

Фонюшкина Лидия Павловна

студентка

Институт промышленных

технологий и инжиниринга

ФГБОУ ВПО «Тюменский государственный

нефтегазовый университет»

г. Тюмень, Тюменская область

НА ЧТО СПОСОБНА ЧЕЛОВЕЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ?

Аннотация: в данной статье автором рассматривается вопрос памяти. Исследователь отмечает, что в современном обществе очень актуальна тема человеческой памяти, в особенности у школьников и студентов, ведь им необходимо запоминать огромное количество нужной информации в кратчайшие сроки.

Ключевые слова: память, эффект «дежа вю», ложная память.

Что же такое память? Существует огромное множество определений данного понятия, согласно одному из них память – это способность к воспроизведению прошлого накопленного опыта, одно из основных свойств нервной системы, выражающееся в способности хранить информацию и многократно использовать ее в сфере сознания и поведения. Изучением этого термина занимаются в разделе когнитивной психологии, который основан на исследовании познавательных ресурсов человеческого сознания. К таким процессам относятся внимание, воображение, логическое мышление и многое другое. Каждый человек стремится непосредственно к развитию, приобретению новых знаний, память же является обязательным условием для осуществления этого. В своей работе я постараюсь разобраться с тем, что такое «память», рассказать про виды и формы памяти, а также ознакомиться с несколькими понятиями в данной сфере.

История изучения памяти.

Трудно сказать точно, где и когда появились первые целостные представления о работе нашей памяти. Судя по всему, первые размышления на этот счет

принадлежат древним грекам и относятся приблизительно к VI веку до нашей эры. Сейчас высказывавшиеся тогда соображения кажутся достаточно наивными, особенно если учесть, что делались они величайшими мыслителями всех времен и народов.

Парменидес в VI веке до н.э. рассматривал память, как смесь света и тьмы, тепла и холода. Он думал, что если эти смеси не «взбалтывать», то память будет прекрасной. Забывание же есть результат взбалтывания, замутнения.

Как и во многих областях знания, первым человеком, внесшим реальный вклад в объяснение работы памяти, был Платон (IV век до н.э.). Его теория известна как «гипотеза восковой доски»; она до сих пор разделяется некоторыми, хотя и встречает много возражений. Платон считал, что память запечатлевает опыт, так же как воск, на котором отпечатываются те предметы, которые с ним соприкасаются. Эти отпечатки сохраняются до тех пор, пока не исчезают (изнашиваются) со временем, вновь оставляя чистую поверхность. Эта чистая поверхность и рассматривалась Платоном как полное забывание, обратная сторона того же процесса.

Научные исследования в этой сфере не стоят на месте, однако до сих пор остается много вопросов и некоторые свойства человеческой остаются загадкой, многое лишь предстоит изучить.

Виды и формы памяти.

Существует множество классификаций типов и видов памяти. В зависимости от срока сохранения информации обычно выделяют:

1. Мгновенная память (индивид «сохраняет» информацию на 2–3 секунды).
2. Кратковременная память (срок хранения полученной информации колеблется от 5 до 10 секунд).

Данный вид памяти естественно связан со следующим типом – долговременной памятью. На данном этапе индивид отсеивает ненужную для себя информацию.

Каждый человек выбирает свой специфический способ сохранения информации. В связи с этим фактом виды запоминания подразделяют на:

1. Произвольное (т.е. индивид создает особые психологические установки).
2. Непроизвольное (присутствует интерес).
3. Механическое (повторение, чтобы заучить всю информацию).
4. Смысловое (выделяет некоторые термины и понятия, чтобы ему было легче запомнить всю нужную информацию).

Феномены памяти.

Следующее, о чем я расскажу, это феномены памяти. Всем известно, что человеческий мозг способен запоминать немыслимое количество информации. По данным исследований ученых, столько в себя не вмещают даже самые крупнейшие библиотеки нашей планеты. Наверное, когда-нибудь возможности человеческой памяти будут развиваться, и индивиды смогут запоминать информацию буквально за считанные секунды.

Возможности памяти безграничны. Считается, что взрослый человек может запомнить от двадцати до ста тысяч слов. Примеры феноменальной памяти существовали во все времена:

Юлий Цезарь и Александр Македонский знали в лицо и по имени всех своих солдат – до 30000 человек. Этими же способностями обладал и персидский царь Кир. Каждого из 20000 жителей Афин знали знаменитые Фемистокл и Сократ. А Сенека был способен повторить 2000 не связанных между собой слов, услышанных лишь раз. Также Моцарту достаточно было услышать музыкальное произведение один раз, чтобы исполнить его и записать на бумаге. Прослушав «Мизерере» Аллегри (в 9 частях), он сумел по памяти записать всю партитуру этого произведения, которая сохранялась Ватиканом в тайне. При втором прослушивании Моцарт обнаружил в своей записи всего несколько неверных нот. Такой же музыкальной памятью обладал и Сергей Рахманинов.

К сожалению, свойство мозга запоминать весьма избирательно. Информация может быть представлена во многих видах, но с теми из них, с которыми мы сталкиваемся в сознательной жизни, человеческий мозг работает хуже всего. Вероятно, в ходе эволюции способность человека запоминать будет развиваться, и в далеком будущем любой из наших потомков сможет хранить в памяти тексты

целых книг и множество больших чисел. Пока же такие люди встречаются настолько редко, что являются феноменами.

Помимо таких редких случаев существует множество феноменов памяти, не связанные с гениальностью. Приведу некоторые из них:

1. Ложная память (индивид пытается вспомнить событие из жизни, мозг же старается вспомнить информацию, а при невозможности конструирует ее, используя информацию, которая была получена позже).

2. Всем известных эффект «дежа вю» (новая информация кажется для индивида уже знакомой).

3. Эффект «жамэ вю» (человек воспринимает стандартную и привычную для него ситуацию как совершенно незнакомую).

4. Память и стресс. Во время стресса нарушается работа той части мозга, которая отвечает непосредственно за память [2].

Способы быстрого запоминания.

По-моему, это очень актуальная проблема в нашем обществе, ведь, как уже было неоднократно сказано, память имеет огромное значение. Каждый индивид усваивает информацию по-своему, у кого-то в большей мере развита зрительная память, кто-то лучше усваивает материал на слух, а кому-то проще поучаствовать в разборе. В соответствии со статистикой 10% материала усваивается при его однократном прослушивании, 30% – при самостоятельном прочтении, 50% – при сочетании показа информации, объяснении и наблюдении и 90% – при применении самостоятельных практических действий.

После изучения некоторых источников, могу сказать, что успешное запоминание нужной информации гарантируется лишь при многократном повторении материала, а также, несомненно, наличии мотивации.

Таким образом, возможности человеческого мозга колоссальны, при постоянной работе над собой каждый способен улучшить возможности своей памяти.

Подводя итог вышесказанному, хотелось бы отметить, что в данной работе я затронула лишь несколько аспектов, связанных с разделом психологии, занимающимся изучением человеческой памяти, но несомненно даже из этого можно

сделать вывод о том, насколько огромное значение в человеческой жизни играют мыслительные процессы, основу которых составляют свойства памяти. В наше время каждый стремится к карьерному росту и успеху, а это напрямую связано с тем, какой «багаж» накопленных знаний имеет человек, поэтому необходимо совершенствовать свои способности к запоминанию.

Список литературы

1. Бартлетт Ф. Человек запоминает [Текст] // Хрестоматия по общей психологии / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. – С. 292–303.
2. Роуз С.Р. Устройство памяти: От молекул к сознанию [Текст] / С.Р. Роуз. – М.: Мир, 1995. – 378 с.
3. Бузан Т. Скоростная память [Текст] / Т. Бузан. – СПб.: Эйдос, 1995. – 144 с.
4. Исаева П.Г. На что способна человеческая память? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sci-article.ru/stat.php?i=1433667989>