

ПСИХОЛОГИЯ ПАМЯТИ

Костюк О. В., Гладкая В. С.

Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники
г. Минск, Республика Беларусь

Пухова П. Л. – ассистент

Память имеет огромное значение в жизни людей, и его трудно переоценить. Память лежит в основе всей жизни человека, его развития и сохранения его способностей, является условием научения, приобретения знаний, умений и навыков.

Образы внешнего мира, возникающие в коре головного мозга, не исчезают бесследно. Они оставляют след, который может сохраняться в течение длительного времени.

Запоминание, сохранение и последующее воспроизведение личностью ее опыта и составляет сущность процесса памяти. Благодаря памяти расширяются познавательные возможности человека.

Основное предназначение памяти – актуализировать прошлый опыт для выработки решений возникающих проблем. Память осуществляет связь между прошлым состоянием психики, настоящим и будущими действиями и психическими процессами человека, обеспечивает связность и устойчивость его жизненного опыта, непрерывность существования сознания и самосознания личности.

Если представить себе, что человек лишается памяти, то это означает, что он теряет и свою личность. Человек не знает, кто он такой, где находится, какое сегодня число. Он не может говорить, читать, писать, пользоваться обычными вещами.

Память делает возможным накопление впечатлений об окружающем мире, служит основой приобретения знаний, навыков и умений. Учитывая ее значение в становлении человеческого познания, можно сказать, что память – основа всего сознания. Память – это отражение действительности, проявляющееся в сохранении и воспроизведении следов прошлого опыта. Посредством памяти человек реагирует на сигналы и ситуации, которые перестали непосредственно действовать на него.

2. Процессы памяти



Рисунок 1 – Классификация основных видов памяти

К процессам памяти относят запоминание, хранение, забывание и воспроизведение.

Запоминание. Процесс запоминания – это активный процесс, при котором с исходным материалом производятся какие-то действия. Процесс запоминания начинается в кратковременной памяти (КВП) и завершается в долговременной памяти (ДВП). При этом происходит следующая последовательность действий. В КВП из сенсорной памяти попадает только тот материал, который опознан путем сличения актуального сенсорного образа с эталонами, хранящимися в долговременной памяти. После того как зрительный или акустический образ попал в КВП, он переводится на язык звуковой речи и существует в ней дальше в основном именно в такой форме. В процессе этого преобразования происходит классификация материала на основе смысловых признаков для отправки его в соответствующий отдел долговременной памяти. В действительности этот процесс еще более сложный и представляет собой установление смысловых связей между полученным материалом и семантически родственными обобщениями, хранящимися в ДВП. При

этом происходит преобразование не только наличного материала, но и структур ДВП. Как только эти связи установлены и закреплены, материал остается в ДВП «для вечного хранения».

Хранение и забывание. Хранение означает наличие информации в ДВП (в данном случае речь будет идти о ней), что не всегда связано с ее доступностью для сознания. Забывание – неоднородный процесс, он может принимать самые разнообразные формы. Человек, например, не может вспомнить то, что происходило с ним в раннем детстве, потому что до овладения речью он не мог передать на хранение в символической форме то, что воспринял в форме образной. Забывание может означать также то, что человек «забывает» сделать что-то из намеченного ранее, например что-то купить в магазине. Забывание может быть связано также с физической черепно-мозговой травмой, а может быть связано своим возникновением так называемому вытеснению – произвольному забыванию событий, вызывающих душевную боль. В связи с этим под забыванием в психологии называется все то, что происходит, когда материал, который был когда-то запомнен и который затем нужно отыскать, не удается извлечь из памяти.

Воспроизведение хранящегося в ДВП материала заключается в переводе его из ДВП в КВП, т.е. в его актуализации в сознании. Воспроизведение зависит от процессов запоминания и забывания, но имеет и свои особенности и механизмы. Воспроизведение может выступать в трех формах – узнавания, припоминания и воспоминания. Смысл узнавания понятен и без особых разъяснений, он связан с сознательной идентификацией образов. Припоминание – сложный процесс памяти, который представляет собой поиск требуемого материала в долговременной памяти.

Благодаря своей памяти, особенно ее постоянному совершенствованию, человек в свое время выделился из животного царства и достиг тех вершин психологического развития, на которых он находится в настоящее время.

Дальнейший прогресс человечества без постоянного улучшения его памяти так же немислим, как и развитие человека в прошлом, поскольку память включает не только указанные выше процессы, но и их динамические характеристики, например скорость доступа к нужной информации.

Виды памяти

Эмоциональная память. Эмоции человека тесно связаны с его потребностями или мотивами, поскольку в них отражаются отношения между потребностями и особенностями ситуации, способствующими или препятствующими их удовлетворению. Эмоции выступают в качестве сигналов о том, в какой мере удовлетворяются или могут быть удовлетворены наши потребности. Поскольку эмоция – это сигнал, он может храниться в памяти в той или близкой к той форме, которая сопровождала события, переживаемые впервые. При повторном восприятии или представлении ситуации, вызвавшей эмоцию, ее оценка как желательной или, наоборот, угрожающей, может производиться за счет немедленного появления хранящейся в памяти эмоции. Эта оценка позволяет построить соответствующее поведение еще до того, как ситуация будет осмыслена и проанализирована с помощью мышления.

Образная память сохраняет пережитый опыт в форме образов. Образная память – суть представления. В форме образов в памяти хранятся не только доступные сознанию впечатления, полученные с помощью органов чувств, но и неосознаваемые образы, такие как эталоны или паттерны, которые принимают участие в процессах восприятия, например, при распознавании образов.

В словесно-логической памяти хранятся наши умственные образы мира в форме обобщенных категорий, суждений, абстрактных концептуальных схем и, наконец, мировоззрения в целом. Кроме того, в словесно-логической форме хранятся также сознательно планируемые программы деятельности.

В двигательной памяти хранятся схемы различных движений и их систем, образующие двигательные навыки, которые обеспечивают автоматизированный характер действий в повторяющихся или типичных ситуациях. Именно двигательная память позволяет нам думать о чем-то постороннем в тот момент, когда мы открываем дверь в собственную квартиру.

Все виды, или компоненты, памяти тесно связаны друг с другом, поскольку они являются компонентами единого, целостного поведенческого акта.

Список использованных источников:

1. Гамезо, М.В., Домашенко, И.А. Атлас по психологии: Информ.-метод. пособие курсу «Психология человека». – М.: Педагогическое общество России, 2006. – 276 с.
2. Маклаков, А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2007. – 583 с. – (серия «Учебник нового века»)
3. Немов, Р.С. Психология: Учебник. – М.: Высшее образование, 2007. – 639 с. – (Основы наук)
4. Психология: Учебник для вузов/ Л.Д. Столяренко. – СПб.: Питер, 2004. – 592 с.
5. Психология: Учебник для гуманитарных вузов/ под общ. ред. В.Н. Дружинина. – СПб.: Питер, 2003. – 651 с. – (серия «Учебник нового века»)
6. Психология: Учебник для педагогических вузов/ под ред. Б.А. Сосновского. – М.: Юрайт-Издат, 2005. – 660 с.
7. Психология: Учебник для студентов средних учебных заведений/ под ред. И.В. Дубровиной. – 2-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 464 с.
8. Розин, В.М. Психология: Наука и практика: Учебное пособие. – М.: РГГУ, Омега-Л, 2005. – 544 с.