

Тема:

Психологія пам'яті





План лекції:

1. Поняття про пам'ять.
2. Характеристика основних процесів пам'яті.
3. Види пам'яті.
4. Мнемічні властивості особистості.
5. Індивідуальні відмінності пам'яті.

На практичне заняття:

1. Загальна характеристика процесів пам'яті.
2. Мимовільне запам'ятовування та фактори, що його обумовлюють.
3. Довільне запам'ятовування та фактори, що його обумовлюють.
4. Взаємовідношення довільного й мимовільного компонентів у запам'ятовуванні. Умови ефективного запам'ятовування.
5. Відтворення. Рівні відтворення.
6. Теорії забування. Причини забування. Явище ремінісценції.
7. Характеристика основних видів пам'яті.
8. Індивідуальні відмінності пам'яті.
9. Методи вивчення індивідуальних властивостей пам'яті.
10. Значення пам'яті в життєдіяльності людини та професійній діяльності лікаря.
11. Теорії пам'яті (асоціативна, діяльнісна, фізіологічна та біохімічна теорії пам'яті).

Пам'ять - здатність мозку зберігати інформацію і відтворювати її при необхідності через якийсь час.



Пам'ять – це сукупність процесів
запам'ятовування, збереження та
відтворення людиною свого
досвіду.



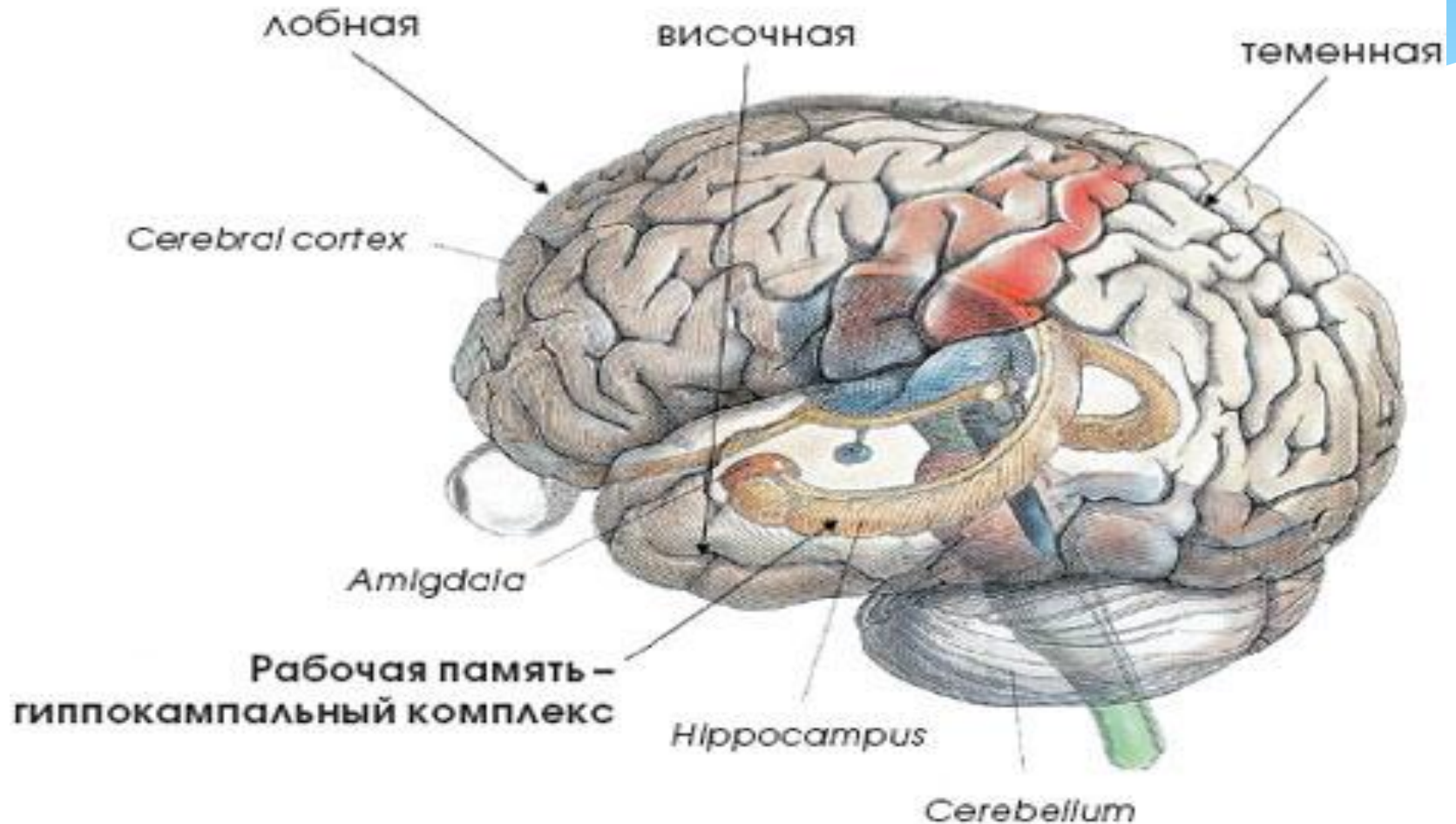


За допомогою знань про своє минуле людина може прогнозувати майбутнє і будувати свою поведінку. Знання про минуле попередніх поколінь за допомогою пам'яті можуть бути привласнені людиною, і, таким чином, взагалі стає можливими історичний розвиток людства.

Втративши пам'ять, людина втрачає можливість нормально жити.

СТРУКТУРИ МОЗКУ, ЩО ПОВ'ЯЗАНІ З ФУНКЦІЄЮ ПАМ'ЯТІ

Долговременная память – ассоциативная кора:





Фізіологами було з'ясовано, що пам'ять забезпечується спільною роботою функціональних блоків мозку, велику роль серед яких відіграє блок прийому, переробки і зберігання інформації. Нейрони цього блоку здатні зберігати сліди збуджень і зв'язати їх із параметрами нової інформації. Інформація, що надходить, деякий короткий час циркулює в замкнених нервових колах.



Процеси **запам'ятовування** та **збереження** являють собою утворення тимчасових нервових зв'язків між новою інформацією і тією, що вже була закріплена. Процес **відтворення** представляє собою відновлення цих зв'язків, а **забування** – їхнє гальмування.

Тривале збереження інформації знаходиться під контролем лобових часток мозку і при їх ураженні процес відтворення стає безконтрольним.



Згідно з вченням І.П.Павлова,
*матеріальним підґрунтям пам'яті є
пластичність кори великих півкуль
головного мозку, її здатність
утворювати нові тимчасові нервові
зв'язки, умовні рефлекси.*

Утворення, зміцнення та згасання
тимчасових нервових зв'язків є фізіологічним
підґрунтям пам'яті.

- **Асоціативна теорія** пояснює закономірності процесів пам'яті зв'язком між елементами матеріалу, який запам'ятовується.
- **Гештальт-психологічна теорія** - організацією матеріалу,
- **Біхевіористична теорія** - характеристиками вправ по закріпленню матеріалу.
- **Когнітивна теорія** - процесами обробки інформації.
- **Діяльнісна теорія** підкреслює роль зв'язку між пам'яттю та діяльністю людини.



Процесами пам'яті (тобто **мнемічними процесами** - від імені давньогрецької богині пам'яті Мнемозіни) є **запам'ятовування, збереження, відтворення і забування**.

Ці процеси є пов'язаними між собою, їх зв'язок характеризує взаємопроникнення і неможливість існування в окремому вигляді.

Основні процеси пам'яті



Запам'ятовування - це процес закріплення в пам'яті нового матеріалу.

Він може бути:

- *мимовільним;*
- *довільним;*
- *механічним;*
- *логічним.*



Збереження – це процес утримання в пам'яті матеріалу, одержаного в результаті запам'ятовування.

Точність і надійність збереження інформації залежить від частоти її використання, від включеності її до діяльності людини і ступеня значимості для людини цієї інформації.



Відтворення – це процес відновлення матеріалу, який зберігається в пам'яті.

Ефективність, точність і легкість відтворення матеріалу залежать від його об'єму, складності, часу, що пройшов від запам'ятовування до відтворення.

Формами відтворення є:

- *впізнавання* (відбувається при повторному сприйманні);
- *власне відтворення* (мимовільне і довільне);
- *пригадування* (найбільш активна форма відтворення);
- *згадування* (відтворення людиною образів подій її минулого).



Забування – це процес, що полягає у неможливості відтворити матеріал, що був закріплений в пам'яті.

В першу чергу забувається те, що не є важливим для людини, не знаходить зв'язків із її попереднім досвідом

Розрізняють два типи пам'яті:

- *генетичну;*
- *прижиттєву.*



Види пам'яті

За змістом психічної активності	За ступенем вольової регуляції	За тривалістю збереження матеріалу
• рухова • образна • емоційна • словесно-логічна	• мимовільна • довільна	• миттєва (сенсорна) • короткочасна • довготривала • оперативна



Індивідуальні відмінності пам'яті:

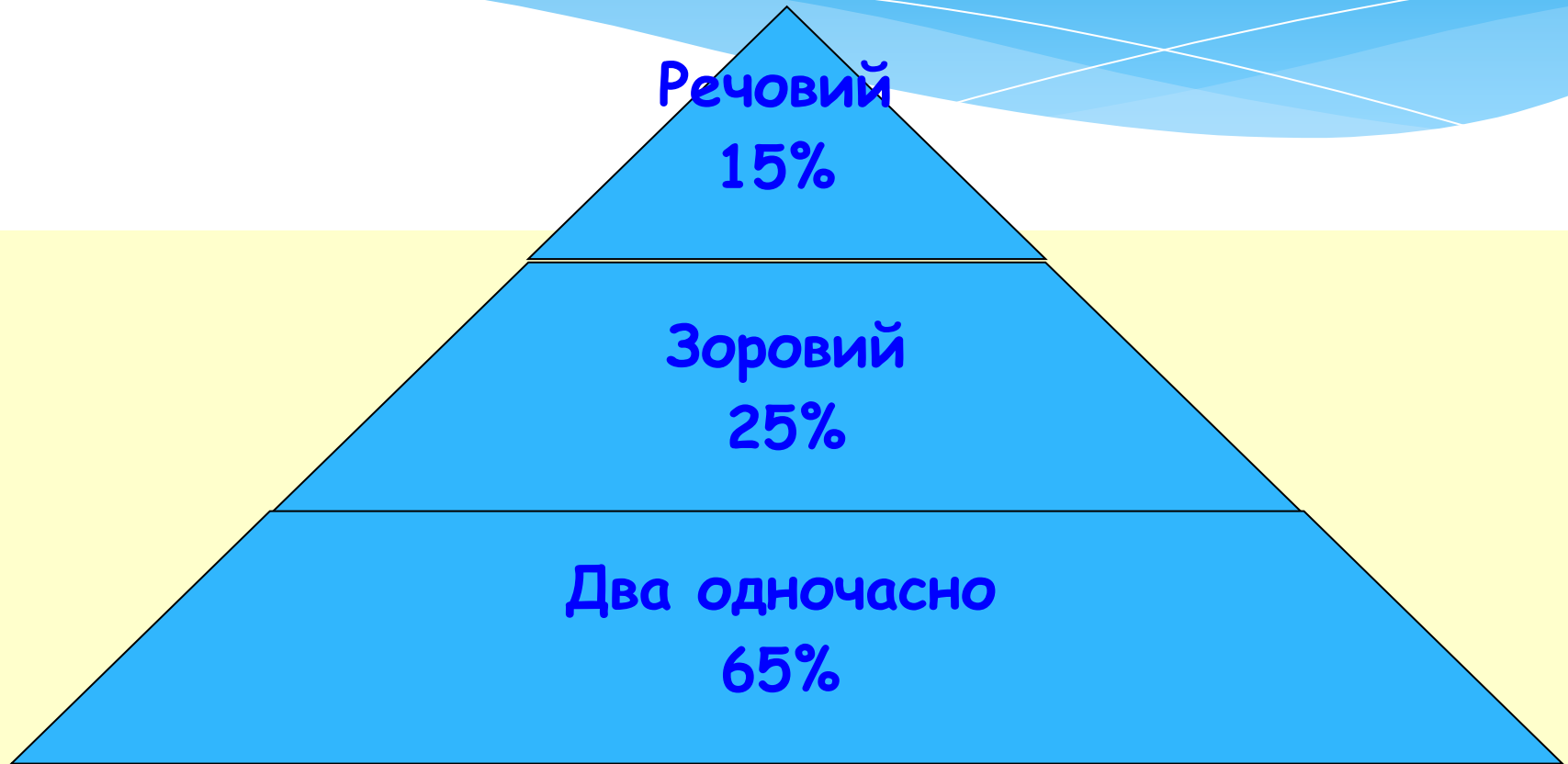
- *швидкість запам'ятовування;*
- *точність запам'ятовування;*
- *міцність запам'ятовування;*
- *готовність до відтворення.*

Закони пам'яті:

- ❖ Краще запам'ятовуються незавершені дії, ніж завершені.
- ❖ Дії запам'ятовуються краще, ніж думки.
- ❖ Ефект краю. Краще запам'ятовується початок і кінець.
- ❖ Людина може не усвідомлювати, що помиляється.

- 
- ❖ Рідкісні та дивні явища запам'ятовуються краще.
 - ❖ Позитивні емоції сприяють пригадуванню, а негативні йому перешкоджають..

Обсяг інформації, що запам'ятовується залежить від способу її отримання



Розташування інформації на дошці, на плакаті

28%	33%
16%	23%

Дякую за увагу!

