

Память

- Что такое память
- Виды памяти
- Процессы памяти
- Качества памяти
- Представление
- Индивидуальные различия памяти

Память

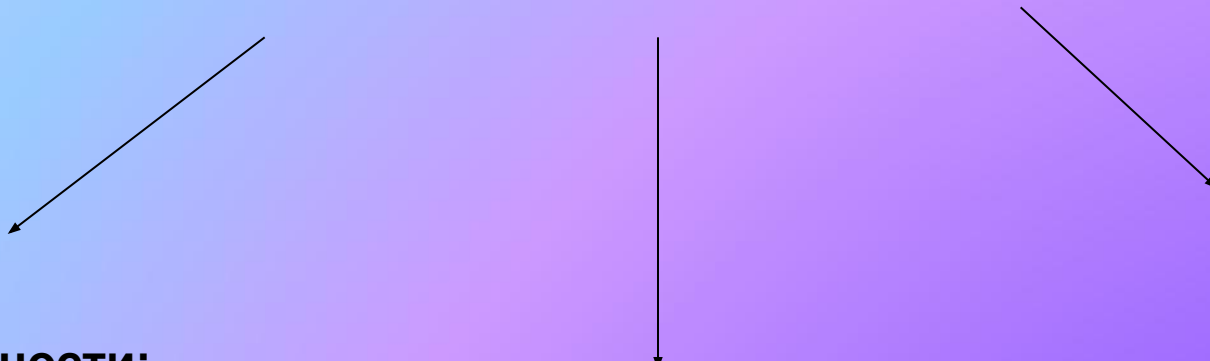
Память - это запоминание, сохранение и последующее воспроизведение того, что мы раньше воспринимали, переживали или делали.

память - отражение опыта человека путем его запоминания, сохранения и воспроизведения.

Ассоциации

- Связи, которые лежат в основе деятельности памяти, называются ассоциациями.
- **Ассоциация** - это связь между отдельными представлениями, при которой одно из этих представлений вызывает другое.

Видов ассоциаций



```
graph TD; A[Видов ассоциаций] --> B[По смежности:]; A --> C[По сходству:]; A --> D[По контрасту:];
```

По смежности:

восприятие или мысль об одном предмете или явлении влечет за собой припоминание других предметов и явлений, смежных с первыми в пространстве или во времени

По сходству: образы предметов, явлений или мысли о них вызывают воспоминание о чем-либо сходном с ними. Эти ассоциации лежат в основе поэтических метафор

По контрасту:

ассоциируются резко различные явления - шум и тишина, высокое и низкое, доброе и злое, белое и черное и т.д.

Виды памяти

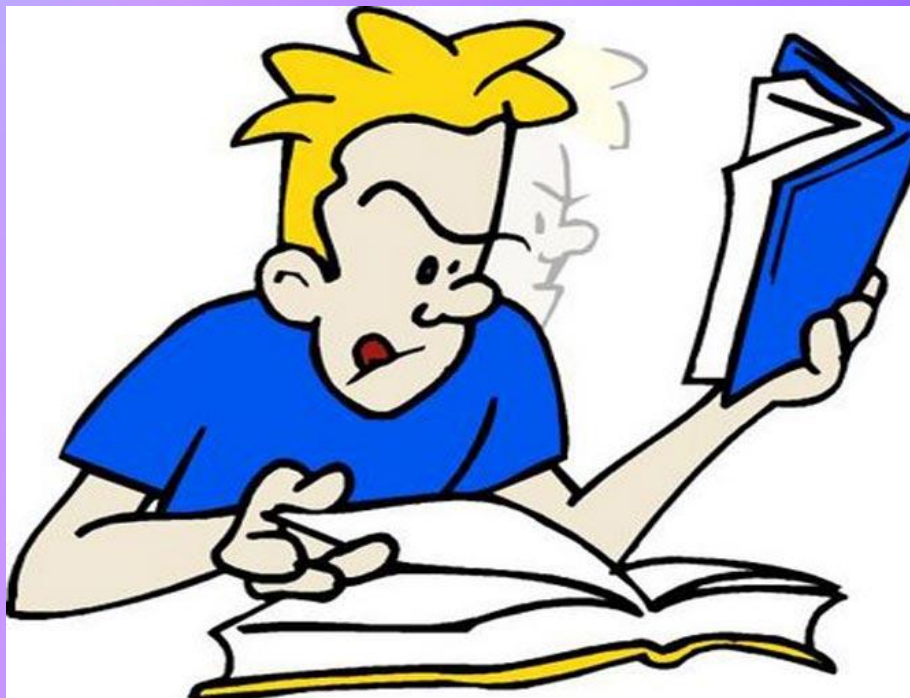
1. Что запоминает
2. Как запоминает
3. Как долго запоминает

Что запоминает человек

1. Двигательная (алгоритм выполнения, последовательность действий)
2. Эмоциональная (переживания в тех или иных ситуациях)
3. Словесно - логическая (особенности мыслительных процессов)
4. Образная память (зрительные, вкусовые, тактильные)

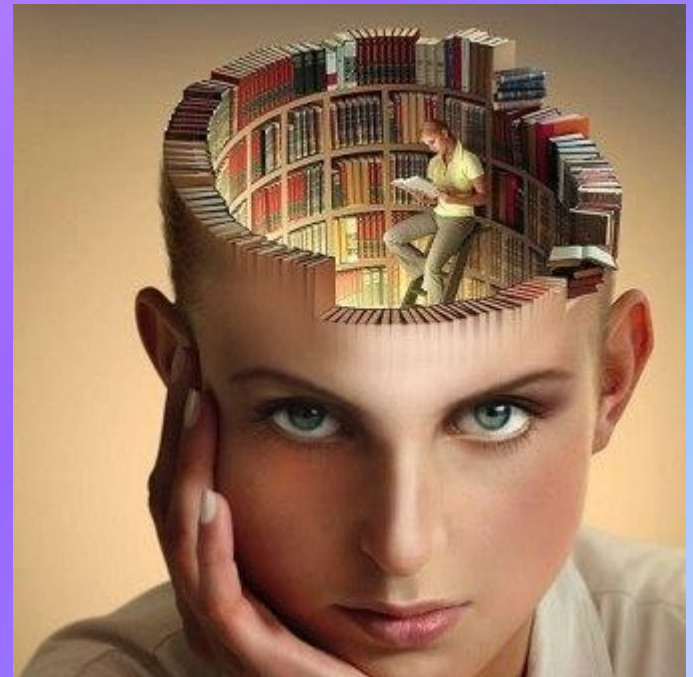
Как запоминает человек

1. Произвольно (целенаправленно)
2. Не произвольно



Как долго запоминает

1. Кратковременная (мин/сек)
2. Долгосрочная (на года)
3. Оперативная (на какое то время «номер телефона»)



Процессы памяти

- Основные процессы памяти - запоминание, воспроизведение, сохранение, узнавание, забывание.
- По характеру воспроизведения судят о качестве работы всего аппарата памяти.

Запоминание

- Запоминание - это процесс памяти, обеспечивающий сохранение в памяти материала как важнейшее условие его последующего воспроизведения.
- Запоминание может быть непреднамеренным и преднамеренным.
- Запоминание бывает механическим и смысловым. Механическое запоминание основывается главным образом на закреплении отдельных связей, ассоциаций. Смысловое запоминание связано с процессами мышления.

Заучивание

- Если запоминание имеет характер специально организованной работы, связанной с применением определенных приемов для наилучшего усвоения знаний, оно называется заучиванием.
- Заучивание зависит:
 - а) от характера деятельности, от процессов целеполагания: произвольное запоминание, основанное на сознательно поставленной цели - запомнить, более эффективно, чем произвольное;
 - б) от установки запомнить надолго или запомнить на короткий срок.

Воспроизведение

- Воспроизведение - существеннейший компонент памяти.
- Воспроизведение может протекать на трех уровнях: 1) узнавание, 2) само воспроизведение (произвольное и непроизвольное), 3) припоминание (в условиях частичного забывания, требующего волевого усилия).

Узнавание

- Узнавание - самая простая форма воспроизведения.
- Узнавание - это появление чувства знакомости при повторном восприятии чего-либо.

Воспроизведение

- Воспроизведение - более «слепой» процесс, он характеризуется тем, что образы, закрепленные в памяти, возникают без опоры на вторичное восприятие тех или иных объектов. Узнать легче, чем воспроизвести.

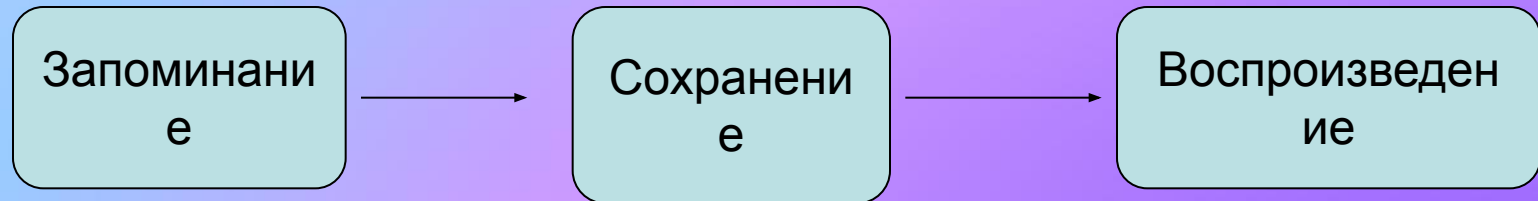
Припоминание

- Припоминание - наиболее активное воспроизведение, оно связано с напряжением и требует определенных волевых усилий.
- Успех припоминания зависит от понимания того, в какой логической связи забытый материал находится с остальным материалом, сохранившимся в памяти хорошо.

Сохранение и забывание

- Сохранение и забывание - это две стороны единого процесса долговременного удержания воспринятой информации.
- Сохранение - это удержание в памяти, а забывание- это исчезновение, выпадение из памяти заученного.

Качества памяти



Качества памяти:

- 1) 1) быстрота запоминания. Однако она приобретает ценность лишь в соединении с другими качествами;
- 2) 2) прочность сохранения;
- 3) 3) точность памяти - отсутствие искажений, пропусков существенного;
- 4) 4) готовность памяти - умение быстро извлекать из запасов памяти то, что необходимо в данный момент

Представление

- Образы предметов и явлений, которых мы в данный момент не воспринимаем, называют представлениями.
- Представления возникают в результате оживления ранее образованных временных связей, они могут вызываться по механизму ассоциаций, с помощью слова, описания.

Индивидуальные различия памяти

- **Зрительный тип** памяти нуждается в зрительном восприятии того, что запоминается. Есть преимущественная память на запахи, на звуки и шумы, вкусовая, осязательная, эмоциональная.
- **Двигательный тип** памяти формируется и проявляется при занятиях физкультурой и спортом, при письме ручкой и работе на компьютере, на пишущих машинках, при игре на музыкальных инструментах и пр.