



Тема

Память

Послушайте, что смертным сделал я...

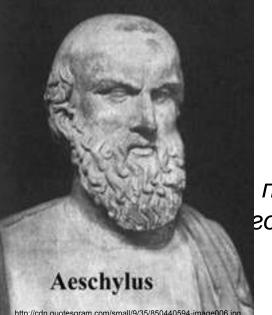
Число им изобрел.

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,
го возможным достижения человеческой цивилизации

тема Память

План лекции

- о1 Понятие о памяти и ее процессах
- о2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- О4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

Память является необходимым условием единства психической жизни человека.

Без сохранения следов воздействовавших раздражителей каждое ощущение и восприятие переживалось бы как впервые возникшее.

Человек, 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.

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

Способность 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.

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

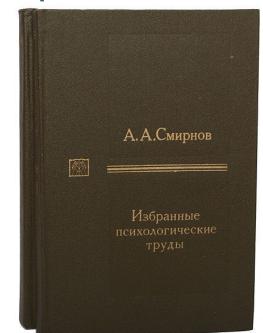
По определению А.А. Смирнова,

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.



Из психологических теорий памяти важнейшее значение имеют ассоциативная и деятельностная.

Ассоциативная теория.

Центральное понятие – ассоциация, что означает связь, соединение.

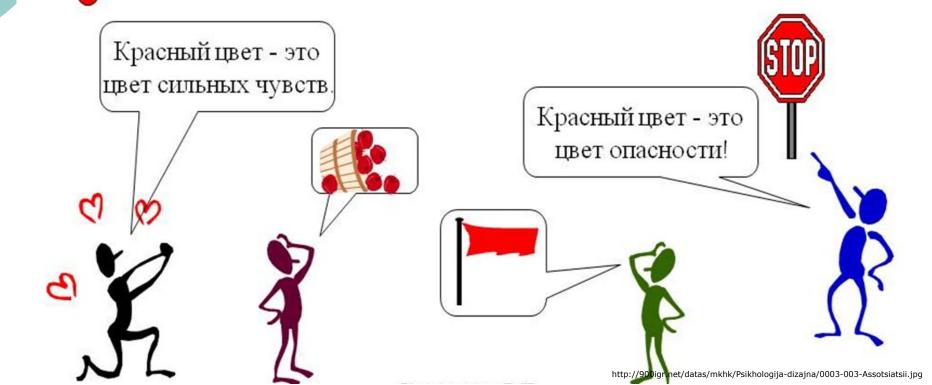
Суть теории: если психические образования возникли в сознании одновременно или непосредственно друг за другом, то между ними образуется ассоциативная связь, и повторное появление какого-л. из элементов этой связи вызывает в сознании представление всех остальных элементов.

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.

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 времени По смежности: зима - мороз В пространстве улей - пчелы гриб - дом По форме По сходству: По цвету тигр - покрывало По функции карандаш - ноги мкицоме оП ◆ встреча – праздник гора - ущелье По форме По контрасту: По цвету инь - янь По функции витамин - сигарета

По эмоциям

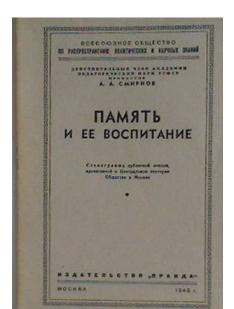
подарок-потеря

из психологических теорий памяти важнейшее значение имеют ассоциативная и деятельностная.

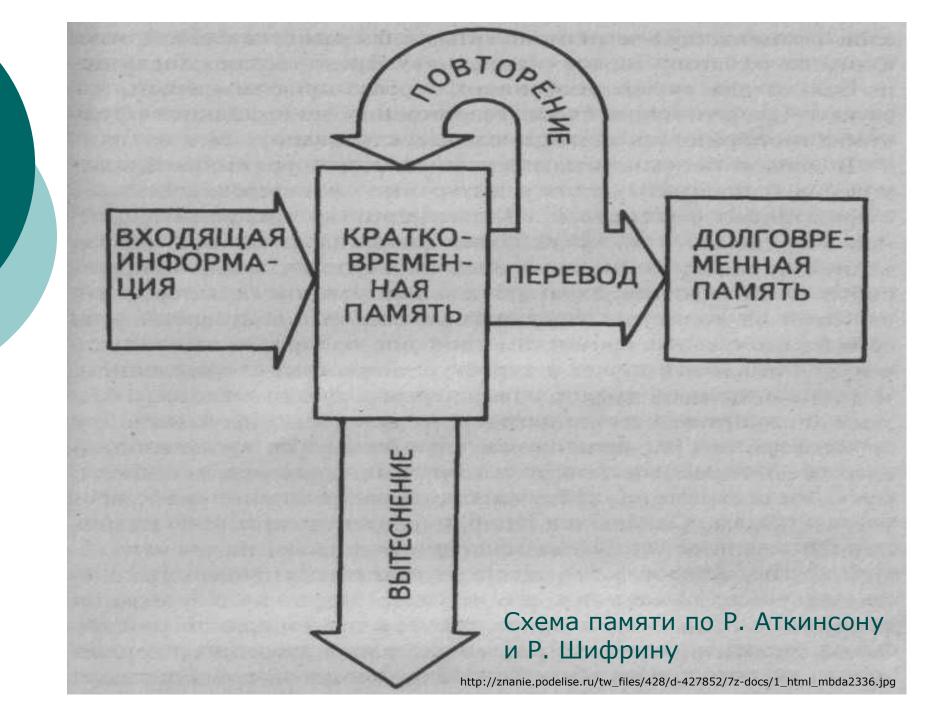
В деятельностной теории памяти (А.А. Смирнов, И. Зинченко) изучение памяти было поставлено в контекст его предметной деятельности.

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.









тема Память

План лекции

- 1 Понятие о памяти и ее процессах
- о2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- О4 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
- о2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- О4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

- Запоминание 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 непроизвольное 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 непроизвольно, 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 сильней 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).

Напомним

- Запоминание 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 непроизвольное 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 непроизвольного: оно обеспечивает систематичность и прочность усвоения знаний.

Напомним

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

Напомним

- вависимости от способа и характера запоминания различают произвольное и непроизвольное запоминание, далее механическое и смысловое.
- Противопоставление 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.

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
- о2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- о4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

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.

4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания 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.

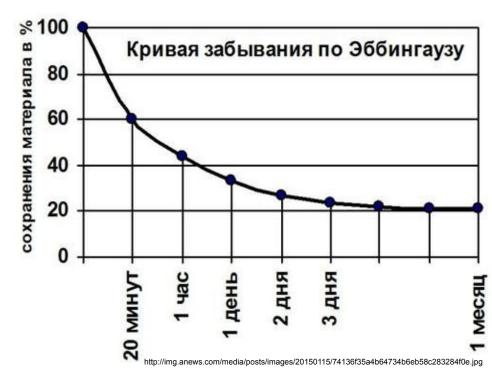
Каковы же особенности забывания?

Особенности забывания

- 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 еловека, 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.
- Больше всего страдают от реминисценции те учащиеся (и те студенты!), которые глубоко и эмоционально интересуются предметом.

Особенности забывания: следствие 2

- Таким образом, выученное должно «отлежаться», отстояться в памяти.
- Эх, спросили бы меня теперь все знаю, сокрушаются студенты спустя несколько дней после экзамена.
- Между 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).
- изиологически эффект края объясняется ретроактивным и проактивным торможением.
- Из 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

эффект края важно учитывать при составлении расписания домашних заня

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

Знан<u>ие этой причины необходимо для того, чтобы путем</u> специальной организации своей деятельности уменьшить потери при запоминании.

Пример приготовления домашнего задания.

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

Желательно расположить последовательность предметов, по которым готовятся домашние задания, чтобы они были достаточно разнородными 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
- о2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- О4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 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 <u>уровней</u> воспроизведения: <u>узнавание, собственно воспроизведение и</u> <u>припоминание</u>.

- 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.

- 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.

- 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 отсеве второстепенного материала, в обобщении и привнесении нового содержания, в изменении последовательности изложения, в различных заменах и искажении материала.

- 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.

- Различают непроизвольное и <u>произвольное</u> 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».

Условия успешного припоминания

- о правильное понимание учеником заданного ему вопроса (постановка т.н. «сбивающих» вопросов не приводит в к припоминанию);
- о 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);
- о исключение ситуаций, вызывающих волнение, боязнь за свой ответ;
- о вид запоминания и вид воспроизведения должны соответствовать друг другу.

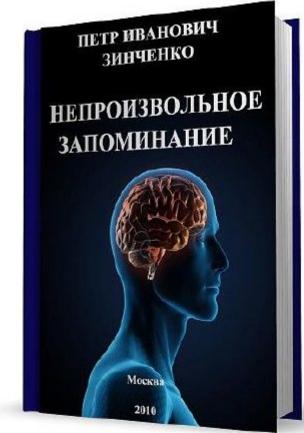


Вопросы темы исчерпаны

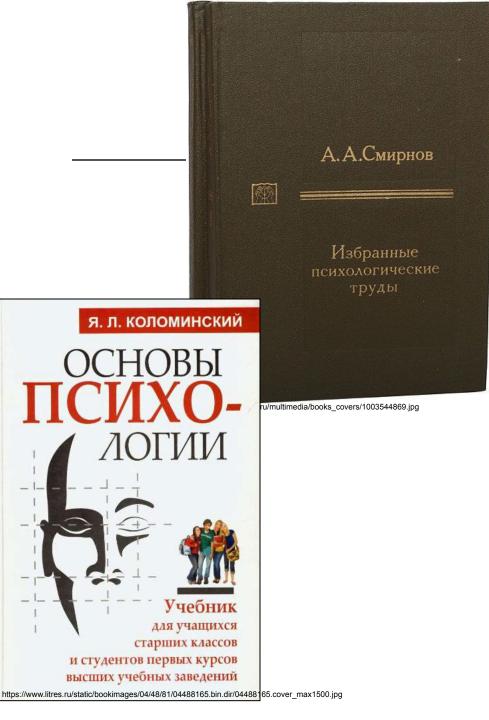
План лекции

- 1 Понятие о памяти и ее процессах
- о2 Виды памяти
- 3 Запоминание и условия его эффективности
- О4 Психологическая характеристика процессов сохранения и забывания
- 5 Виды и условия эффективного воспроизведения

Память



http://zon.org.ua/uploads/posts/2011-07/1312024218_augo5ymceu61r8l.jpeg



Приложение: условия прочного сохранения информации

