



Тема **Память**

---

Послушайте, что смертным сделал я...

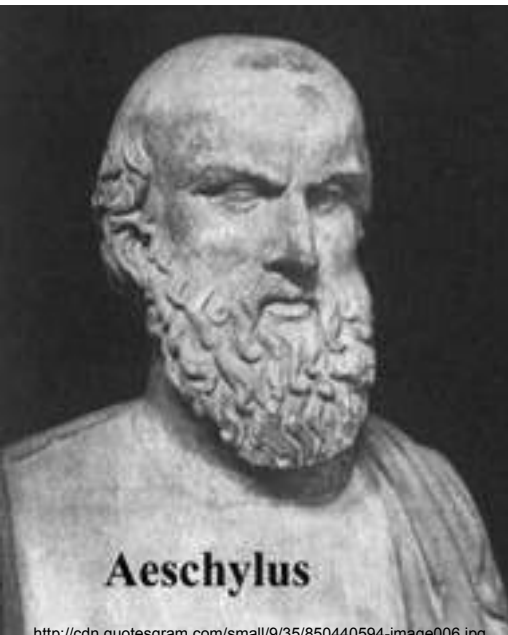
Число им изобрел.

И буквы научил соединять.

*Им память дал – мать муз, всего причину...*

*Эсхил,  
древнегреческий драматург,  
525 г. до н.э.*

*Эти слова драматург вложил в уста Прометея  
– героя древнегреческого мифа,  
по Эсхилу первооткрывателя всех культурных благ,  
его возможным достижения человеческой цивилизации*



Aeschylus



Тема

# Память

---

## План лекции

- 1 Понятие о памяти и ее процессах
- 2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- 4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

# 1 Понятие о памяти и ее процессах

Память является необходимым условием единства психической жизни человека.

---

**Б**ез сохранения следов воздействовавших раздражителей каждое ощущение и восприятие переживалось бы как впервые возникшее.

**Ч**еловек, лишенный памяти, как указывал И.М. Сеченов, вечно находился бы в положении новорожденного, был бы существом не способным ничему научиться, ничем овладеть, и его действия определялись бы только инстинктами.

**П**амять обеспечивает накопление впечатлений об окружающем мире, служит основой для освоения знаний, навыков и умений.

**С**пособность мозга запоминать информацию, хранить и многократно вводить ее в сферу познания и поведения обеспечивает связность жизненному опыту, непрерывность существования «Я» и т.о. выступает как предпосылка формирования индивидуальности и личности человека.

# 1 Понятие о памяти и ее процессах

Память связывает прошлое человека с его настоящим и будущим и является важнейшим познавательным процессом, обеспечивающим развитие и обучение.

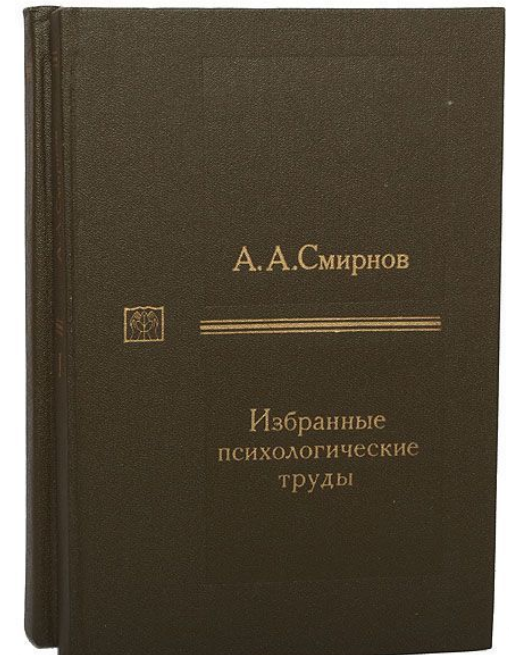
По определению А.А. Смирнова, память – форма психического отражения реальности, заключающаяся в запоминании, сохранении и в последующем узнавании и воспроизведении того, что было в нашем опыте.

## Различают следующие основные процессы памяти.

Посредством **запоминания** происходит ввод информации в память.

Сохранение как процесс имеет две стороны: собственно **сохранение и забывание**.

**Воспроизведение** в отличие от узнавания осуществляется в отсутствие объектов, вызвавших когда-то следы памяти.



# 1 Понятие о памяти и ее процессах

Из психологических теорий памяти важнейшее значение имеют ассоциативная и деятельностная.

---

Ассоциативная теория.

Центральное понятие – ассоциация, что означает связь, соединение.

**Суть теории:** если психические образования возникли в сознании одновременно или непосредственно друг за другом, то между ними образуется ассоциативная связь, и повторное появление какого-л. из элементов этой связи вызывает в сознании представление всех остальных элементов.

По И.П. Павлову, физиологической основой ассоциаций является образование временных связей, способных восстанавливаться, актуализироваться в дальнейшем под влиянием различных раздражителей.

Выделено несколько видов ассоциаций: по смежности, по сходству, по контрасту.

# 1 Понятие о памяти и ее процессах

Из психологических теорий памяти важнейшее значение имеют ассоциативная и деятельностная.

**Ассоциации** - зрительные картины, образы, которые возникают у человека благодаря сходству, смежности или противоположности с увиденным





# Виды ассоциаций

**По смежности:**

- По времени
- В пространстве

зима - мороз  
улей - пчелы



**По сходству:**

- По форме
- По цвету
- По функции
- По эмоциям

гриб - дом  
тигр - покрывало  
карандаш - ноги  
встреча – праздник



**По контрасту:**

- По форме
- По цвету
- По функции
- По эмоциям

гора - ущелье  
инь - янь  
витамин - сигарета  
подарок - потеря



# 1 Понятие о памяти и ее процессах

Из психологических теорий памяти важнейшее значение имеют ассоциативная и **деятельностная**.

---

В деятельностной теории памяти (А.А. Смирнов, П. И. Зинченко) изучение памяти было поставлено в контекст его предметной деятельности.

Согласно исследованиям, образование связей между различными представлениями определяется не тем, каков сам по себе запоминаемый материал, а тем какова значимость этих связей и что с ним делает человек.

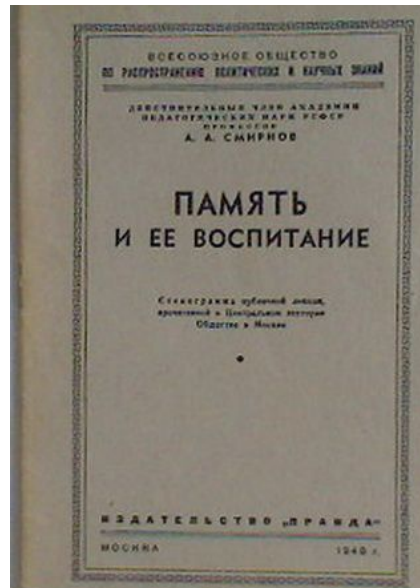






Схема памяти по Р. Аткинсону и Р. Шифрину

Тема

# Память

---

## План лекции

- 1 Понятие о памяти и ее процессах
- 2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- 4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

# Память

Основные процессы памяти:



Виды памяти:

**1. По характеру психической активности, преобладающей в деятельности:**

двигательная, эмоциональная, образная, словесно-логическая

**2. По характеру цели деятельности:**

непроизвольная и произвольная

**3. По прочности закрепления и сохранения материала:**

кратковременная, долговременная и оперативная

## 2 Виды памяти



Тема

# Память

---

## План лекции

- 1 Понятие о памяти и ее процессах
- 2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- 4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения



### 3 Запоминание и условия его эффективности

---

**З**апоминание – процесс памяти, в ходе которого происходит ввод в нее новых элементов информации путем включения их в систему ассоциативных связей.

**В** зависимости от способа и характера запоминания различают произвольное и произвольное запоминание, далее – механическое и смысловое.

**Непроизвольное запоминание** происходит без специально поставленной цели запомнить, при отсутствии волевых усилий, без предварительного выбора материала, подлежащего закреплению, и без применения приемов запоминания.

**В** обыденной психологии обо всем, что запомнилось произвольно, говорят: «Само запомнилось...»

## Условия эффективного непроизвольного запоминания

- если материал входит в содержание основной цели деятельности (запоминается то, что помогает или, наоборот, мешает ее достижению);
- умственная активность и самостоятельность в работе; материал, не требующий умственных усилий, запоминается нередко хуже и менее прочно;
- если материал вызывает интерес; вспомним строки поэта Батюшкова: «О, память сердца, ты сильнее рассудка памяти печальной»;
- если система учебных задач организована так, что каждый полученный результат становится средством для получения следующего;
- если действие по каким-л. причинам не завершилось (эффект Б.В. Зейгарник).

# 3 Запоминание и условия его эффективности

---

## Напомним

**З**апоминание – процесс памяти, в ходе которого происходит ввод в нее новых элементов информации путем включения их в систему ассоциативных связей.

**В** зависимости от характера и способа запоминания различают произвольное и произвольное запоминание, далее – механическое и смысловое.

**При произвольном запоминании человек, побуждаемый определенными мотивами, ставит перед собой задачу – запомнить точно, надолго, с целью последующего воспроизведения.**

*То есть произвольное запоминание является специальным мнемическим действием.*

# Условия продуктивности произвольного запоминания

---

- Характер мнемических задач (быстро забывается материал, запоминаемый только для экзаменов, без установки на длительное сохранение);
- Мотивы (люди с недостаточно воспитанными чувством долга и ответственностью часто забывают многое из того, что надо помнить);
- Использование рациональных приемов запоминания (составление плана запоминаемого материала; соотнесение нового со старым, хорошо известным; классификация, систематизация; ассоциирование по смежности, сходству, контрасту и т.п.

*Произвольное запоминание при прочих равных условиях заметно продуктивнее произвольного: оно обеспечивает систематичность и прочность усвоения знаний.*

## 3 Запоминание и условия его эффективности

---

### Напомним

**В** зависимости от способа и характера запоминания различают произвольное и непроизвольное запоминание, далее – механическое и смысловое.

**П**ротивопоставление **механического** и смыслового запоминания основывается на их рассмотрении в связи с процессами понимания.

**Механическим** называется запоминание точной последовательности объектов, осуществляющееся без установления логической связи между частями запоминаемого материала.



### 3 Запоминание и условия его эффективности

---

#### Напомним

**В** зависимости от способа и характера запоминания различают произвольное и непроизвольное запоминание, далее – механическое и смысловое.

**П**ротивопоставление механического и **СМЫСЛОВОГО** запоминания основывается на их рассмотрении в связи с процессами понимания.

**Осмысленное запоминание** совершается при раскрытии различных логических, существенных (в частности, причинно-следственных) связей в запоминаемом материале, при выделении в нем главного и второстепенного, что предполагает мысленную переработку материала.

*Смысловое запоминание  
более продуктивно, чем механическое.*

### 3 Запоминание и условия его эффективности

---

Итак, противопоставление механического и **СМЫСЛОВОГО** запоминания основывается на их рассмотрении в связи с процессами понимания.

Практически, однако, смысловое и механическое запоминание тесно связаны между собой и обычно соучаствуют в актах мнемической деятельности.

**Вот** почему все термины в науке, слова иностранного языка, факты должны выучиваться путем многократного повторения.

*Понятые смысловые элементы должны быть заучены механически.*

Тема

# Память

---

## План лекции

- 1 Понятие о памяти и ее процессах
- 2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- 4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

## 4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания

---

**Сохранение** – процесс памяти, заключающийся в удержании информации в течение более или менее длительного периода времени, вплоть до момента ее узнавания или воспроизведения.

Сохранение связано с забыванием.

**Забывание** – процесс памяти, заключающийся в утрате четкости и уменьшении объема информации, в невозможности воспроизвести, а в крайних случаях даже узнать ее.

По сути сохранение и забывание – две стороны единого процесса.

*Поэтому факты, закономерности и гипотезы, привлекаемые для характеристики забывания, с полным правом могут быть отнесены и к сохранению.*

## *Особенности забывания*

**В принципе забывание – явление целесообразное.**

---

**Без него, например, тяжелые эмоциональные переживания были бы постоянно в сознании, угнетая человека. А при решении задач вместо автоматизма применения теорем, следствий определений постоянно всплывали их словесные формулировки.**

**Однако несомненно, что в обучении забывание нежелательно.**

**Физиологической основой забывания является торможение временных нервных связей.**

**Каковы же особенности забывания?**



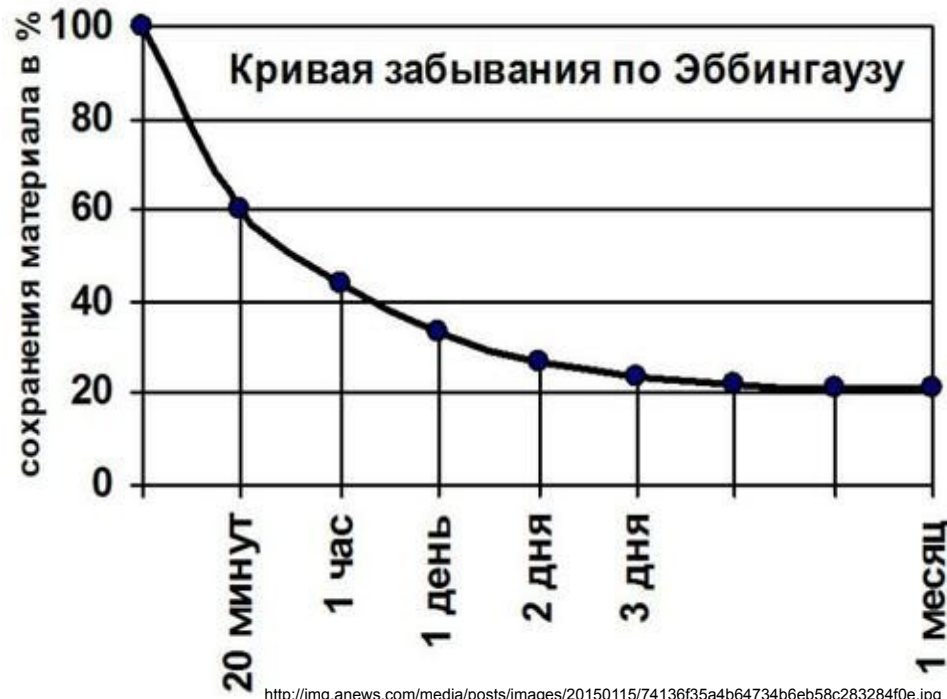
## Особенности забывания

**1) Забывание особенно интенсивно происходит в первое время после заучивания и замедляется в дальнейшем**  
*(впервые экспериментально установлено Г. Эббингаузом в 1885 г.)*

В опытах ученого обнаружилось, что при заучивании бессмысленных слогов уже через 1 час в памяти оставалось только 44 % этого материала, а через 2 суток – чуть более четверти (28 %), после чего снижение «кривой забывания» происходило медленнее.

Отсюда следует, что сохранению материала способствует его содержательность, осмысление внутренних связей в материале.

Вместе с тем замечено, что при значительном увеличении объема осмысленной информации кривая его забывания приближается к кривой забывания бессмысленного материала.



## Особенности забывания



## *Особенности забывания*

**2)** При работе с логически связанным материалом, большим по объему и оказывающим эмоциональное воздействие на человека, возникает явление реминисценции (*лат. – припоминание*).

Оно заключается в том, что отсроченное воспроизведение (на 2-3 дня) оказывается более полным, чем воспроизведение, следующее непосредственно за восприятием материала.

Временное забывание недавно воспринятого (одна из гипотез) объясняется запредельным торможением, т.е. торможением нейронов, вызванных их длительной работой и утомлением. После отдыха нормальная работа клеток восстанавливается и происходит улучшение отсроченного воспроизведения, т.е. реминисценция.

### **Особенности забывания: следствие 1**

**В** учебной работе надо отличать временное забывание от длительного, которое может быть устранено только повторением. Принимая временное забывание за длительное, учитель может вызвать недоразумения в оценке знаний ученика.

**Б**ольшее всего страдают от реминисценции те учащиеся (*и те студенты!*), которые глубоко и эмоционально интересуются предметом.

### **Особенности забывания: следствие 2**

**Т**аким образом, выученное должно «отлежаться», отстояться в памяти.

– Эх, спросили бы меня теперь – все знаю, – сокрушаются студенты спустя несколько дней после экзамена.

**М**ежду тем существует простой выход – закончить подготовку к экзаменам не на пороге экзаменационной аудитории, не за минуту до рокового шага, а на 2-3 дня раньше.

### *Особенности забывания*

3) Забывание информации связано и с так называемым эффектом края. Это явление заключается в том, что из расположенного в ряд заучиваемого материала элементы, находящиеся в начале и конце, забываются медленнее, чем элементы, находящиеся в середине (Г. Эббингауз).

**Ф**изиологически эффект края объясняется ретроактивным и проактивным торможением.

**И**з сказанного вытекает, что средние части запоминаемого материала испытывают тормозящее влияние как предшествующих, так и последующих за ними частей информации (интерференция! – о ней мы говорили в теме «Деятельность»). Поэтому при прочих равных условиях средние части забываются быстрее, чем начало и конец.



## *Особенности забывания: следствие*

**Э**ффект края важно учитывать

---

при составлении расписания домашних занятий и уроков (после литературы, например, учить алгебру, а не историю);

при чередовании трудных и легких заданий во время уроков и самоподготовки;

при переходе от одного материала к другому делать перерыв для отдыха;

середину материала подвергать большему числу повторений.

*Для того, чтобы избежать торможения от последующей или предыдущей деятельности, таким образом, необходимо разнообразить виды работы.*

## Особенности забывания

4) А.А. Смирновым и его сотрудниками было установлено, что чем ближе промежуточная между запоминанием и воспроизведением деятельность к содержанию деятельности запоминания, тем скорее она может вызвать забывание.

Деятельность, выполняемая в промежутке между запоминанием и воспроизведением называется интерферирующей. Скажем, ученик *выучил урок*, поиграл на смартфоне, посмотрел телевизор, написал упражнение по немецкому, перед сном почитал, а утром в школе *отвечает у доски*.

Менее выраженный эффект забывания вызывает разнородная (гетерогенная интерференция) по отношению к запоминанию деятельность.

Максимальный отрицательный эффект интерферирующей деятельности возникает, если задачи по запоминанию следуют одна за другой.

## *Особенности забывания: следствие*

**З**нание этой причины необходимо для того, чтобы путем специальной организации своей деятельности уменьшить потери при запоминании.

Пример приготовления домашнего задания.

**Е**сли что-то заучивалось, то после этого не следует заучивать другой материал; необходимо перейти к занятиям, где задача запоминания не ставилась.

**Ж**елательно расположить последовательность предметов, по которым готовятся домашние задания, чтобы они были достаточно разнообразными по материалу, а заучивание чередовалось с такими видами деятельности как письмо, рисование, труд, черчение, или просто 5-10 минут отдыха.

Тема

# Память

---

## План лекции

- 1 Понятие о памяти и ее процессах
- 2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- 4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

## 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

**Запоминание информации и борьба с забыванием** предпринимаются ради конечного результата – воспроизведения.

**Воспроизведение** – процесс памяти, заключающийся в воссоздании в ходе деятельности и общения сохраненной информации.

**С** позиций кибернетики воспроизведение определяется как извлечение информации из долговременной памяти и перевод ее в оперативную память.

**Различают несколько уровней воспроизведения: узнавание, собственно воспроизведение и припоминание.**

## 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

---

### Узнавание

- Узнавание – воспроизведение материала в условиях его повторного восприятия.
- Оно сопровождается особым эмоциональным переживанием – чувством знакомости: «видел», «уже слышал», «пробовал» и т.п.
- Нередко это чувство подводит школьников и студентов. Перелистывая книжку или слайды, обучающийся узнает то, о чем говорилось на уроке или лекции, а ему кажется, что он знает. Нередко это заканчивается драматической ситуацией с неудовлетворительной оценкой.
- Обидно: ведь знал... А на самом деле – узнал при подготовке к экзамену.

## 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

---

- Узнавание – воспроизведение материала в условиях его повторного восприятия.
- В процессе запоминания узнавание может мешать заучиванию. Читая повторно, обучающийся узнает материал, и ему кажется, что он помнит настолько прочно, что может пересказать его сам.
- Поэтому при запоминании следует не столько читать, сколько воспроизводить, и тогда станет ясно, что еще не запомнилось.

## 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

---

- Собственно воспроизведение – воссоздающее воспроизведение материала, не вызывающее затруднений и осуществляющееся без повторного его восприятия.
- Оно является надежным критерием прочности запоминания. Воспроизведение – активный, творческий процесс, связанный с перестройкой, реконструкцией материала, особенно большого по объему.
- Реконструкция проявляется в отборе главного и отсева второстепенного материала, в обобщении и привнесении нового содержания, в изменении последовательности изложения, в различных заменах и искажении материала.

Собственно  
воспроизведение



## 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

---

- Различают непроизвольное и произвольное воспроизведение.
- В первом случае оно осуществляется без специально поставленной цели – припомнить (материал всплывает по ассоциации с наличными мыслями, образами, переживаниями и действиями).
- Непроизвольное воспроизведение может быть направленным тогда, когда оно организовано учителем через содержание определенной деятельности. Им надо руководить.
- *Чем системнее и логичнее учитель построит урок, тем более организованным будет то содержание знаний, которое непроизвольно воспроизводится во время занятий.*

## 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

- Различают непроизвольное и произвольное воспроизведение.
- Во втором случае воспроизведение вызывается прямой постановкой задачи вспомнить что-л.
- Произвольное воспроизведение, характеризующееся преодолением затруднений в процессе воссоздания информации, называется припоминанием.
- Припоминание протекает как активный волевой и мыслительный процесс, в ходе которого человек сознательно отыскивает необходимые промежуточные звенья, производит их оценку и отбор, рассуждает и умозаключает.

*Ушинский характеризовал припоминание как «труд и труд иногда нелегкий».*

## 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

### Условия успешного припоминания

#### Припоминание

- правильное понимание учеником заданного ему вопроса (постановка т.н. «сбивающих» вопросов не приводит к припоминанию);
- использование приемов припоминания (составление плана, активное вызывание образов и ассоциаций);
- осознание мотивов припоминания (в состоянии эмоционального подъема, казалось бы, утраченные знания могут извлекаться из памяти, что человеку самому становится удивительным, как он вспомнил – гипермнезия);
- исключение ситуаций, вызывающих волнение, боязнь за свой ответ;
- вид запоминания и вид воспроизведения должны соответствовать друг другу.

Тема

# Память

Вопросы темы  
исчерпаны

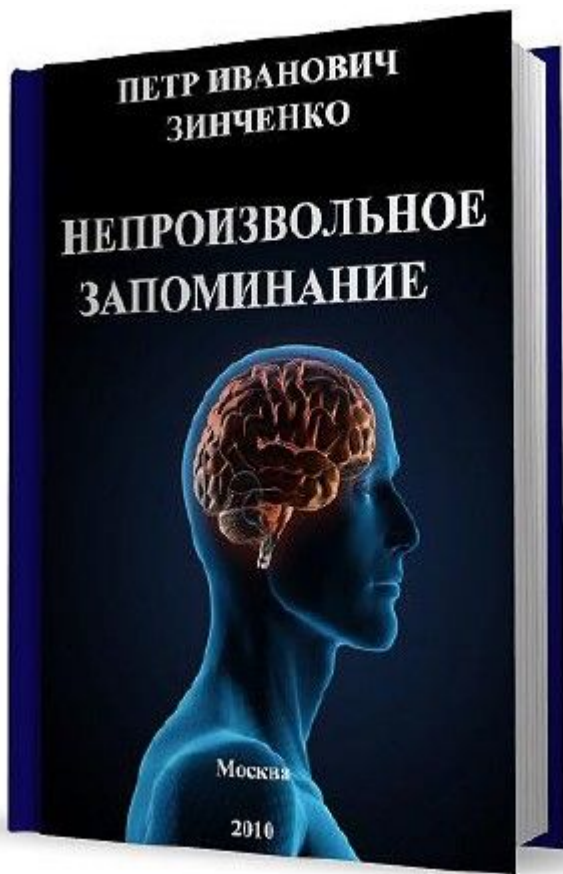
---

## План лекции

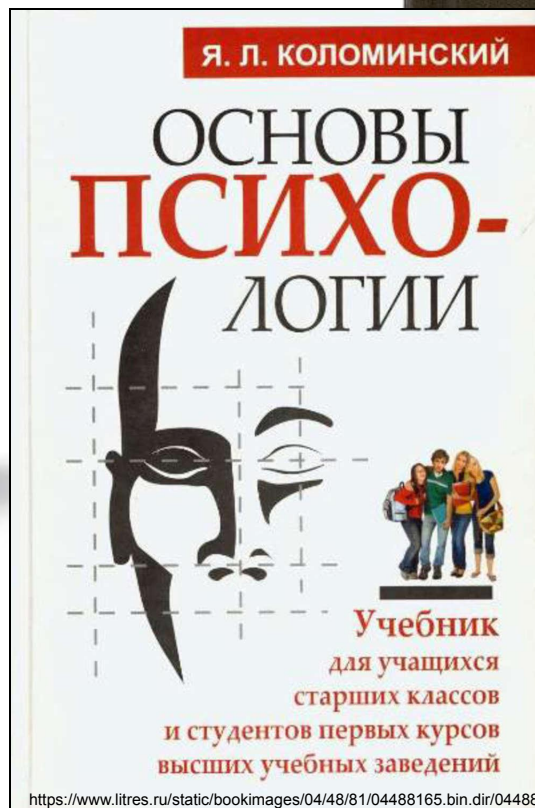
- 1 Понятие о памяти и ее процессах
- 2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- 4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

# Память

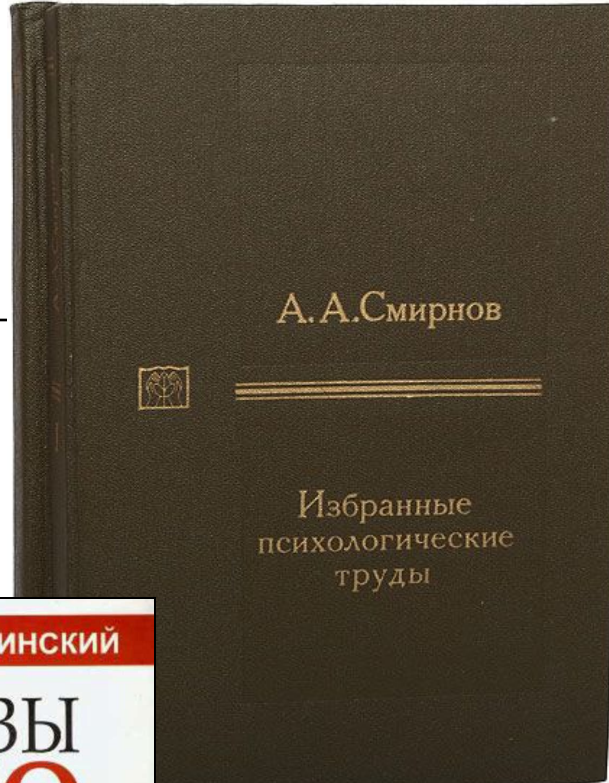
Литературные источники



[http://zon.org.ua/uploads/posts/2011-07/1312024218\\_augo5ymceu61r8l.jpeg](http://zon.org.ua/uploads/posts/2011-07/1312024218_augo5ymceu61r8l.jpeg)



[https://www.litres.ru/static/bookimages/04/48/81/04488165.bin.dir/04488165.cover\\_max1500.jpg](https://www.litres.ru/static/bookimages/04/48/81/04488165.bin.dir/04488165.cover_max1500.jpg)



[ru/multimedia/books\\_covers/1003544869.jpg](http://multimedia/books_covers/1003544869.jpg)

# Приложение: условия прочного сохранения информации

---

следование  
условиям  
запоминания

деятельность  
по  
повторению

повторение  
спустя  
время

активное  
включение  
в  
деятельность

разнообразие  
видов  
работы

интерес

отсроченное  
воспроизведение

дозирование  
информации