯТЬ



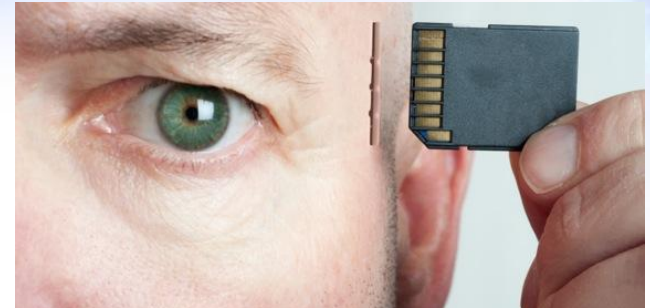
- Объем кратковременной памяти человека ограничен и обычно обеспечивает одновременную фиксацию 7+2 элементов
- Способность к заучиванию у детей всех возрастов меньше, чем у взрослых.
- Память с возрастом улучшается до 20-25 лет, затем держится на одном уровне до 40-45 лет, после чего постепенно угасает.
- Объем запоминаемой информации зависит от времени экспонирования.
- В силу конечности объема кратковременной памяти происходит обязательное «вытеснение» из нее прежней информации при запоминании новой.
- Лучше всего запоминается начало и конец информации.
- Кратковременную память разрушают любые внешние помехи.



«Нельзя ли поскорее начать контрольную? У меня кратковременная память лучше долговременной».

Долговременная память

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.





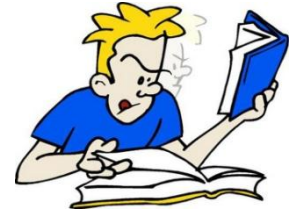
III группа – как запоминается

Непроизвольное запоминание:

- само собой без цели и установок. Человек запоминает непроизвольно не все подряд. А лишь то, что связано с его личностью, интересами профессией.

Произвольное запоминание:

- чтобы запомнить, ставится определённая цель, установка, прилагаются волевые усилия.



Характеристика основных процессов памяти

Существуют следующие процессы памяти:

1. Запоминание – это закрепление образов и впечатлений, которые возникают под воздействием предметов и явлений.

Произвольное запоминание – с постановкой цели, установок, делится на:

механическое

Запоминание материала без опоры на смысловую часть.

(книга – облако; стакан – столб)

и

осмысленное

С помощью ассоциативной связи, с

помощью сознания связи между предметами, материалом.

(почта – письмо; кран – вода)

Непроизвольное запоминание – без усилий с помощью интереса, потребности, эмоций.



В запоминании существует:

«Эффект края» - лучше запоминается начало и конец услышанного, прочитанного и т.д..

Реминисценция – более позднее воспроизведение оказывается более полным и точным чем ранее.

«Эффект Зейгарник» - если задачи выполняется, напряжение спадает, и всё, что с ним было связано, забывается. Когда исполнение решения прерывается, напряжение не исчезает и само дело закрепляется в памяти.



ЭФФЕКТ КРАЯ



Начало

основная часть,
т. н. Середина

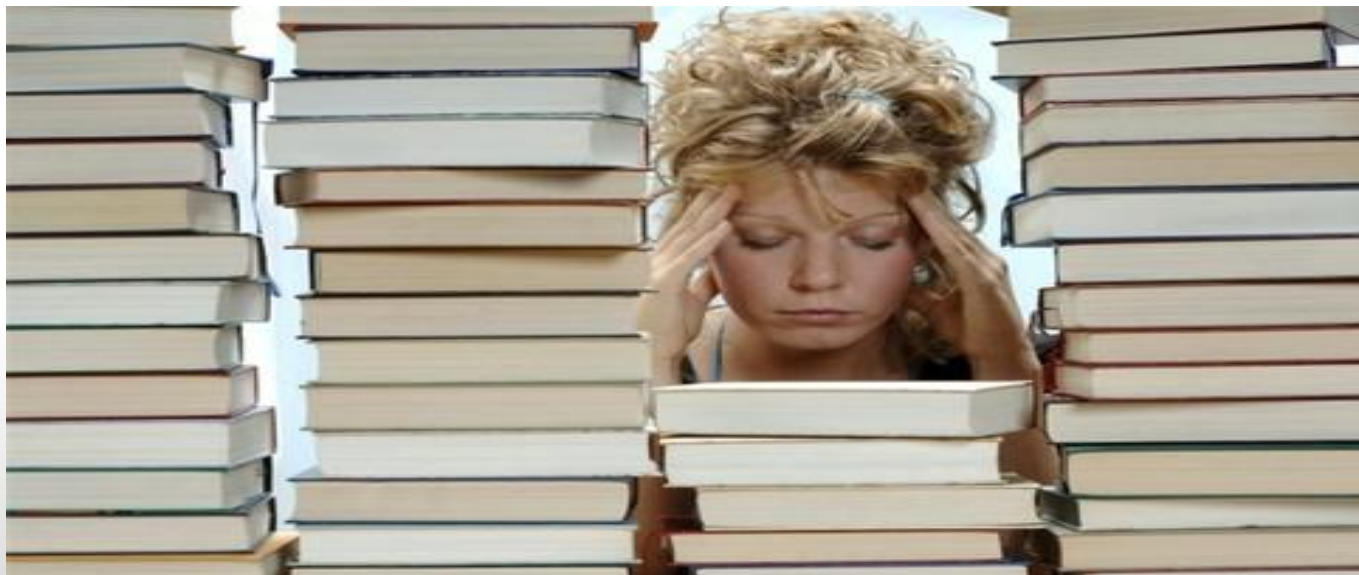
Конец

ЭФФЕКТ ЗЕЙГАРНИК



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**.



Реминисценции Интертекстуальность

Сказки

В.Гауфа

«Карлик Нос»

Фольклорные
МОТИВЫ

«Девочка Нос»

Переосмысление=на
изнанку



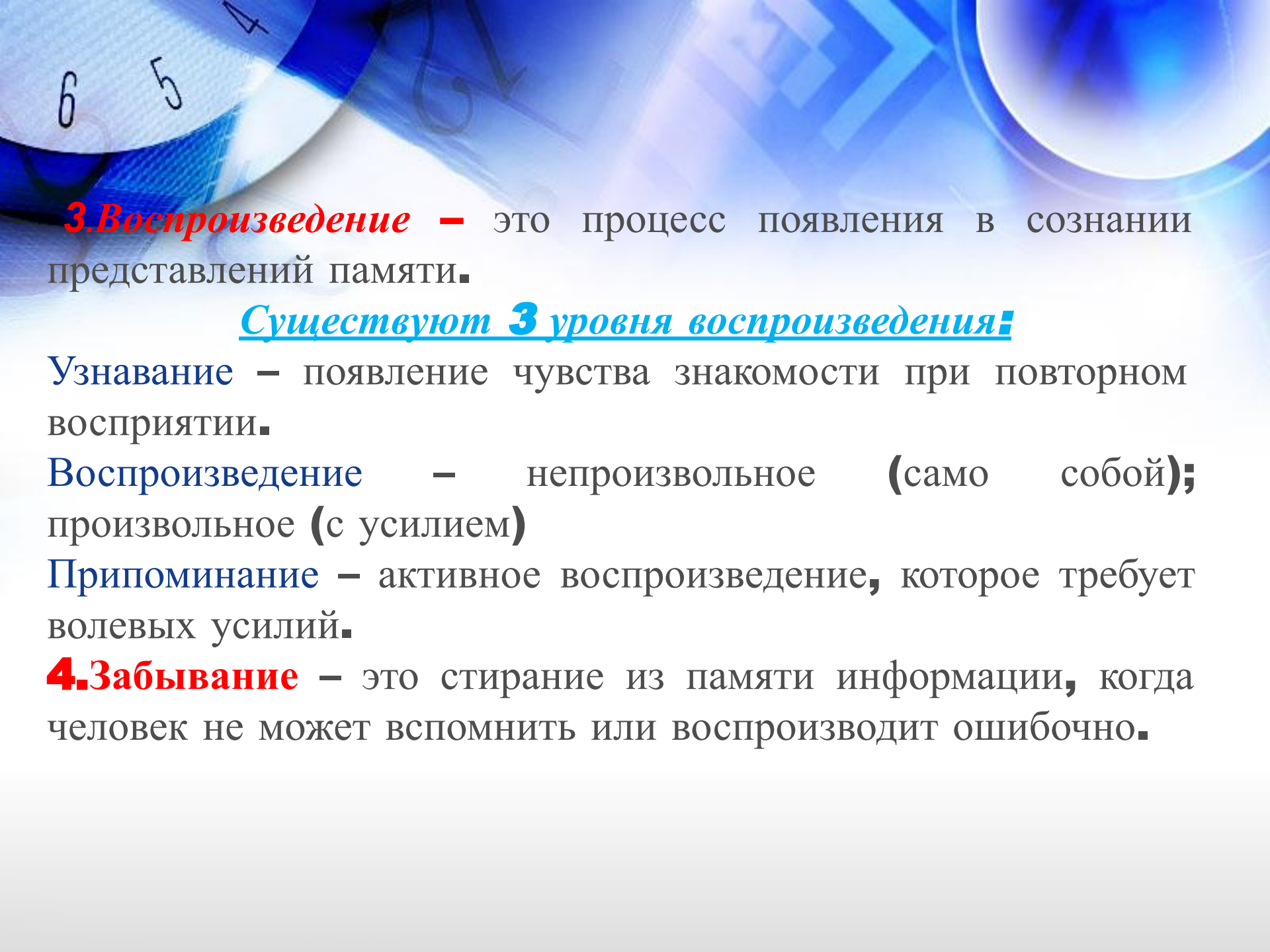
Сказочные и мифологические реминисценции оживляют память детства и таким образом способствуют выражению тяги к гармонии, тоски по идеалу



Основные процессы памяти:

2. Сохранение – это удержание заученного в памяти. О успешности и развитости данного процесса можно судить по процессу воспроизведения.





3. Воспроизведение – это процесс появления в сознании представлений памяти.

Существуют 3 уровня воспроизведения:

Узнавание – появление чувства знакомости при повторном восприятии.

Воспроизведение – произвольное (само собой);
произвольное (с усилием)

Припоминание – активное воспроизведение, которое требует волевых усилий.

4. Забывание – это стирание из памяти информации, когда человек не может вспомнить или воспроизводит ошибочно.

Закономерность забывания

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

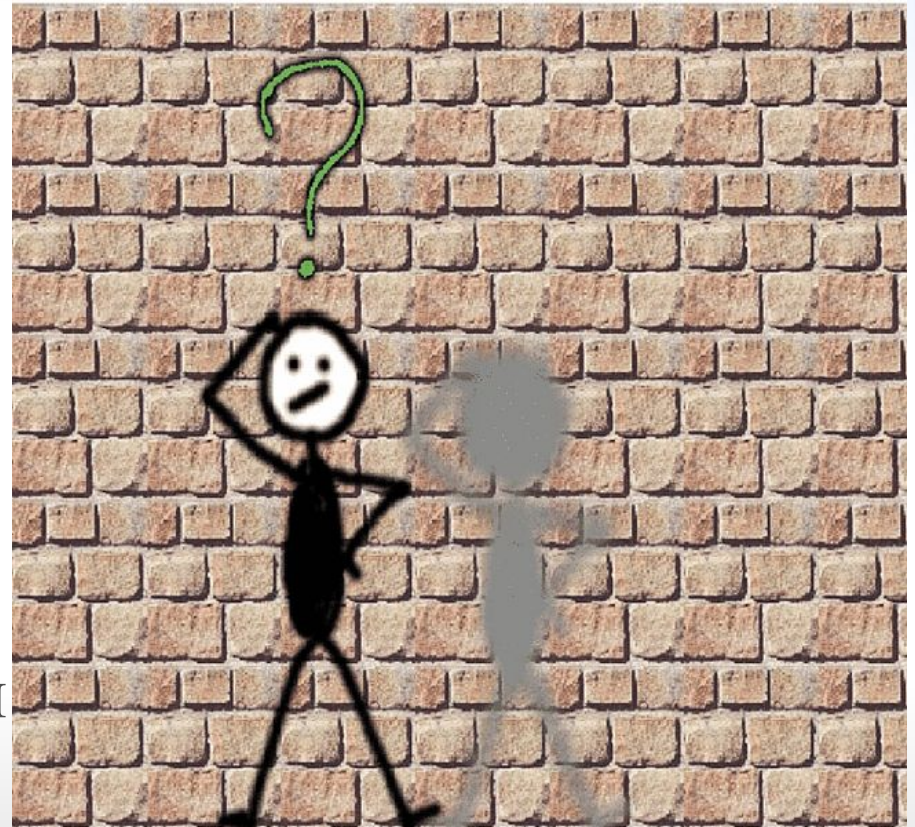


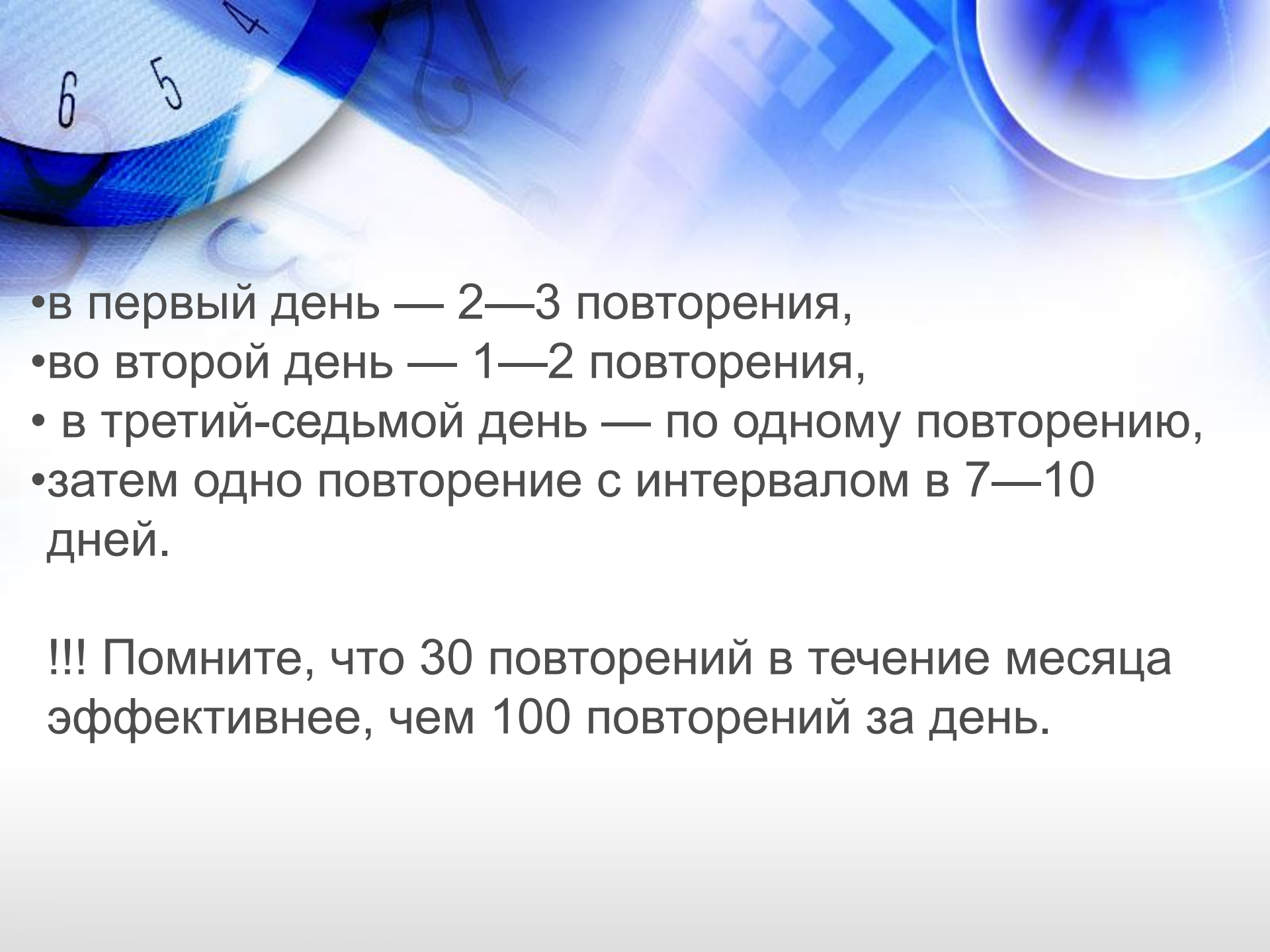
- полное
- частичное

- длительное
- временное

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.

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.

