
Познавательный процесс память

Что такое память?

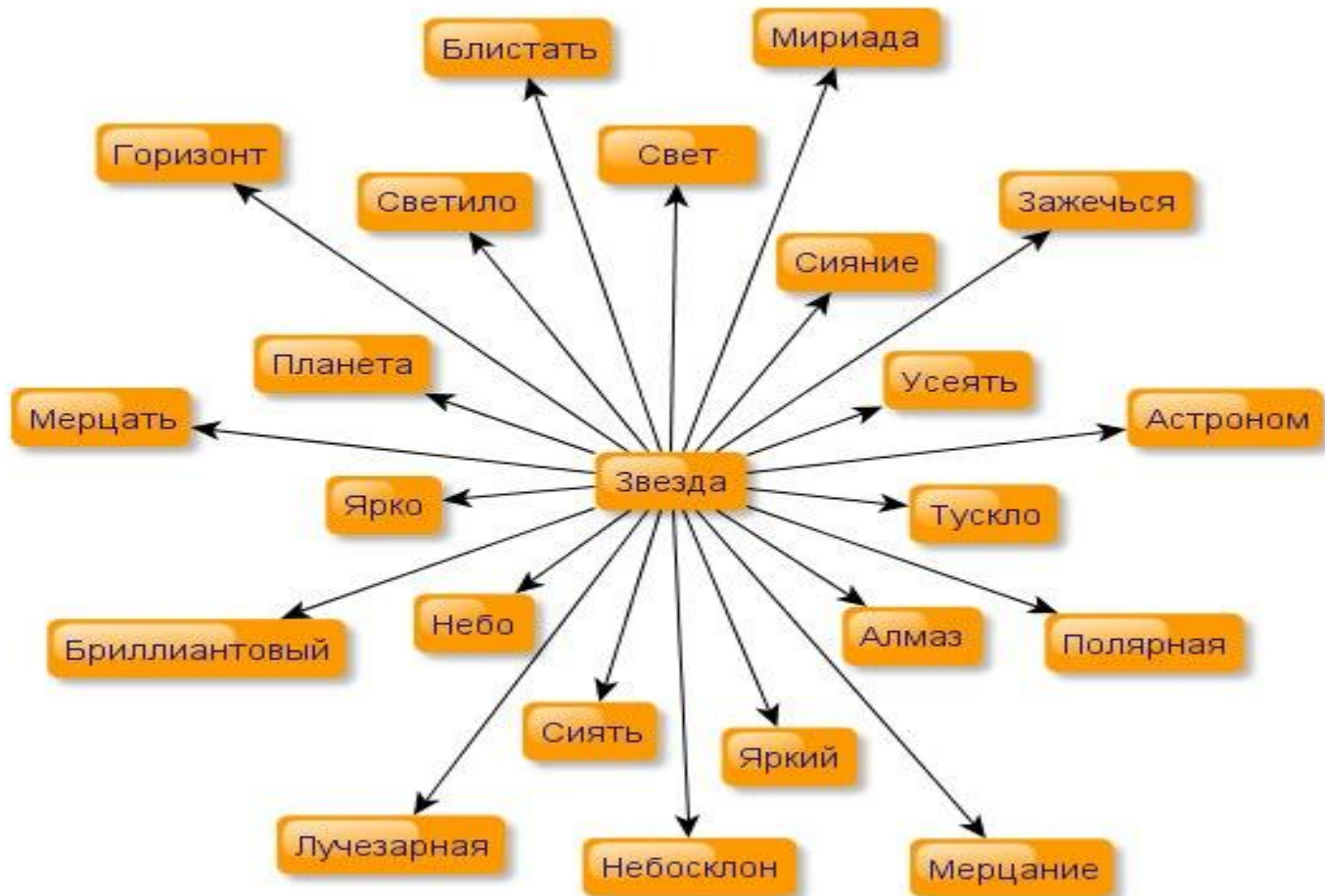
- **Память** - это запоминание, сохранение и последующее воспроизведение того, что мы раньше воспринимали, переживали или делали. Иными словами память - это отражение опыта человека путем его запоминания, сохранения и воспроизведения.
- **Память** - это удивительное свойство человеческого сознания, это возобновление в нашем сознании прошлого, образов того, что когда-то произвело на нас впечатление.

- Ни одна другая психическая функция не может быть осуществлена без участия памяти. И сама память немыслима вне других психических процессов.
- И.М. Сеченов отмечал, что без памяти наши ощущения и восприятия, «исчезая бесследно по мере возникновения, оставляли бы человека вечно в положении новорожденного».

- Запоминая какие-либо образы, мысли, слова, чувства, движения, мы всегда запоминаем их в определенной связи друг с другом.
- Связи, которые лежат в основе деятельности памяти, называются ассоциациями.

Ассоциация - это связь между отдельными представлениями, при которой одно из этих представлений вызывает другое.





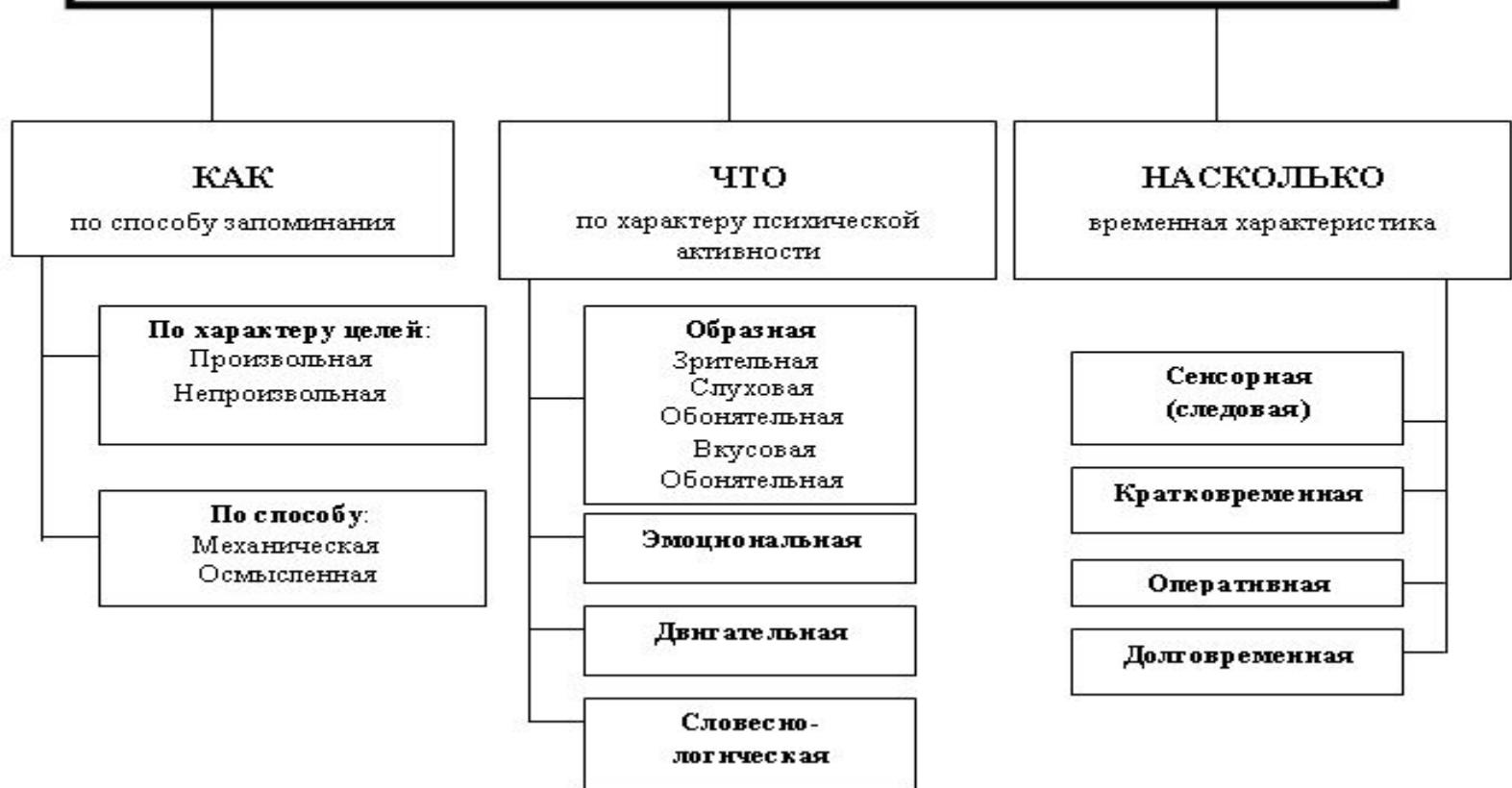
Виды ассоциации

- **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 (так запоминается последовательность действий, например);
- **по сходству:** образы предметов, явлений или мысли о них вызывают воспоминание о чем-либо сходном с ними. Эти ассоциации лежат в основе поэтических метафор, например, шум волн уподобляется говору людей;
- **по контрасту:** ассоциируются резко различные явления - шум и тишина, высокое и низкое, доброе и злое, белое и черное и т.д.

Виды памяти

- Все виды памяти можно условно разделить на три группы:
- 1) **что запоминает человек** (предметы и явления, мысли, движения, чувства). Соответственно этому различают **двигательную, эмоциональную, словесно-логическую и образную** память;
- 2) **как человек запоминает** (случайно или преднамеренно). Здесь выделяют **произвольную и произвольную** память;
- 3) **как долго сохраняется запомненное.** Это **кратковременная, долговременная и оперативная** память.

ВИДЫ ПАМЯТИ



- **Двигательная (или моторная) память** позволяет запоминать умения, навыки, различные движения и действия. Если бы не было этого вида памяти, то человеку всякий раз приходилось бы заново учиться ходить, писать, выполнять разнообразную деятельность.
- **Эмоциональная память** помогает помнить чувства, эмоции, переживания, которые мы испытывали в тех или иных ситуациях
- **Смысловая, или словесно-логическая память** выражается в запоминании, сохранении и воспроизведении мыслей, понятий, размышлений, словесных формулировок.
- **Образная память.** Этот вид памяти связан с нашими органами чувств, благодаря которым человек воспринимает окружающий мир.
- **Произвольная память** предполагает наличие специальной цели запомнить, которую ставит человек и применяет для этого соответствующие приемы, производит волевые усилия.
- **Непроизвольная память** не предполагает специальной цели запомнить
- **Кратковременная и долговременная память.** Эти два вида памяти отличаются длительностью сохранения того, что человек запоминает. Кратковременная память имеет относительно небольшую длительность - несколько секунд или минут.

Процессы памяти

- **Запоминание** - это процесс памяти, обеспечивающий сохранение в памяти материала как важнейшее условие его последующего воспроизведения.
- **Заучивание**
- **Ассоциации** - установление связей по сходству, смежности или противоположности.
- **Повторение** - сознательно контролируемые и неконтролируемые процессы воспроизведения материала.
- **Воспроизведение** - существеннейший компонент памяти.
- **Узнавание** - самая простая форма воспроизведения. Узнавание - это появление чувства знакомости при повторном восприятии чего-либо.
- **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

- **Что такое хорошая и плохая память?** Память начинается с **запоминания** той информации, которую принимают наши органы чувств из окружающего мира. Все образы, слова, вообще впечатления должны удержаться, остаться в нашей памяти. В психологии этот процесс так и называется - **сохранение**. Когда нужно, мы **воспроизводим** ранее виденное, слышанное, пережитое. Именно по воспроизведению судят о качестве работы всего аппарата памяти.
- Хорошая память - это способности быстро и много запоминать, точно и вовремя воспроизводить.

Представление

- Одним из основных проявлений памяти является **воспроизведение образов**. 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.

Представления - это результат переработки и обобщения прошлых восприятий. Без восприятий представления не могли бы сложиться: у слепорожденных нет представлений о цветах и красках, у глухих от рождения нет звуковых представлений.

Индивидуальные различия памяти

- Наиболее существенные различия проявляются между **наглядно-образным и словесно-логическими** типами памяти. Кто-то лучше запоминает наглядные образы предметов и событий, кто-то - мысли, выраженные в словах.
- **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.

Спасибо за внимание !!!