



ЛЕКЦИЯ 3

«УНИВЕРСАЛЬНЫЕ» ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

1

Видт И.А.

ПЛАН ЛЕКЦИИ

1. Память
2. Внимание
3. Воображение

«УНИВЕРСАЛЬНЫЕ» ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

имеют неспецифическое отношение к познанию и обеспечивают осуществление **разных форм деятельности** (в том числе и познания)

«УНИВЕРСАЛЬНЫЕ» ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ



память

воображение

внимание

ПАМЯТЬ



5

ПАМЯТЬ

это психический процесс запечатления, сохранения и последующего узнавания и воспроизведения следов прошлого опыта, который позволяет накапливать информацию, не теряя прежних знаний, умений, навыков.

ВИДЫ ПАМЯТИ

- по характеру психической активности, преобладающей в деятельности:
 - двигательная,
 - эмоциональная,
 - образная ,
 - словесно-логическая;
- по наличию цели запомнить :
 - произвольная,
 - произвольная;
- по продолжительности закрепления и сохранения материала
 - кратковременная,
 - оперативная,
 - долговременная.

Двигательная память – это запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений и их систем.

Обычно признаком хорошей двигательной памяти является **физическая ловкость** человека, **сноровка в труде**, «золотые руки».

Можно отметить также и «*запоминание ногами*» (в действительности, всем телом), когда мы вспоминаем однажды пройденный маршрут, пытаюсь пройти его снова.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПАМЯТЬ — ЭТО ПАМЯТЬ НА ЧУВСТВА.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПАМЯТЬ ИМЕЕТ ВЕСЬМА ВАЖНОЕ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА. ЧУВСТВА, ПЕРЕЖИТЫЕ И СОХРАНЕННЫЕ В ПАМЯТИ, ПРОЯВЛЯЮТСЯ В ВИДЕ СИГНАЛОВ, КОТОРЫЕ ЛИБО **ПОБУЖДАЮТ** К ДЕЙСТВИЮ, ЛИБО **УДЕРЖИВАЮТ** ОТ ДЕЙСТВИЯ, ВЫЗВАВШЕГО В ПРОШЛОМ ОТРИЦАТЕЛЬНОЕ ПЕРЕЖИВАНИЕ.

СПОСОБНОСТЬ **СОЧУВСТВОВАТЬ** ДРУГОМУ ЧЕЛОВЕКУ, СОПЕРЕЖИВАТЬ ГЕРОЮ КНИГИ ОСНОВАНА НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ПАМЯТИ, ПОСКОЛЬКУ СОЧУВСТВИЕ ВОЗМОЖНО ЛИШЬ С ОПОРОЙ НА **СОБСТВЕННЫЙ ОПЫТ ПЕРЕЖИВАНИЯ** ПОХОЖИХ ЧУВСТВ.

ОБРАЗНАЯ ПАМЯТЬ – ЭТО ПАМЯТЬ НА ПРЕДСТАВЛЕНИЯ, КАРТИНЫ ПРИРОДЫ И ЖИЗНИ, А ТАКЖЕ НА ЗВУКИ, ЗАПАХИ, ВКУСЫ.

Она бывает:

- зрительной,
- слуховой,
- осязательной,
- обонятельной,
- вкусовой.

В ряде случаев наши воспоминания могут быть столь яркими, что мы невольно снова как бы оказываемся внутри вспоминаемой ситуации.

Словесно-логическая память содержит *мысли*, а также *образы*, связанные с использованием *знаков*: слов, схем, карт и т.п.

Мысли не существуют без языка, поэтому память на них и называется словесно-логической.

Опираясь на развитие других видов памяти, словесно-логическая память становится **ведущей** по отношению к ним, а от степени ее развития, в свою очередь, зависит развитие всех других видов памяти.

Запечатление и воспроизведение, в котором отсутствует специальная цель что-либо запомнить, называется ***непроизвольной памятью***.

У животных именно такое запоминание обеспечивает их жизнедеятельность. *Лучше всего фиксируются те события, которые связаны с жизненными смыслами животного или человека.* Субъективно это отражается в **эмоциональных переживаниях**, поэтому взволновавшие нас события, показавшиеся *интересными или опасными* детали запоминаются лучше всего.

ПРОИЗВОЛЬНАЯ ПАМЯТЬ

Характеризуется тем, что человек ставит перед собой определенную **цель** — запомнить то, что намечено, и использует специальные **приемы** запоминания.

В процессе обучения преднамеренное запоминание нередко приобретает **форму заучивания**, т.е. многократного повторения учебного материала до полного и безошибочного его запоминания (*механическое запоминание*).

Так заучиваются стихи, определения, формулы, законы и т. д. Прием состоит в том, чтобы **умножить** количество **восприятий** запоминаемого материала. При механическом запоминании слова, предметы, события, движения запоминаются точно в таком порядке, в каком они воспринимались, **без каких-либо преобразований**.

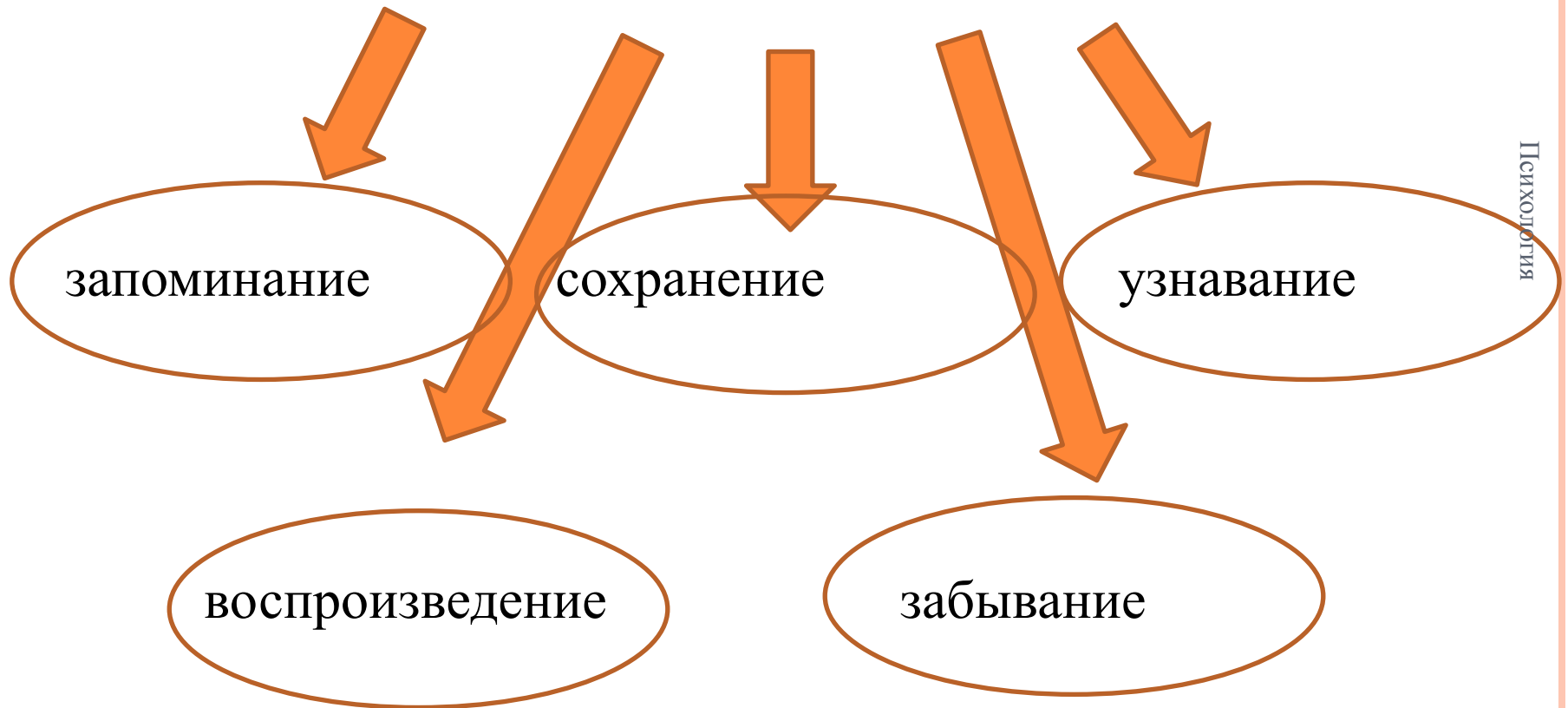
Кратковременная память позволяет вспомнить что-либо через промежуток времени от нескольких секунд до нескольких минут без повторения. Её емкость весьма ограничена и составляет 7 ± 2 объекта. Повторение сохраняет содержимое кратковременной памяти.

Долговременная память может хранить гораздо большее количество информации потенциально бесконечное время (на протяжении всей жизни).

ПОНЯТИЕМ ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ ОБОЗНАЧАЮТ ПРОЦЕССЫ, ОБСЛУЖИВАЮЩИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОСУЩЕСТВЛЯЕМЫЕ ЧЕЛОВЕКОМ АКТУАЛЬНЫЕ ДЕЙСТВИЯ, ОПЕРАЦИИ.

КОГДА МЫ ВЫПОЛНЯЕМ КАКОЕ-ЛИБО СЛОЖНОЕ ДЕЙСТВИЕ, НАПРИМЕР АРИФМЕТИЧЕСКОЕ, ТО ОСУЩЕСТВЛЯЕМ ЕГО ПО ЧАСТЯМ, ПО КУСКАМ. ПРИ ЭТОМ МЫ УДЕРЖИВАЕМ «В УМЕ» НЕКОТОРЫЕ ПРОМЕЖУТОЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ДО ТЕХ ПОР, ПОКА ИМЕЕМ С НИМИ ДЕЛО. ПО МЕРЕ ПРОДВИЖЕНИЯ К КОНЕЧНОМУ РЕЗУЛЬТАТУ «ОТРАБОТАННЫЙ МАТЕРИАЛ» МОЖЕТ ЗАБЫВАТЬСЯ.

ПРОЦЕССЫ ПАМЯТИ



Сохранение может быть:

- ▣ динамическим и
- ▣ статическим.

Динамическое сохранение проявляется в оперативной памяти, а статическое в долговременной.

При динамическом сохранении материал изменяется мало, при статическом, наоборот, он подвергается реконструкции, переработке.

- ▣ *Узнавание* какого-либо объекта происходит в момент его восприятия и означает, **опознание воспринимаемого объекта как такого, который уже известен по прошлому опыту.**
- ▣ *Воспроизведение* отличается от восприятия тем, что оно осуществляется после него, вне его.

Воспроизвести образ объекта или информацию труднее, чем узнать. Так, ученику легче узнать текст книги при повторном его чтении, чем воспроизвести, припомнить содержание текста.

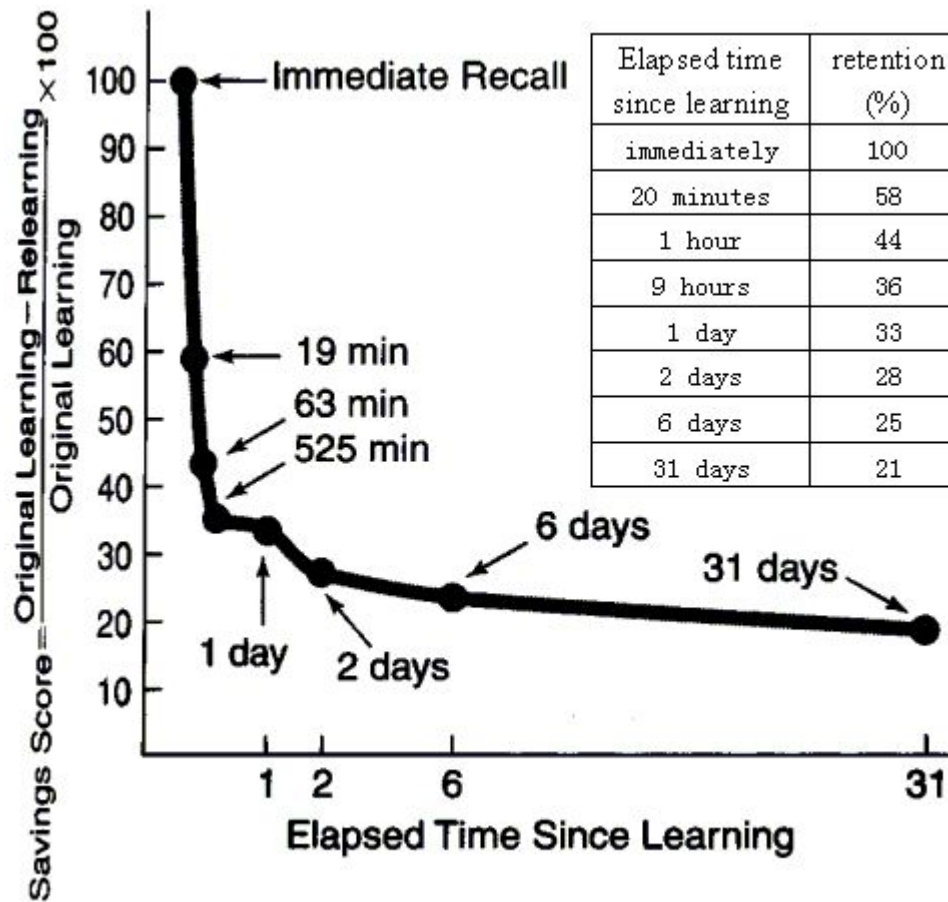
▣ ***Забывание*** выражается в невозможности вспомнить или в ошибочном узнавании и воспроизведении.

Это также важный процесс, иначе рано или поздно перегрузка может сильно затруднить работу над новым материалом.

Забывается лучше *лишняя информация*, *несущественная для дальнейшей деятельности*, или та, которая может оказаться *помехой*, которая является очень *неприятной* для человека.

Забывание — сложный и неравномерный процесс. В 1885 году немецкий ученый **Эббингауз** получил **кривую забывания**, на которой видно, какую часть прочитанного человек помнит через разные промежутки времени. В первые часы объем усвоенной информации быстро падает и **через 10 часов** составляет всего **35% от изученного**.

КРИВАЯ ЗАБЫВАНИЯ ЭББИНГАУЗА



Режимы повторения для наилучшего запоминания:

Если есть два дня:

первое повторение — сразу по окончании чтения;

второе повторение — через 20 минут после первого повторения;

третье повторение — через 8 часов после второго;

четвёртое повторение — через 24 часа после третьего.

Если нужно помнить очень долго:

первое повторение — сразу по окончании чтения;

второе повторение — через 20-30 минут после первого повторения;

третье повторение — через 1 день после второго;

четвёртое повторение — через 2-3 недели после третьего;

пятое повторение — через 2-3 месяца после четвёртого повторения

- Существуют **индивидуальные различия памяти**. Память у людей проявляется по-разному, отличается:
- *содержанием и объемом* запечатленной и хранимой информации.
- *силой памяти,*
- *скоростью запоминания и воспроизведения.*
- *на какой вид представлений по преимуществу опирается человек при запоминании.* Одни лучше запоминают то, что могут увидеть, другие то, что могут услышать, третьи то, что может быть выполнено практически.

ВООБРАЖЕНИЕ

24

ВООБРАЖЕНИЕ -- ПСИХИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС, ЗАКЛЮЧАЮЩИЙСЯ В СОЗДАНИИ НОВЫХ ОБРАЗОВ (ПРЕДСТАВЛЕНИЙ) ПУТЕМ ПЕРЕРАБОТКИ МАТЕРИАЛА, НАКОПЛЕННОГО В ПРЕДШЕСТВУЮЩЕМ ОПЫТЕ, И ВЫРАЖАЕТСЯ:

- В построении образа средств и конечного результата предметной деятельности человека;
- В создании программы поведения, когда проблемная ситуация неопределенна;
- В продуцировании образов, которые не программируют, а заменяют деятельность;
- В создании образов, соответствующих описанию объекта

ТИПЫ ВООБРАЖЕНИЯ

ПО СТЕПЕНИ
ВОЛЕВЫХ УСИЛИЙ

ПО СТЕПЕНИ
АКТИВНОСТИ

ПРЕДНАМЕРЕННОЕ

НЕПРЕДНАМЕРЕННОЕ

АКТИВНОЕ

ПАССИВНОЕ

ВОССОЗДАЮЩЕЕ
ТВОРЧЕСКОЕ
МЕЧТА

ГРЕЗЫ

СОН
ДРЕМОТНОЕ
СОСТОЯНИЕ

- Для **пассивного воображения** характерно создание образов, которые **не воплощаются** в жизнь, программ, которые не осуществляются или вообще не могут быть осуществлены.
- Пассивное воображение может быть преднамеренным и непреднамеренным.
Непреднамеренное пассивное воображение наблюдается *при ослаблении деятельности сознания*, его расстройствах, в полудремотном состоянии, во сне и т.д. **Преднамеренное пассивное** воображение создает образы, известные практически каждому человеку в виде *грез* – представление значимых (чаще всего приятных) событий, которые могли бы произойти, но вряд ли когда-либо произойдут. В грезах ярко обнаруживаются интересы, склонности человека, его потребности.

Активное воображение может быть воссоздающим и творческим.

- **Воссоздающее** воображение имеет в своей основе *создание тех или иных образов, соответствующих описанию*. Этот вид воображения является **непременным атрибутом** любой учебной деятельности и проявляется при чтении литературы, изучении географических карт, исторических описаний, рассмотрении чертежей и проектов.
- **Творческое** воображение выражается *в создании нового, оригинального образа, идеи*. Творческое воображение проявляется во всех видах искусства, в изобретениях, в области науки и техники. Продукт творческого воображения всегда может быть материализован, т.е. воплощен в виде вещи, но образ может остаться на уровне идеального содержания, поскольку реализовать его на практике невозможно.

Возможность воображения «забегать» вперед, предвидеть наступление тех или иных событий в будущем, выдает **тесную связь воображения и мышления.**

- **Подобно** мышлению, воображение возникает в проблемной ситуации, побуждается потребностями личности, обусловлено уровнем развития общественного сознания.
- Однако, в **отличие** от мышления, основным содержанием которого являются понятия, позволяющие обобщенно и опосредованно познавать мир, воображение протекает в образной форме в виде ярких представлений.
- Отличительной характеристикой воображения выступает возможность его использования **в проблемных ситуациях высокой степени неопределенности**, когда исходные данные не поддаются точному анализу.

ФУНКЦИИ ВООБРАЖЕНИЯ

- Представлять действительность в образах и иметь возможность пользоваться ими, решая задачи. Эта функция воображения связана с мышлением и органически в него включена.
- Регулировать эмоциональные состояния. При помощи своего воображения человек способен хотя бы отчасти удовлетворять многие потребности, снимать порождаемую ими напряженность. Данная жизненно важная функция особенно подчеркивается и разрабатывается в психоанализе.
- Регулировать познавательные процессы и состояния человека, в частности восприятия, внимания, памяти, речи, эмоций.
- Формировать внутренний план действий - способность выполнять их в уме, манипулируя образами.
- Планировать и программировать деятельность,

ПРИЕМЫ ВООБРАЖЕНИЯ

Агглютинация –

«склеивание» различных, несоединимых в повседневной жизни частей.



Кентавр



Птица Феникс

Гиперболизация –

парадоксальное увеличение или уменьшение предмета или отдельных его частей.



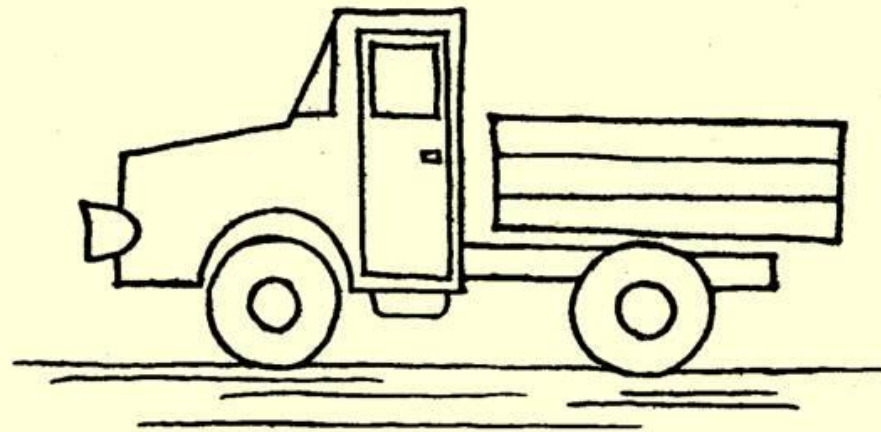
Карлик Нос



Гулливвер
(или Мальчик с пальчик)

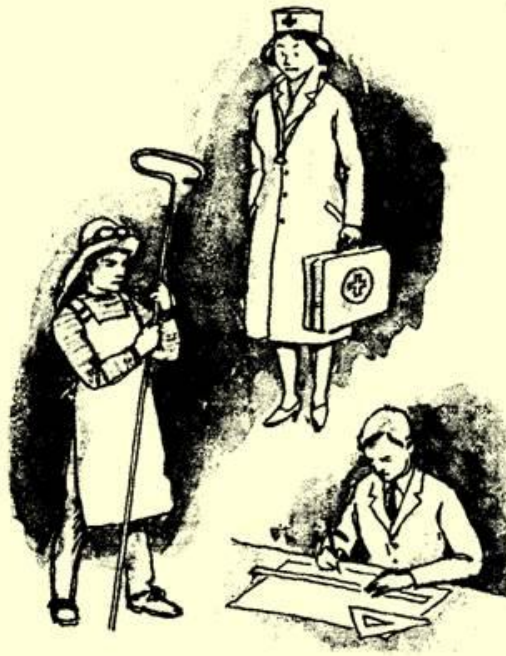
Схематизация –

отдельные представления сливаются, различия сглаживаются. Отчётливо прорабатываются основные черты сходства. Это любой схематический рисунок.



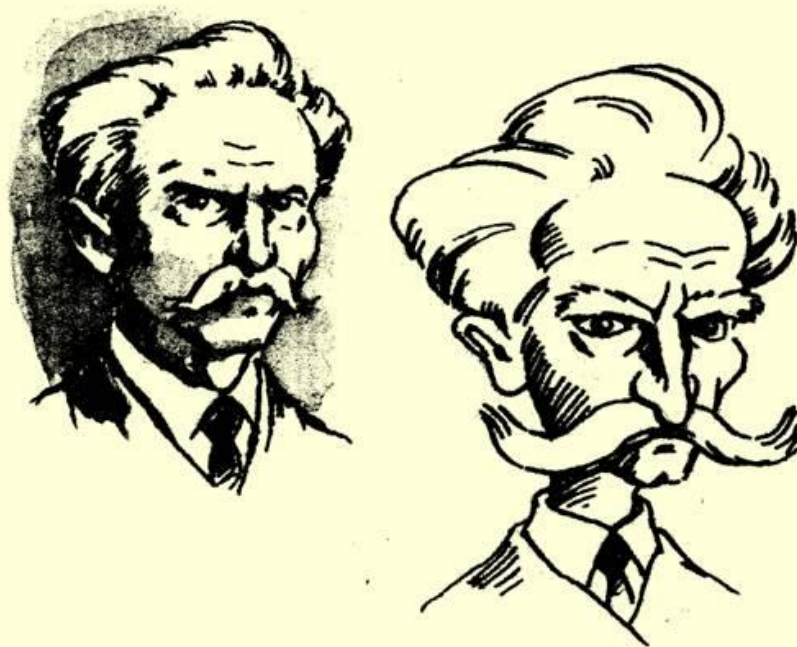
Типизация –

выделение существенного, повторяющегося в однородных в каком-то отношении фактах и воплощении их в конкретном образе.



Акцентирование -

в создаваемом образе какая-то часть, деталь выделяется, особо подчеркивается. Классическим примером является шарж, карикатура.



ВНИМАНИЕ



37

ВНИМАНИЕ – ЭТО НАПРАВЛЕННОСТЬ И СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ СОЗНАНИЯ НА КАКОМ-ЛИБО РЕАЛЬНОМ ИЛИ ИДЕАЛЬНОМ ОБЪЕКТЕ, ПРЕДПОЛАГАЮЩИЕ ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ СЕНСОРНОЙ, ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ ИЛИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ИНДИВИДА.

- особенность внимания, не имеющего «своего» специфического продукта, в том, что оно **всегда улучшает протекание всех видов деятельности.**

- Эволюционно внимание возникло как **ориентировочная реакция**, смысл которой состоит в том, чтобы вовремя заметить любые изменения в окружающем мире, оценить их с точки зрения жизненной значимости для животного.

СВОЙСТВА ВНИМАНИЯ

- ▣ **Устойчивость** – это временная характеристика внимания, характеризующая длительность привлечения (или удержания) внимания к одному и тому же объекту.
- ▣ **Отвлекаемость внимания** --противоположное свойство устойчивости – непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой. Оно возникает при действии посторонних раздражителей на человека, занятого в этот момент какой-либо деятельностью.

- ▣ **Концентрация внимания** – это интенсивность сосредоточенности.
- ▣ **рассеянность внимания** -- противоположное свойство – неспособность человека сосредоточиться на чем-либо определенном в течение длительного времени.

Встречаются два вида рассеянности:

- ▣ **Первичная рассеянность** состоит в том, что человек с трудом устанавливает и удерживает произвольное (намеренное) внимание на каком-либо объекте или действии. Она базируется на *основных свойствах психики*: одной из причин первичной рассеянности может стать *перегрузка* мозга большим количеством впечатлений, утомление, неудачная организация психических процессов и т.п.
- ▣ **Вторичная рассеянность** – это невнимание человека к окружающим предметам и явлениям, вызванное крайней сосредоточенностью (концентрированностью) его внимания на каком-либо предмете. Такая рассеянность – результат вовлеченности в работу, когда затруднена способность к распределению или переключению внимания.

- ▣ **Распределение внимания** -- субъективно переживаемая способность человека удерживать в центре внимания определенное число разнородных объектов *одновременно*.

Именно эта способность позволяет совершать сразу несколько действий.

- ▣ **Переключаемость** --обратной сторона -- сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного объекта на другой.

В целом переключаемость внимания означает способность быстро ориентироваться в сложной, изменяющейся ситуации.

▣ **Объем** – определяется количеством информации, одновременно способной сохраняться в сфере повышенного внимания человека.

Экспериментально показано, что он составляет значение 7 ± 2 единиц, соответственно, у разных людей изменяется в пределах от 5 до 9.

Важной определяющей особенностью объема внимания является то, что он **слабо поддается изменению** при обучении и тренировке. *Эта трудность снимается благодаря тому, что можно научиться укрупнять единицы внимания: вместо слов удерживать предложения, вместо линий – фигуры и т.п.*

Виды внимания

- **Непроизвольное внимание** запускается каким-либо внешним стимулом, который выделяется своей новизной. В основе непроизвольного внимания лежит *ориентировочная реакция*. В этом смысле такое внимание можно назвать пассивным, вынужденным, так как оно возникает, и поддерживается независимо от стоящих перед человеком целей.
- **Произвольное внимание** запускается, поддерживается и управляется сознательной целью – текущим намерением человека. Оно тесно связано с волей человека и выработалось в результате трудовых усилий, поэтому его называют еще *волевым, активным, преднамеренным*. Приняв решение заняться какой-либо деятельностью, мы выполняем это решение, сознательно направляя наше внимание даже на то, что нам неинтересно в данную минуту, но чем мы считаем нужным заняться. Основной **функцией** произвольного внимания является активное регулирование протекания психических процессов.

▣ *Послепроизвольное внимание* запускается внесознательно, со стороны интересов человека, его потребностей. Некое явление или предмет привлекают и удерживают наше внимание не сами по себе, не в силу своих особенностей, а по причине их интересности для человека, увлекательности, занимательности.

Так, афиша (или телевизионная реклама) может привлечь наше внимание своей яркостью, необычностью, тогда это будет эффект непроизвольного внимания, но также своим содержанием, созвучным нашим потребностям – тогда это будет послепроизвольное внимание.

Название «послепроизвольное» дано потому, что нередко оно возникает в результате увлечения работой, которую первоначально приходилось организовывать произвольно, намеренно, делая усилия над собой (произвольное внимание), которая постепенно стала интересной сама по себе (послепроизвольное внимание).