



«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПАМЯТИ»



Содержание

- Введение
- Процессы памяти
- Классификация видов памяти
- Мнемотехнические приемы запоминания



Память - форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.



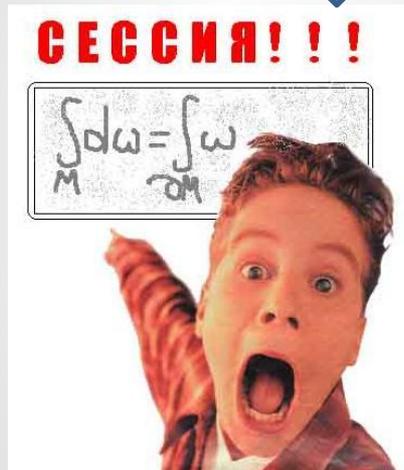
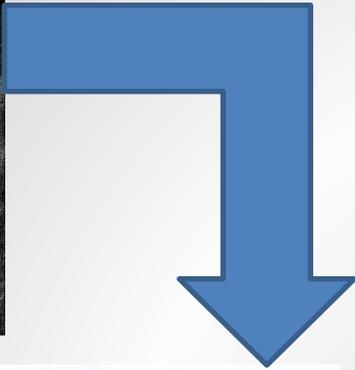
Прошлое

Настоящее

Будущее

Основоположником исследований памяти можно считается Герман Эббингауз, ставивший эксперименты на себе (основной методикой было заучивание бессмысленных списков слов или слогов).





В основе памяти лежат ассоциации, или связи.

Предметы или явления, связанные в действительности, связываются и в памяти человека.

Ассоциации

по сходству



по контрасту

по смежности



по смыслу



Процессы памяти

Запоминание — это процесс памяти, посредством которого происходит запечатление следов, ввод новых элементов ощущений, восприятие, мышления или переживания в систему ассоциативных связей.



Основу запоминания составляет связь материала со смыслом в одно целое. Установление смысловых связей — результат работы мышления над содержанием запоминаемого материала.



Процессы памяти

Хранение — процесс накопления материала в структуре памяти, включающий его переработку и усвоение. Сохранение опыта дает возможность для обучения человека, развития его перцептивных (внутренних оценок, восприятия мира) процессов, мышления и речи.



Воспроизведение и узнавание — процесс актуализации элементов прошлого опыта (образов, мыслей, чувств, движений). Простой формой воспроизведения является узнавание — опознание воспринимаемого объекта или явления как уже известного по прошлому опыту, установлением сходств между объектом и образом его в памяти. Воспроизведение бывает произвольным и произвольным. При произвольном образ всплывает в сознании без усилий человека



Забывание — потеря возможности воспроизведения, а иногда даже узнавания ранее запомненного. Наиболее часто забывается то, что незначимо. Забывание может быть частичным (воспроизведение не полностью или с ошибкой) и полным (невозможность воспроизведения и узнавания). Выделяют временное и длительное забывание.



Классификация видов памяти

Существуют различные типологии памяти:

1. по сенсорной модальности — зрительная (визуальная) память, моторная (кинестетическая) память, звуковая (аудиальная) память, вкусовая память, болевая память;

2. по содержанию — образная память, моторная память, эмоциональная память;



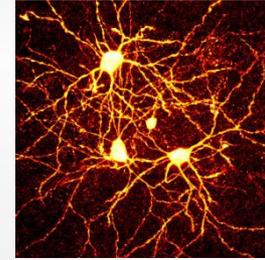
3. по организации запоминания — эпизодическая память, семантическая память, процедурная память;

4. по временным характеристикам — долговременная (декларативная) память, кратковременная память, ультракратковременная память;



Классификация видов памяти

5. по физиологическим принципам — определяемая структурой связей нервных клеток (она же долговременная) и определяемая текущим потоком электрической активности нервных путей (она же кратковременная);

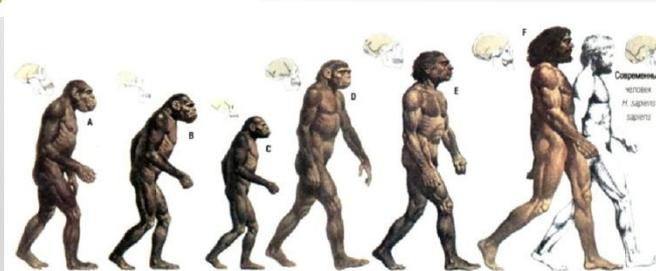


6. по наличию цели — произвольная и непроизвольная;



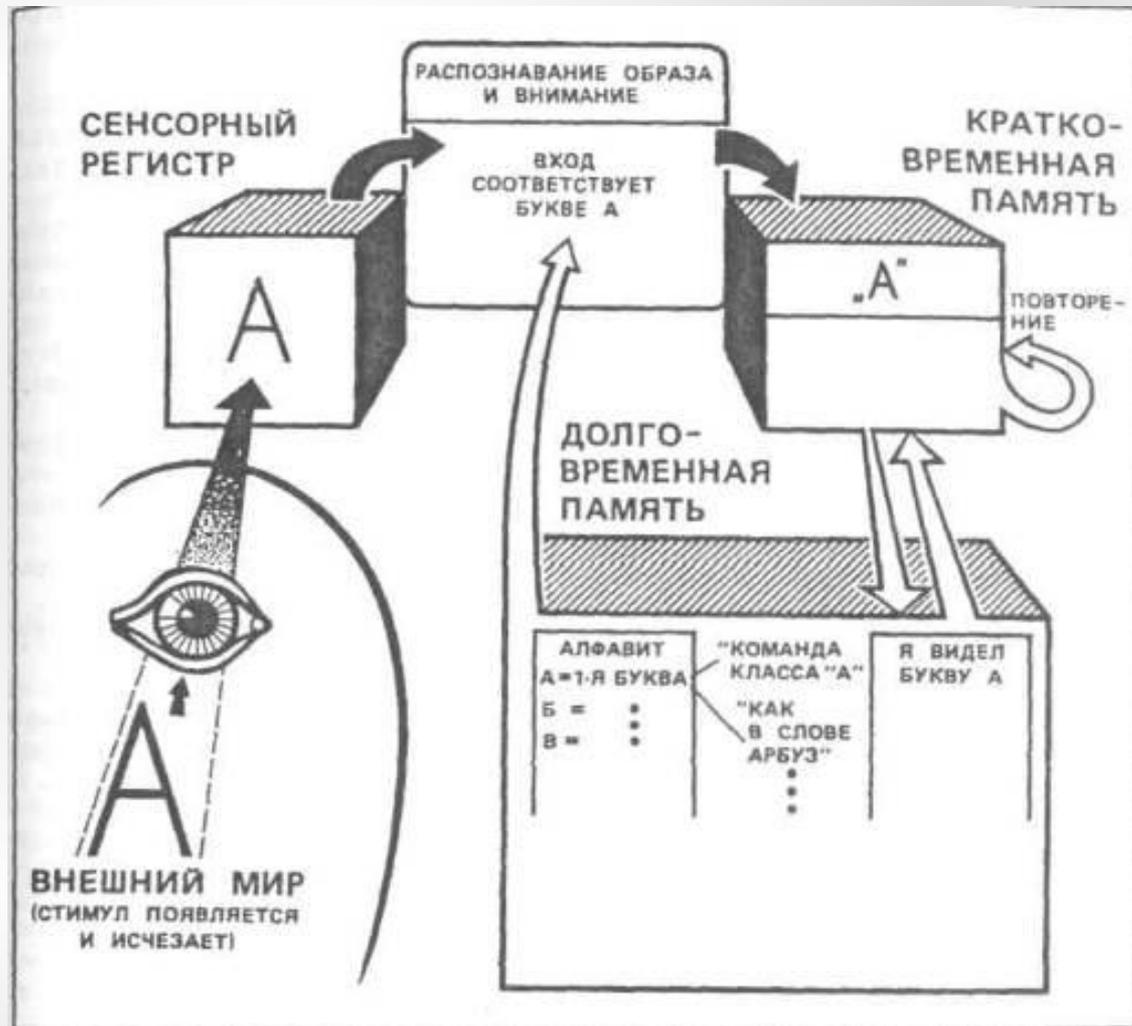
7. по наличию средств — опосредованная и непосредованная;

8. по уровню развития — моторная, эмоциональная, образная, словесно-логическая.



Уровни памяти

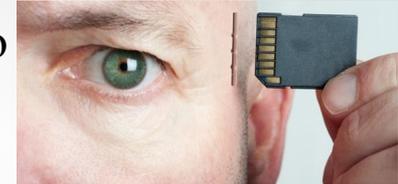
1. сенсорная (0,1—0,5 секунды);
2. кратковременная (около 20 секунд);
3. долговременная.



Долговременная память

- обеспечивает длительное сохранение информации

- 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).

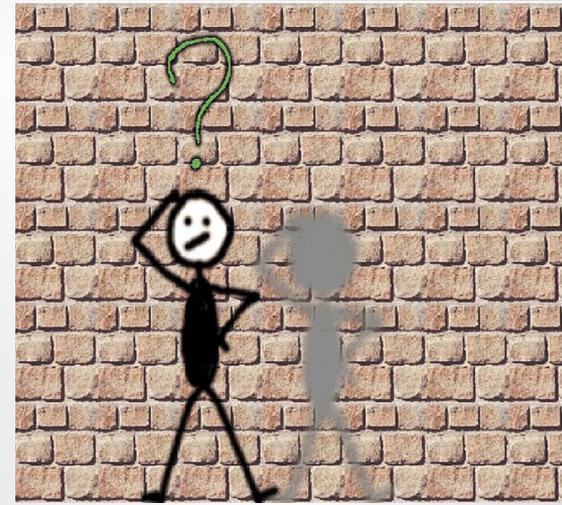
Оперативная память — вид памяти, проявляющийся в ходе выполнения определенной деятельности, обслуживающий эту деятельность благодаря сохранению информации, поступающей как из КП, так и из ДП, необходимой для выполнения текущей деятельности.



Промежуточная память- обеспечивает сохранение информации в течение нескольких часов, накапливает информацию в течение дня, а время ночного сна отводится организмом для очищения промежуточной памяти и категоризации информации, накопленной за прошедший день, перевода ее в долговременную память.

Факторы забывания

- время;
- степень активности использования имеющейся информации;
- работа защитных механизмов нашей психики



Закон Рибо - Закон обратного хода памяти.

Например: пожилые люди легко вспоминают о давно прошедшем, но столь же легко забывают только что услышанное.

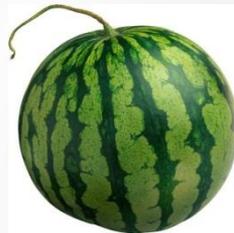
Память обеспечивает целостность и развитие личности человека, занимает центральное положение в системе познавательной деятельности.



Мнемотехнические приёмы

Образование смысловых фраз из начальных букв запоминаемой информации

Рифмизация



Запоминание длинных терминов или иностранных слов с помощью созвучных.



апельсин - orange

Нахождение ярких необычных ассоциаций (картинки, фразы), которые соединяются с запоминаемой информацией.

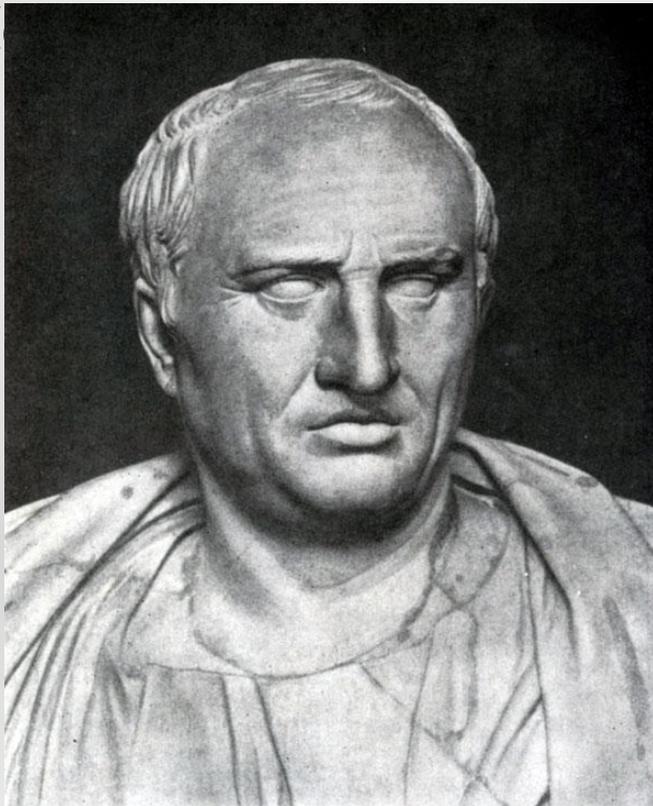
капитан - captain



Мнемотехнические приёмы запоминания

Метод Цицерона на пространственное воображение.

М



ваннь
памят



Мнемотехнические приёмы запоминания

Методы запоминания цифр:

- закономерности;
- знакомые числа.



Мнемотехнические приёмы

Способ связующих звеньев применяемый для запоминания имен и фамилий, названий книг, т.е. для любых рядов слов.

Способ образования структурных связей помогающий



Способ связующих звеньев

Составляя такие ассоциации, важно знать, что лучше запоминаются те, которые построены с применением следующих правил:

- можно исказить пропорции, делать их необычными, очень большими;
- активизировать их действия, представлять в движении;
- изменять функции предметов;
- множить предметы;
- оживлять неодушевленные предметы и т.п.

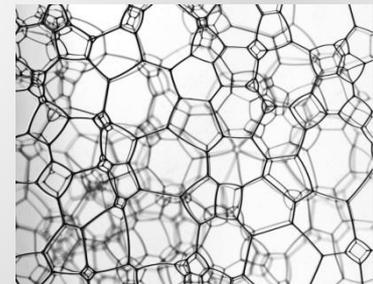


Способ образования структурных связей

Само название метода говорит о том, что кроме запоминания смысла, происходит фиксация в памяти структуры понятий.

Структура понятий состоит из множества последовательностей терминов. Сами последовательности могут делиться и разветвляться.

Начало каждой такой цепочки фиксируется методом Цицерона. А «тройником», обеспечивающим разветвление, служит прием запоминания на разные части образа.



Список литературы

1. Блонский П. П. Память и мышление. // Избранные психологические произведения. - М., 1964.
2. Грановская Р. М. Восприятие и модели памяти. – Л., 1974.
3. Джеймс У. Психология. – М., 1991.
4. Зинченко П. И. Непроизвольное запоминание. - М., 1981.
5. Ильина М.К. Психология памяти. – Новосибирск, 2000.
6. Клацки Р. Память человека: структура и процессы. – М., 1978.
7. Лурия А.Р. Маленькая книжка о большой памяти. – М.: Издательство московского университета, 1968. – 88 с.
8. Ляудис В.Я. Память в процессе развития. – М.: Издательство московского университета, 1976. – 253 с.
9. Общая психология. Учебн. пособие для пед. ин-тов. Под ред. проф. А.В. Петровского - М.: «Просвещение», 1970.- 432с.

