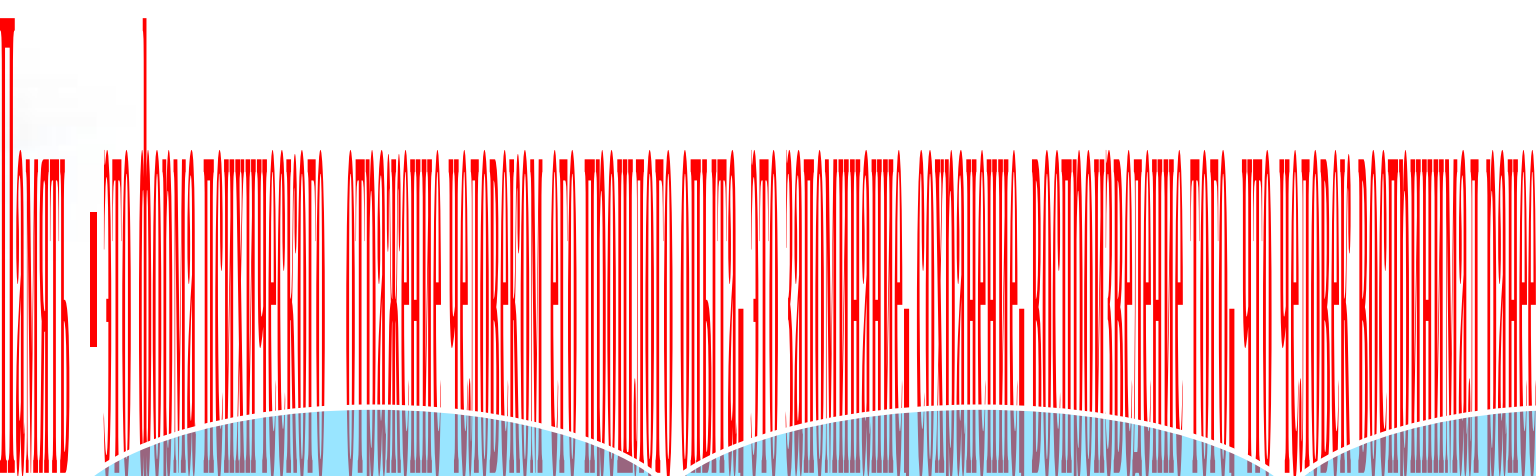




# ПОНЯТИЕ О ПАМЯТИ



Прошлое

Настоящее

Будущее

**Представления памяти** - образы предметов или процессов реальной действительности, которые мы воспринимали ранее, а сейчас мысленно воспроизводим.



**Представления воображения** — это представления о предметах, которые в таких сочетаниях или в таком виде никогда нами не воспринимались.

# Представления подразделяются!

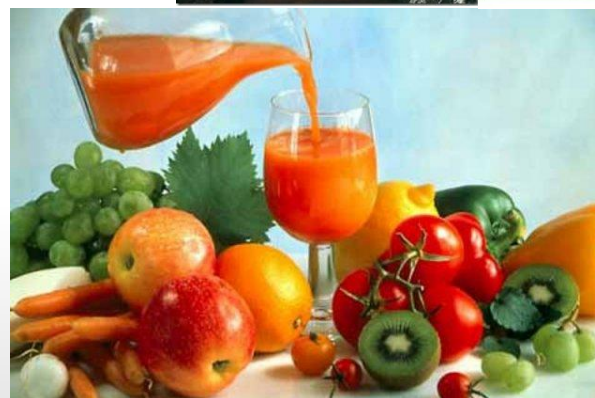
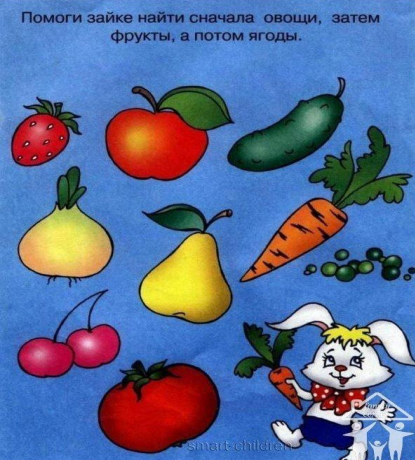
**1. Зрительные  
(лицо, картина)**

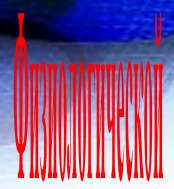
**2. Слуховые  
(мелодия)**

**3. Обонятельные  
(запах)**

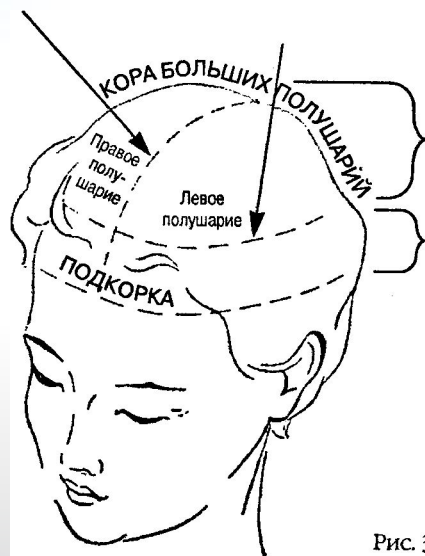
**4. Вкусовые  
(вкус  
продукта)**

**5. Осязательные  
(шерстяной  
платок)**



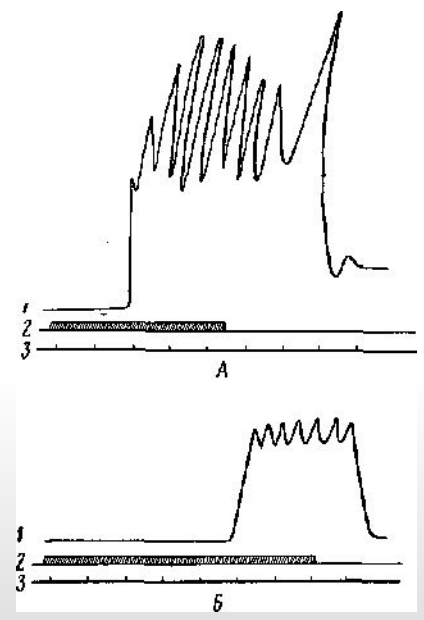
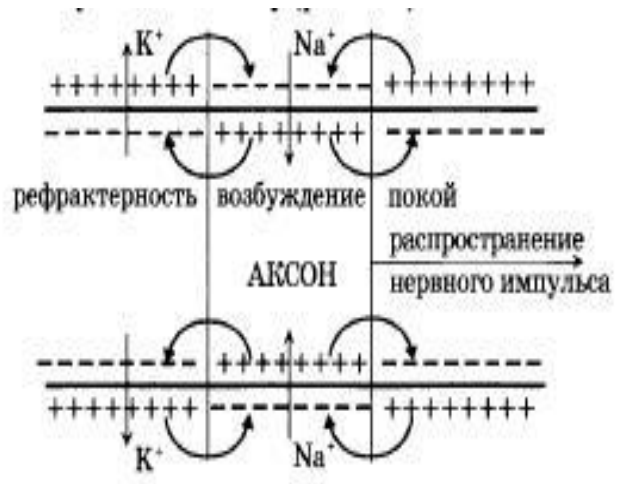


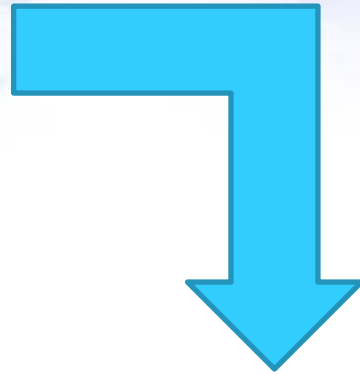
Сеть памяти - это структура и организация информации. Эти структуры могут изменяться, т.е. в них происходят возбуждения или отсутствия раздражителя.



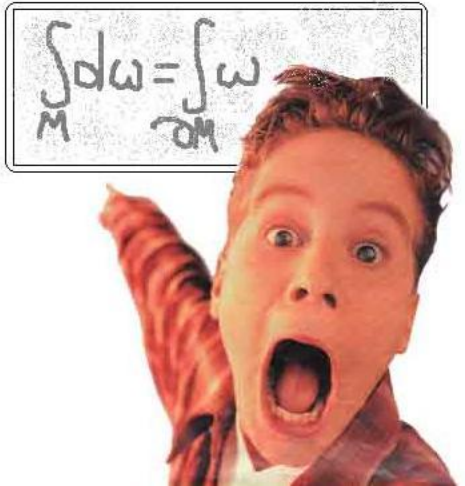
Сознательная деятельность мозга - лишь 10%  
 Подсознательная деятельность мозга - 90%

Рис. 32. Морфологическая структура памяти

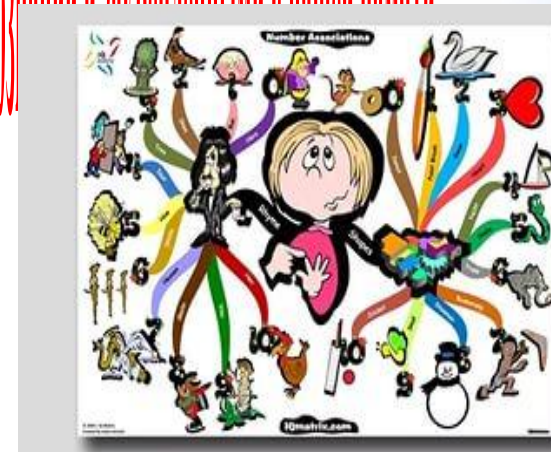
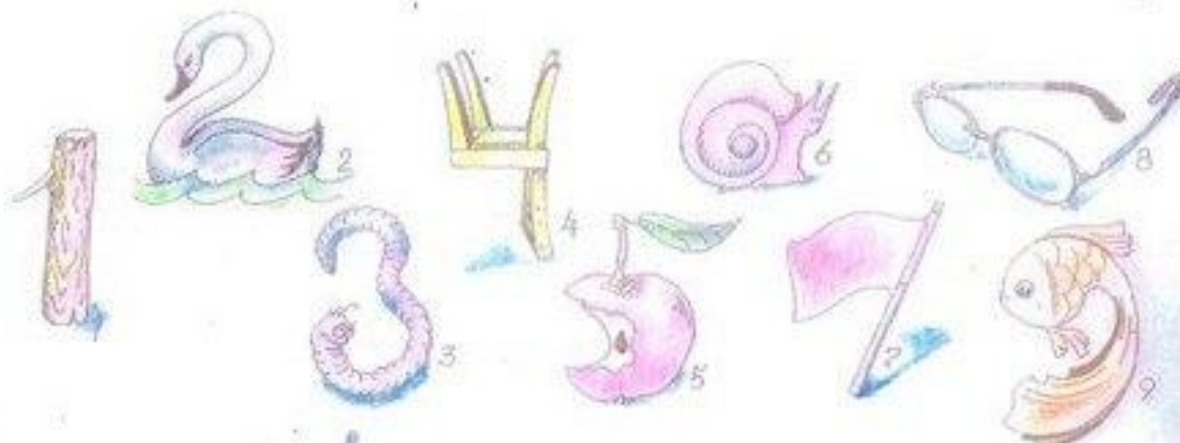




**СЕССИЯ!!!**



В основе памяти лежат **ассоциации**, или связи. Предметы или явления, связанные в действительности, **связываются** и в памяти человека.



**Сущность ассоциативной связи**  
**заключается в том, что при появлении в**  
**сознании одного из элементов этой связи,**  
**вспоминаются и другие элементы.**

# Виды ассоциаций

## Простые

- по смежности
- по сходству
- по контрасту

## Сложные

- причинно-следственные

Таблица 8.2. Ассоциации и память

Тип ассоциации	Классический пример	В чем может проявляться
По смежности	«Стол – стул»	Хорошо запоминается то, что ранее воспринималось или запоминалось вместе. Например, если мы забыли человека, то можем вспомнить его, если нам напомнят, где мы встречались
По сходству	«Яблоко – груша»	Хорошо запоминается то, что имеет общие черты. Если мы забыли человека, то можем вспомнить его, если увидим похожего человека
По контрасту	«День – ночь»	В пустыне часто вспоминают зиму, снег, и наоборот, полярники вспоминают пляж



# *Ассоциации*

*по сходству*

*по контрасту*



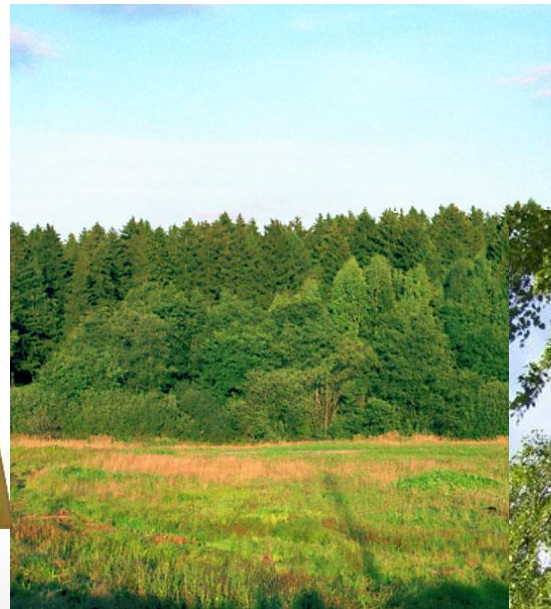
# *Ассоциации*



*по смежности*



*по смыслу*



## Причинно-следственные ассоциации

- являются основой наших знаний и относятся к ассоциациям более высокого уровня. Они простраиваются путём того, что одно явление это следствие или часть другого (прошёл дождь – будет мокро; не политые растения – погибнут).



# Классификация видов памяти:

Все виды памяти условно подразделяются на три группы:

## I группа – что запоминается

**Образная память** – вид памяти связан с работой наших органов чувств. Различаю 5 видов образной памяти. Данная память позволяет воспроизводить образы ранее воспринятого.

**Словесно-логическая память (смысловая)** – позволяет запоминать мысли понятия, формулировки.

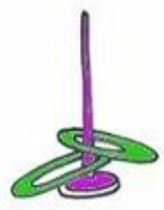
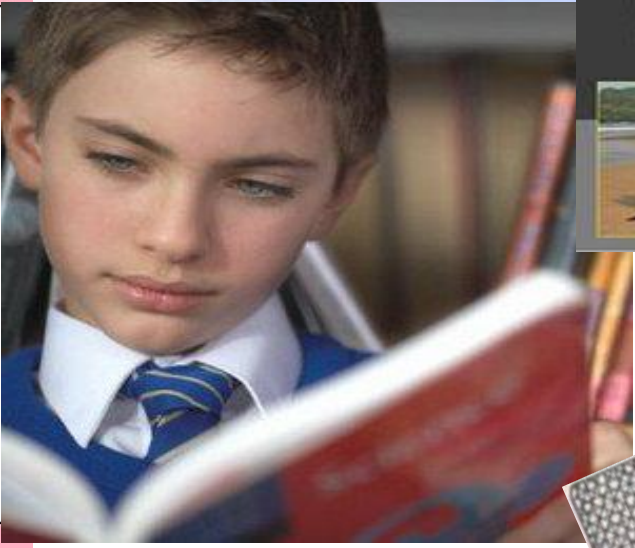
**Двигательная память (моторная)** – запоминаются умения, навыки. Различные движения и действия.

**Эмоциональная память** – помогает запоминать чувства, эмоции переживания, которые мы испытываем в различных ситуациях.



### Двигательная память

зависит от сочетаний кинестетических ощущений, от возбуждения и торможения соответствующих проводящих путей и нервных клеток. Возникнув, двигательный образ оказывает влияние на группу мышц, работа которых связана с этим образом.



## II группа – Насколько долго запоминается

**Кратковременная память** – имеет небольшую длительность. Её механизм: воспринял, воспроизвёл, забыл. Нужна, чтобы воспроизводить только что произошедшие события, явления.

**Долговременная память** – обеспечивает продолжительное накопление материала. В долговременной памяти происходит накопление знаний, которые хранятся в преобразованном виде (это знания, которые нужны вообще, а не только в данный момент).

**Оперативная память** – запоминание информации на тот промежуток времени, которое необходимо для выполнения какой либо операции или действия.

# КРАТКОВРЕМЕННАЯ ПАМЯТЬ



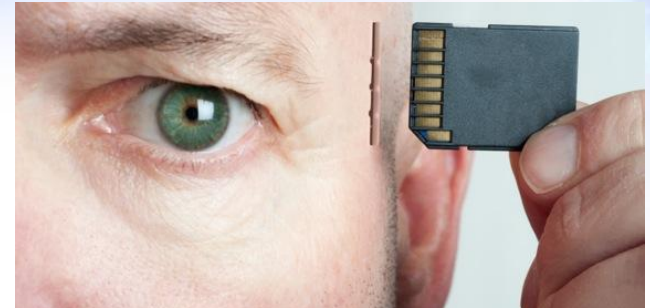
- Объем кратковременной памяти человека ограничен и обычно обеспечивает одновременную фиксацию 7+2 элементов
- Способность к заучиванию у детей всех возрастов меньше, чем у взрослых.
- Память с возрастом улучшается до 20-25 лет, затем держится на одном уровне до 40-45 лет, после чего постепенно угасает.
- Объем запоминаемой информации зависит от времени экспонирования.
- В силу конечности объема кратковременной памяти происходит обязательное «вытеснение» из нее прежней информации при запоминании новой.
- Лучше всего запоминается начало и конец информации.
- Кратковременную память разрушают любые внешние помехи.



«Нельзя ли поскорее начать контрольную? У меня кратковременная память лучше долговременной».

# Долговременная память

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.





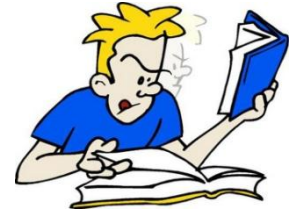
### III группа – как запоминается

#### **Непроизвольное запоминание:**

- само собой без цели и установок. Человек запоминает непроизвольно не все подряд. А лишь то, что связано с его личностью, интересами профессией.

#### **Произвольное запоминание:**

- чтобы запомнить, ставится определённая цель, установка, прилагаются волевые усилия.



# Характеристика основных процессов памяти

Существуют следующие процессы памяти:

**1. Запоминание** – это закрепление образов и впечатлений, которые возникают под воздействием предметов и явлений.

**Произвольное запоминание** – с постановкой цели, установок, делится на:

**механическое**

Запоминание материала без опоры на смысловую часть.

(книга – облако; стакан – столб)

**и**

**осмысленное**

С помощью ассоциативной связи, с

помощью сознания связи между предметами, материалом.

( почта – письмо; кран – вода)

**Непроизвольное запоминание** – без усилий с помощью интереса, потребности, эмоций.



**В запоминании существует:**

**«Эффект края»** - лучше запоминается начало и конец услышанного, прочитанного и т.д..

**Реминисценция** – более позднее воспроизведение оказывается более полным и точным чем ранее.

**«Эффект Зейгарник»** - если задачи выполняется, напряжение спадает, и всё, что с ним было связано, забывается. Когда исполнение решения прерывается, напряжение не исчезает и само дело закрепляется в памяти.



**ЭФФЕКТ КРАЯ**



**Начало**

основная часть,  
т. н. Середина

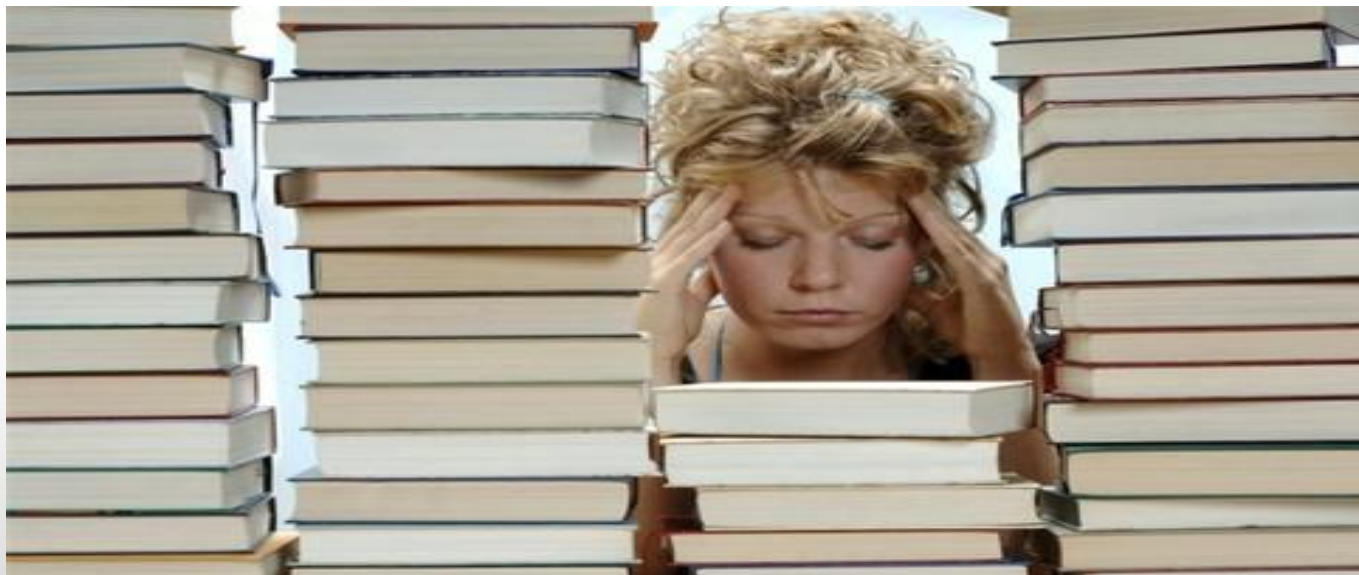
**Конец**

ЭФФЕКТ ЗЕЙГАРНИК



Наиболее точное и полное воспроизведение сложного и обширного материала происходит обычно не сразу после заучивания, а спустя 2—3 дня.

Такое улучшенное отсроченное воспроизведение называется **реминисценцией**.



# Реминисценции Интертекстуальность

Сказки

В.Гауфа

«Карлик Нос»

Фольклорные  
МОТИВЫ

«Девочка Нос»

Переосмысление=на  
изнанку



Сказочные и  
мифологические  
реминисценции оживляют  
память детства и таким  
образом способствуют  
выражению тяги к  
гармонии , тоски по идеалу

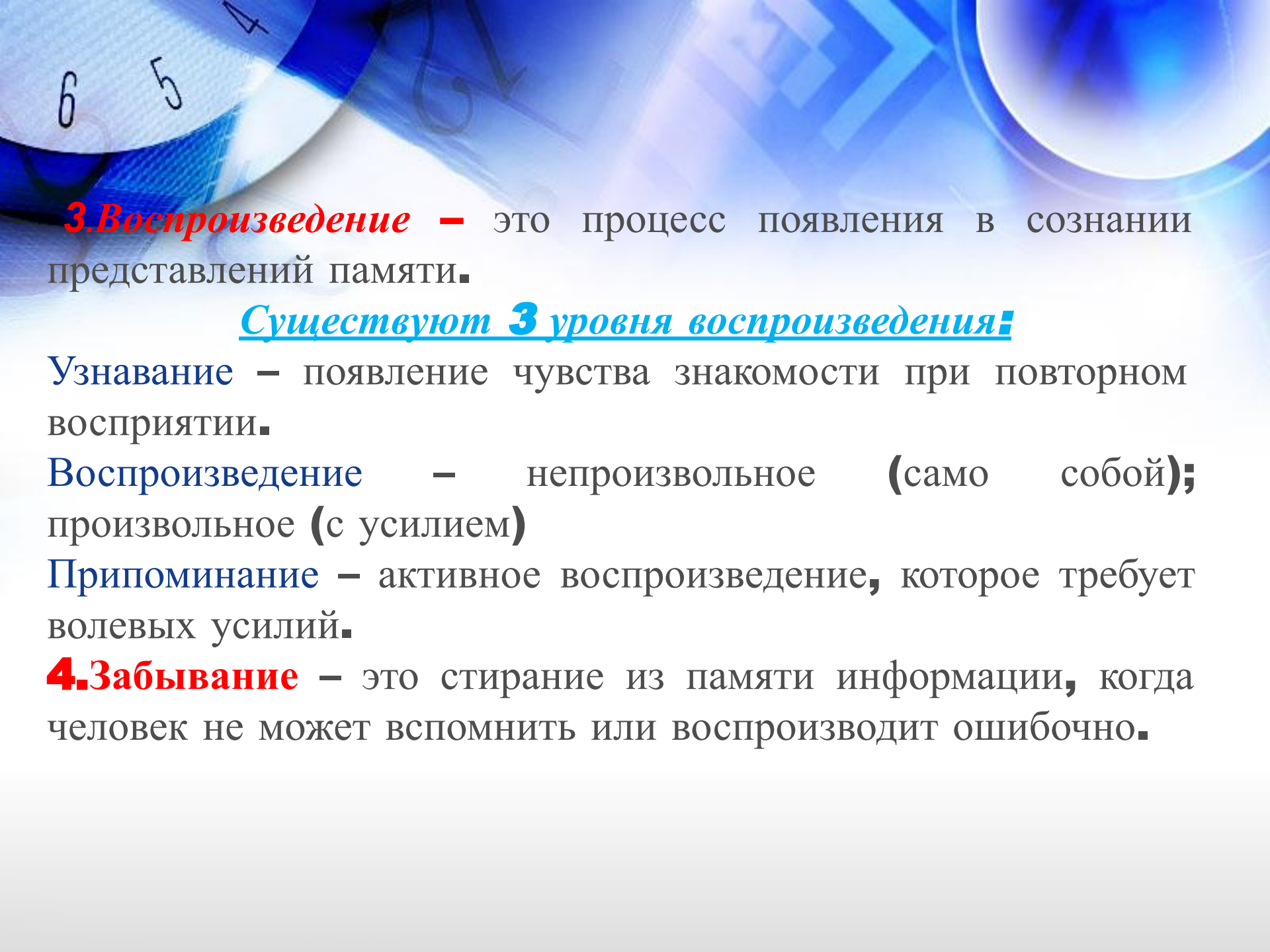




# Основные процессы памяти:

**2. Сохранение** – это удержание заученного в памяти. О успешности и развитости данного процесса можно судить по процессу воспроизведения.





**3. Воспроизведение** – это процесс появления в сознании представлений памяти.

Существуют 3 уровня воспроизведения:

**Узнавание** – появление чувства знакомости при повторном восприятии.

**Воспроизведение** – произвольное (само собой);  
произвольное (с усилием)

**Припоминание** – активное воспроизведение, которое требует волевых усилий.

**4. Забывание** – это стирание из памяти информации, когда человек не может вспомнить или воспроизводит ошибочно.

## Закономерность забывания

- забывается все ненужное, второстепенное, а также определенный процент и нужной информации

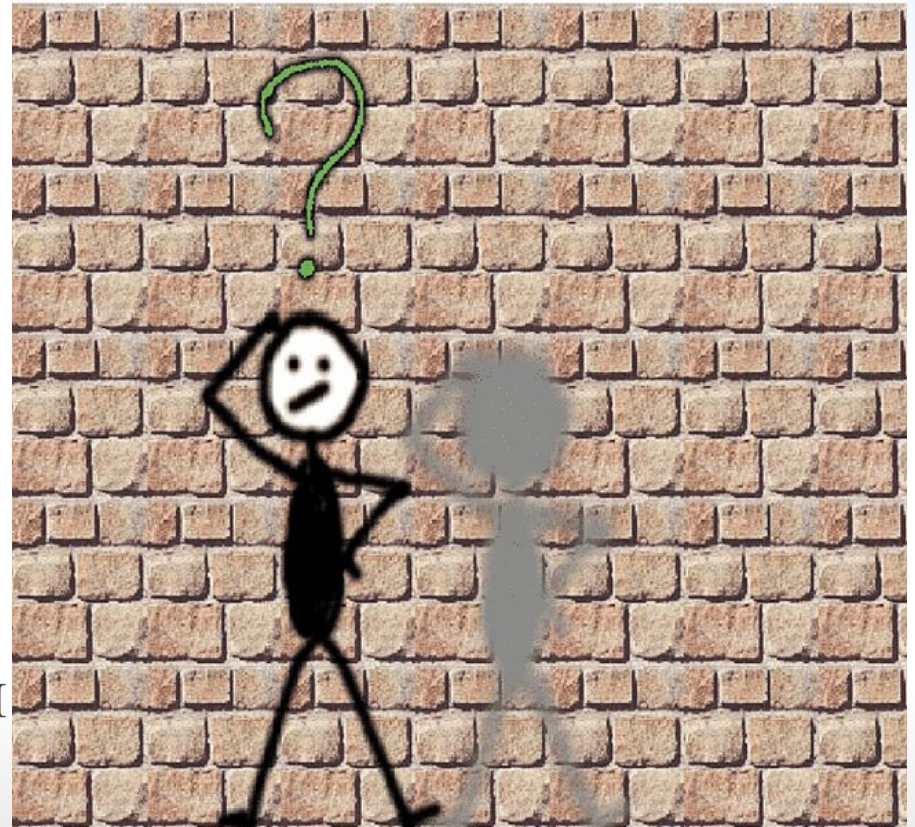


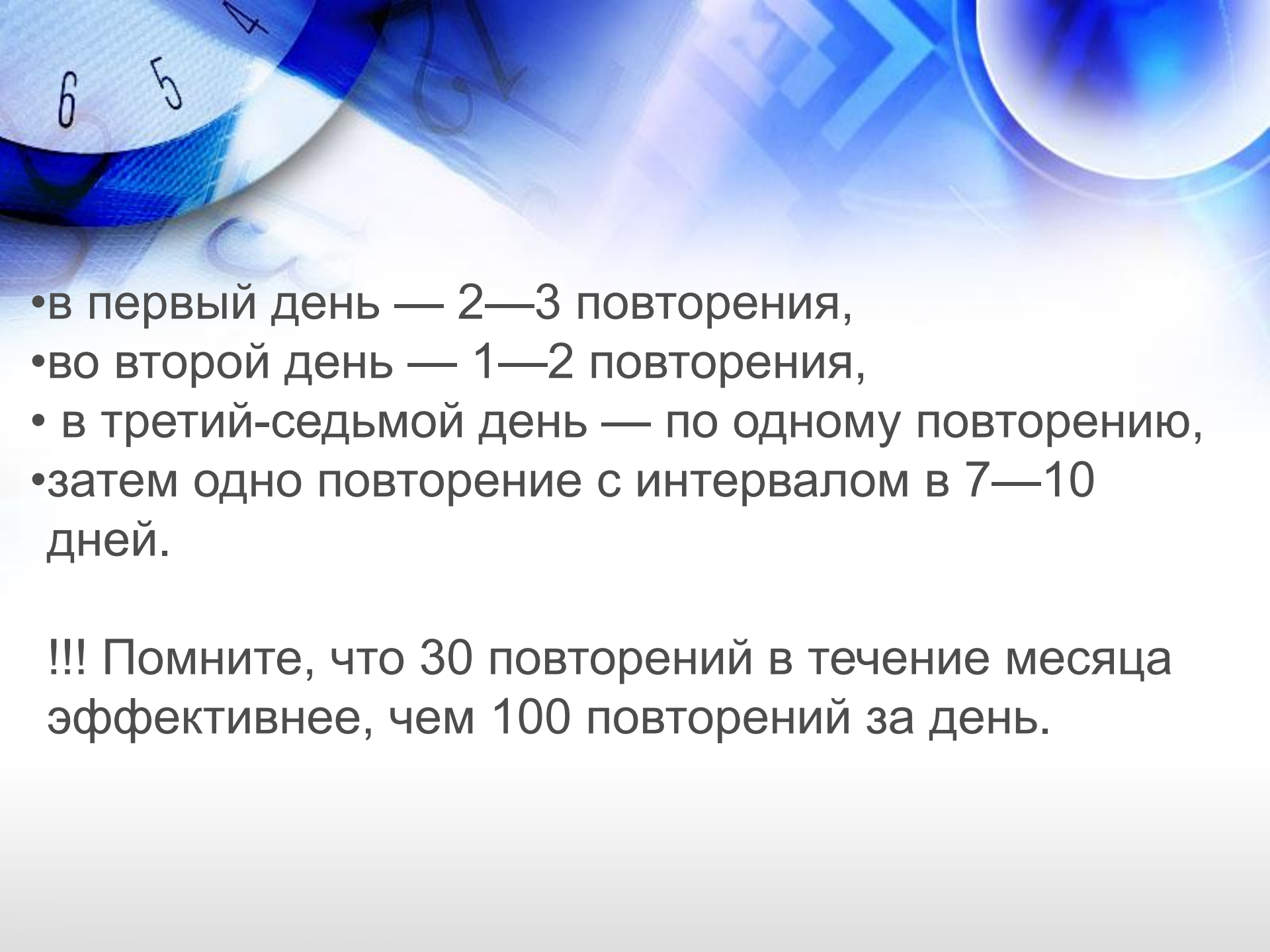
- полное
- частичное

- длительное
- временное

# Факторы забывания

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



- 
- в первый день — 2—3 повторения,
  - во второй день — 1—2 повторения,
  - в третий-седьмой день — по одному повторению,
  - затем одно повторение с интервалом в 7—10 дней.

!!! Помните, что 30 повторений в течение месяца эффективнее, чем 100 повторений за день.

# 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.

