

**ДИСЦИПЛИНА: ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Группа : П-220921

06.03.2024

Преподаватель: Полякова Юлия Александровна

Электронная почта: pol.yu.a@yandex.ru

Раздел 2. Психология познавательных процессов.

Тема 2.4. Память.

План работы

1. Изучение нового материала.

Задание к уроку

1. Проработать вопрос, используя лекции преподавателя (прочитать всё). См. Приложение 1

2. Составить конспект.

3. **Практическая часть:** самостоятельно изучить и законспектировать **в тетрадь** ответ на вопрос «Этапы памяти: запоминание (фиксация), сохранение (ретенция), воспроизведение (репродукция)».

Требования по оформлению тетради:

1. тетрадь должна быть подписана;

2. страницы в тетради должны быть пронумерованы;

3. **номер поставить посередине верхнего поля каждой страницы, а рядом написать фамилию студента (для удобства проверки выполненной работы).**

(Например: 4 – Иванов, 5 – Иванов и т.д.)

После выполнения заданий работу необходимо отправить на проверку преподавателю на электронную почту.

Электронная почта: pol.yu.a@yandex.ru

ЖЕЛАЮ ВАМ УСПЕХОВ!

Понятие памяти

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

Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим и является важнейшей познавательной функцией, лежащей в основе развития и обучения.

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

Представления памяти являются воспроизведением, более или менее точным, предметов или явлений, когда-то воздействовавших на наши органы чувств.



Представление воображения— это представление о предметах и явлениях, которые в таких сочетаниях или в таком виде никогда нами не воспринимались. Подобные представления являются продуктом нашего воображения. Представления воображения также основываются на прошлых восприятиях, однако эти последние служат лишь материалом, из которого мы создаем с помощью воображения новые представления и образы.

В основе памяти лежат ассоциации, или связи. Предметы или явления, связанные в действительности, связываются и в памяти человека. Встретившись с одним из этих предметов, мы можем по ассоциации вспомнить другой, связанный с ним. Запомнить что-то – значит связать запоминание с уже известным, образовать ассоциацию. С физиологической точки зрения, ассоциация представляет собой временную нервную связь.

Различают два рода ассоциаций:

Простые (ассоциации по смежности, по сходству и по контрасту);

Сложные – смысловые. В них связываются два явления, которые и в действительности постоянно связаны: часть и целое, род и вид, причина и следствие. Эти ассоциации являются основой наших знаний.

Виды памяти

1. По характеру участия воли в процессах запоминания и воспроизведения материала:

Непроизвольная память(информация запоминается сама собой без специального заучивания, а в ходе выполнения деятельности, в ходе работы над информацией). Сильно развита в детстве, у взрослых ослабевает.

Произвольная память(информация запоминается целенаправленно, с помощью специальных приемов). Эффективность произвольной памяти зависит:

2. По содержанию:

- образная память

- словесно-логическая память
- сенсорная память
- эмоциональная память

3. От приемов заучивания. Приемы заучивания:

- механическое дословное многократное повторение – работает механическая память, тратится много сил, времени, а результаты низкие. Механическая память – это память, основанная на повторении материала без его осмысления;

- логический пересказ, который включает: логическое осмысление материала, систематизацию, выделение главных логических компонентов информации, пересказ своими словами – работает логическая память (смысловая) – вид памяти, основанный на установлении в запоминаемом материале смысловых связей. Эффективность логической памяти в 20 раз выше, чем у механической;

- образные приемы запоминания (перевод информации в образы, графики, схемы, картинки) – работает образная память. Образная память бывает разных типов: зрительная, слуховая, моторно-двигательная, вкусовая, осязательная, обонятельная, эмоциональная;

- мнемотехнические приемы запоминания (специальные приемы для облегчения запоминания)

4. По времени сохранения выделяют также кратковременную память, долговременную, оперативную, промежуточную память.

Мгновенная память связана с удержанием точной и полной картины только что воспринятого органами чувств, без какой-то переработки полученной информации. Длительность такой памяти 0,1 – 0,5 сек. Мгновенная память представляет собой полное остаточное впечатление, которое возникает от непосредственного восприятия воздействий.

Любая информация вначале попадает в кратковременную память, которая обеспечивает запоминание однократно предъявленной информации на короткое время (несколько десятков секунд), после чего информация может забыться полностью либо перейти в долговременную память, но при условии 1-2-кратного повторения информации. Кратковременная память (КП) ограничена по объему, при однократном предъявлении в КП помещается в среднем 7 ± 2 . Это магическая формула памяти человека, т.е. в среднем с одного раза человек может запомнить от 5 до 9 слов, цифр, чисел, фигур, картинок, кусков информации.

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. Она рассчитана на хранение информации в течение определенного, заранее заданного срока, в диапазоне от нескольких секунд до нескольких дней.

Долговременная память обеспечивает длительное сохранение информации: бывает двух типов: 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, а лишь при гипнозе, при раздражении участков мозга может получить к ней доступ и актуализировать во всех деталях образы, переживания, картины всей жизни человека). Эта память способна хранить информацию в течение практически неограниченного срока. Информация может воспроизводиться сколь угодно раз. Более того, многократное и систематическое воспроизведение данной информации только упрочивает ее следы в долговременной памяти.

Генетическая память – в ней информация хранится в генотипе, передается и воспроизводится по наследству. Основным биологическим механизмом запоминания информации в такой памяти являются, скорее всего, мутации и связанные с ними изменения генных структур. Генетическая память у человека – единственная, на которую мы не можем оказывать влияния через обучение и воспитание.

5. По организации заполнения

- эпизодическая память

- семантическая память
- процедурная память

Закономерности памяти

Память имеет объём, ограниченный количеством стабильных процессов, являющихся опорными при создании ассоциаций (связей, отношений)

Успешность припоминания зависит от способности переключать внимание на опорные процессы, восстанавливать их. Основной приём: достаточное количество и частота повторений.

Имеет место такая закономерность, как кривая забывания.

Законы памяти	
Закон памяти	Практические приёмы реализации
Закон интереса	Интересное запоминается легче.
Закон осмысления	Чем глубже осознать запоминаемую информацию, тем лучше она запомнится.
Закон установки	Если человек сам себе дал установку запомнить информацию, то запоминание произойдёт легче.
Закон действия	Информация, участвующая в деятельности (т.е. если происходит применение знаний на практике) запоминается лучше.
Закон контекста	При ассоциативном связывании информации с уже знакомыми понятиями новое усваивается лучше.
Закон торможения	При изучении похожих понятий наблюдается эффект "перекрытия" старой информации новой.
Закон оптимальной длины ряда	Длина запоминаемого ряда для лучшего запоминания не должна намного превышать объём кратковременной памяти.
Закон края	Лучше всего запоминается информация, представленная в начале и в конце.
Закон повторения	Лучше всего запоминается информация, которую <u>повторили несколько раз</u> .
<u>Закон незавершённости</u>	Лучше всего запоминаются незавершённые действия, задачи, недосказанные фразы и т.д.