

Министерство образования Республики Беларусь
Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка

В. М. Козубовский

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Конспект лекций

Минск 2001

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Тема 8. Память

8.1. Сущность и виды памяти

Память – это психические процессы сохранения прошлого опыта, обеспечивающие возможность его повторного использования в жизни и деятельности.

Память – это *следовое* психическое отражение прошлого. Память дает возможность человеку *увязать в единый процесс* прошлое, настоящее и будущее. Благодаря памяти человек впитывает опыт предшествующих поколений, приобретает новые знания, умения и навыки.

Память подразделяется на виды по различным критериям.

А. По характеру психической активности:

- *Двигательная память* – это генетически первичная память на воспроизводство различных двигательных операций (бег, плавание, езда на велосипеде).

8.2. Проблема памяти в научных теориях

• *Образная память* – это память на зрительные, слуховые, осязательные, обонятельные и вкусовые образы, сформированные с помощью процессов восприятия (образ лица дорогого сердцу человека, вкус любимого напитка).

• *Эмоциональная память* – это память на чувства (память страха или стыда за свой прежний поступок). «Ну, и злопамятный же ты!», говорим мы иногда человеку.

• *Словесно-логическая память* – это память на мысли и слова.

В. По характеру связи с целями деятельности:

• *Непроизвольная память* – след образа в сознании, возникающий без специально поставленной на это цели. В детстве этот вид памяти весьма развит, но с возрастом ослабевает.

• *Произвольная память* – намеренное запоминание образа, связанное с какой-то целью и осуществляемое обычно с помощью специальных приемов.

С. По продолжительности сохранения образов:

• *Сенсорная (мгновенная) память* – удержание информации, воспринятой органами чувств без ее какой-либо переработки. Если закрыть глаза, затем на мгновение открыть их и снова закрыть, то сохраненный на некоторое время (обычно 0,1 – 0,2 сек) образ увиденного и составит содержание этого вида памяти.

• *Оперативная память* – след образа только лишь для выполнения текущих действий. Например, последовательное снятие информационных символов какого-то сообщения с экрана дисплея и удержание их в памяти до окончания всего сообщения.

• *Кратковременная память* – сохранение образа после *однократного*, непродолжительного восприятия и *немедленного* (в первые секунды после восприятия) его *воспроизведения*. Существует магическая формула кратковременной памяти человека: «семь плюс-минус два». Это означает, что при однократном предъявлении цифр (букв, слов, символов и т.п.) в кратковременной памяти остаются 5 – 9 объектов этого типа. Информация удерживается в кратковременной памяти около 20 сек.

Кратковременная память – это «контрольно-пропускной пункт», через который образы проникают в долговременную память при условии повторного приема. Без повторения образы теряются.

Иногда вводят понятие «*промежуточная память*», приписывая ей функцию первичной «сортировки» входной информации: наиболее интересная часть информации задерживается в этой памяти на несколько минут. Если в течение этого времени она не будет востребована, то возможна ее полная потеря.

• *Долговременная память* «рассчитана» на длительное сохранение следов образа в сознании. Это основа прочных знаний. Извлечение из долговременной памяти информации осуществляется двояко: или по своему желанию или при постороннем раздражении определенных участков головного мозга (например, при воздействии на эти участки слабыми электрическими разрядами).

Существует несколько подходов к изучению памяти.

1. *Психологический подход* (Г. Эббингауз и др.) Здесь можно выделить несколько направлений.

• *Ассоциативное направление*. В основу памяти положены *ассоциации* – такие связи между психическими явлениями, при которых появление одного из них в *сознании* человека влечет *практически одновременное* появление других. Известный прием «узелки на память» говорит об объективности этого подхода.

Ассоциации различают:

– по *сходству* (оба явления имеют сходные признаки);

– по *контрасту* (оба явления имеют противоположные признаки);

– по *смыслу* (оба явления связаны как причина и следствие);

– по *смежности* (оба явления связаны факторами времени или пространственного расположения).

Этот подход не дает ответа на вопрос как, например, объяснить избирательное свойство памяти (почему при виде кучи кирпича одному человеку представляется свалка, а другому – гараж?).

• *Психоаналитическое и бихевиористское направления*. Представители этих направлений при исследовании памяти больше внимания уделяют роли процессов подкрепления, мотивации, эмоций и потребностей.

• *Гештальт-направление*. Здесь утверждается, след в памяти возникает *изначально* как *целостное образование* – гештальт. Гештальт возникает через потребность и психологическую установку. Но откуда берутся *изначально* эти гештальты, каким образом им удастся быть независимыми от практической деятельности человека в онтогенезе и филогенезе? Ответа на эти вопросы нет.

• *Деятельностное направление*. Его тезис: процессы памяти обусловлены тем, сколь они важны в *деятельности* человека. Действительно, мы лучше запоминаем то, что признаем необходимым для своей повседневной практической деятельности.

2. *Физиологический подход*. След в памяти остается благодаря *условному рефлексу* образования *связи* между *новым* и *ранее* закрепленным образом. При этом обязательным условием образования такой связи является подкрепление. Подкрепление означает собой устойчивое *совпадение* новой связи с достижением цели действия.

3. *Физический подход*. Воспринимаемые человеком сигналы, проходя через нейронные сети, вызывают электрические и механические изменения в *синапсах*, местах соприкосновения нейронов. Эти изменения и лежат в основе механизма памяти.

4. *Биохимический подход*. Предполагается, что сигналы от внешнего мира вызывают *химические* изменения в нервных клетках. При этом происходят *перегруппировки* между различными типами белковых молекул нейронов.

8.3. Процессы памяти

Память в жизнедеятельности человека выполняет ряд функций.

- *Запоминание.* Это – избирательное закрепление (запечатление) образа в памяти. Лучше всего запоминается то, что связано со *значимыми* целями, мотивами и способами деятельности данного человека. Процесс запоминания, как и сама память, может быть *кратковременным, оперативным и долговременным* – в зависимости от того, какие задачи «обслуживает» память.

Различают запоминание:

- *смысловое (логическое)*, где ведущими являются процессы мышления;
- *механическое*, реализуемое в результате простых многократных и однотипных повторений образа;
- *ассоциативное*, когда образ связывается с каким-либо другим образом (феномен ассоциативного запоминания использован в «детекторе лжи»).

- *Воспроизведение.* Это процесс восстановления закрепленного в памяти образа без предварительного повторного восприятия. Воспроизведение осуществляется посредством извлечения образа из *долговременной* памяти и перевода его в *оперативную*.

Существуют различные виды *воспроизведения*:

- *узнавание* – воспроизведение образа при повторном восприятии;
- *реминисценция* – пока малоизученное явление улучшения воспроизведения информации через некоторое время после ее получения (например, сложный материал воспроизводится лучше через 2-3 дня после его заучивания);
- *припоминание* – это преднамеренное (произвольное) воспроизведение материала в соответствии с поставленной перед собой целью и задачей;
- *воспоминание* – это воспроизведение при отсутствии самого объекта.

- *Забывание.* Это процесс *постепенного* уменьшения способности *припоминания и воспроизведения* образа, хранящегося в долговременной памяти.

Забывание нельзя *противопоставлять* запоминанию. Это вполне целесообразный процесс, помогающий разгрузить память от неактуальных в данный момент деталей. Забывание не есть болезнь памяти, а условие ее здоровья. Эдгар По, например, высоко ценил возможность забывать и даже придумывал для этих целей приемы. Это ему принадлежит ироническая рекомендация: «Если вы хотите забыть что-нибудь, немедленно запишите, что вы должны это запомнить».

Факторы забывания:

- *Время.* Согласно закону Г. Эббингауза забывание происходит *неравномерно*: сразу после процесса запоминания оно идет быстро, а потом замедляется (рис. 7).

В процессах памяти имеются исключения. Так, *закон обратного хода памяти* Рибо свидетельствует, что пожилой человек может до деталей воспроизвести события «давно минувших дней» и тут же забыть текущие события.