

Лекція 7-8

Тема: Види та теорії пам'яті

План

1. Характеристика пам'яті.
2. Види пам'яті.
3. Процеси пам'яті.
4. Теорії пам'яті.

Список літератури:

1. Смит И. Современные системы психологии / И. Смит. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 384 с.
2. Степанов О. М. Основы психологии і педагогіки: Навчальний посібник / О. М. Степанов, М. М. Фіцула. – К.: Академвидав, 2005. – 520 с.
3. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. – 721 с.
4. Столяренко А. М. Психология и педагогика: Учебное пособие / А. М. Столяренко. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2004. – 423 с.
5. Цигульська Т. Ф. Загальна та прикладна психологія: Навчальний посібник / Т. Ф. Цигульська. – К.: Наукова думка, 2010. – 190 с.

1.Характеристика пам'яті

Образи предметів і явищ, що виникають у процесі відчуття, сприймання, а також пов'язані з ними думки, емоції, дії не зникають безслідно, а фіксуються і зберігаються в мозку людини. При потребі враження, які сприймалися раніше, можуть бути відтворені у вигляді образів, уявлень про предмети та явища.

Пам'ять – це психічний процес, який відображає досвід людини шляхом запам'ятовування, зберігання та наступного відтворення. Вона є необхідною умовою психічного розвитку людини, адже нові утворення ґрунтуються на основі зафіксованих здобутків. Завдяки пам'яті відбувається становлення особистісної ідентичності, усвідомлюється її єдність і цілісність,

а людина набуває потрібних для діяльності знань, умінь та навичок. Досвід охоплює не лише індивідуальне, а й суспільне життя. Індивід привласнює досягнення попередніх поколінь, оволодіває продуктами культури, що є ланкою зв'язку між минулим, сучасним і майбутнім.

Без уявлень пам'яті неможлива розумова діяльність і взагалі здатність нормально жити. Людина, позбавлена пам'яті, за словами І.М. Сеченова, постійно перебувала б у становищі новонародженого.

Враження, що їх одержує людина, відображуючи об'єктивну дійсність через свої органи чуття чи у процесі розумової діяльності, не зникають безслідно, а фіксуються в мозку і зберігаються в ньому у вигляді образів, уявлень про об'єкти та явища, що сприймалися раніше. У разі потреби набутий досвід може бути відтворений і використаний у діяльності.

Закріплення, зберігання та наступне відтворення людиною її попереднього досвіду називається пам'яттю.

Пам'ять є підґрунтям психічного життя людини. Завдяки пам'яті людина може здобувати необхідні для діяльності знання, вміння та навички. Пам'ять — неодмінна умова психічного розвитку людини. Нові зрушення в її психіці завжди ґрунтуються на попередніх досягненнях, на здобутках, зафіксованих у пам'яті. Завдяки пам'яті зберігається цілісність «Я» особистості, усвідомлюється єдність її минулого та сучасного. Без запасу уявлень пам'яті неможливими були б розумова діяльність, створення образів уяви, орієнтування в навколишньому середовищі взагалі. Позбавлена пам'яті людина, зауважував І. Сеченов, постійно перебувала б у стані новонародженого, була б істотою, не здатною нічого навчитися, нічого опанувати.

2. Види пам'яті

За змістом залежно від того, що запам'ятовується і відтворюється, розрізняють чотири види пам'яті: образну, словесно-логічну, рухову та емоційну.

Образна пам'ять виявляється в запам'ятовуванні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їх властивостей, наочно даних зв'язків і відносин між ними. Залежно від того, якими аналізаторами сприймаються об'єкти при їх запам'ятовуванні, образна пам'ять буває *зоровою, слуховою, дотиковою, нюховою* тощо.

Фізіологічним підґрунтям образної пам'яті є тимчасові нервові зв'язки першосигнального характеру. Проте в ній бере участь і друга сигнальна система. Мова постає як засіб усвідомлення людиною її чуттєвого досвіду.

Зміст словесно-логічної пам'яті — це думки, поняття, судження, умовиводи, які відображають предмети та явища в їх істотних зв'язках і відносинах, у загальних властивостях. Думки не існують без мови, тому пам'ять на них і називається словесно-логічною. Цей вид пам'яті ґрунтується на спільній діяльності першої та другої сигнальних систем.

Словесно-логічна пам'ять є специфічно людською на відміну від образної, рухової та емоційної, що властиві також тваринам.

Рухова пам'ять полягає у запам'ятовуванні та відтворенні людиною рухів. Виявляється вона в різних видах ігрової, трудової, виробничої діяльності. Вона є підґрунтям утворення різних умінь і навичок, засвоєння усної та письмової мови.

Емоційна пам'ять полягає у запам'ятовуванні та відтворенні людиною емоцій та почуттів. Запам'ятовуються не самі емоції, а й предмети та явища, що їх викликають. Наприклад, переживання почуття ностальгії при спогадах про країну, в якій людина виросла, але з якихось причин залишила її.

Залежно від характеру перебігу процесів пам'яті останню поділяють на мимовільну та довільну. Про мимовільну пам'ять говорять тоді коли людина щось запам'ятовує та відтворює, не ставлячи перед собою спеціальної мети щось запам'ятати або відтворити. Коли людина ставить на меті щось запам'ятати або пригадати, йдеться про довільну пам'ять.

Мимовільна і довільна пам'ять — шаблі розвитку пам'яті людини в онтогенезі. Пам'ять поділяють також на короткочасну, довготривалу та оперативну.

Короткочасною називають пам'ять, яка характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, його відтворенням і нетривалим зберіганням. Вона, як правило, обслуговує актуальні потреби діяльності й обмежена за обсягом.

Довготривала пам'ять виявляється у процесі набування й закріплення знань, умінь і навичок, розрахованих на їх тривале збереження та наступне використання в діяльності людини.

Оперативною називають пам'ять, яка забезпечує запам'ятовування та відтворення оперативної інформації, потрібної для використання в поточній діяльності (наприклад, утримання в пам'яті проміжних числових результатів при виконанні складних обчислювальних дій). Виконавши свою функцію, така інформація може забуватися.

3. Процеси пам'яті

Запам'ятовування — один з основних процесів пам'яті. Засадовими стосовно нього є утворення й закріплення тимчасових нервових зв'язків. Чим складніший матеріал, тим складніші тимчасові зв'язки, які утворюють підґрунтя запам'ятовування.

Запам'ятовування, як і інші психічні процеси, буває мимовільним і довільним.

Мимовільне запам'ятовування здійснюється без спеціально поставленої мети запам'ятати. На мимовільне запам'ятовування впливають яскравість, емоційна забарвленість об'єктів. Усе, що емоційно сильно впливає на людину, запам'ятовується нею незалежно від наміру запам'ятати. Мимовільному запам'ятовуванню сприяє також наявність інтересу. Усе, що цікавить, запам'ятовується значно легше й утримується у свідомості довше, ніж нецікаве. Мимовільні форми запам'ятовування відбуваються тоді, коли будь-яке явище постає контрастно на загальному тлі. Предмети, що схожі на

вже відомі раніше, мимовільно запам'ятовуються легше. Мимовільне запам'ятовування має велике значення в житті людини. Воно сприяє збагаченню її життєвого досвіду. Велику роль мимовільне запам'ятовування відіграє і в навчальній діяльності.

Довільне запам'ятовування відрізняється від мимовільного рівнем вольового зусилля, наявністю завдання та мотиву. Воно має цілеспрямований характер; у ньому використовуються спеціальні засоби та прийоми запам'ятовування.

Умови успішного запам'ятовування:

- багаторазове розумно зорганізоване й систематичне повторення, а не механічне, що визначається лише кількістю повторень;
- розподіл матеріалу на частини, виокремлення в ньому смислових одиниць;
- розуміння тощо.

Залежно від міри розуміння запам'ятовуваного матеріалу довольне запам'ятовування буває механічним і смисловим (логічним).

Механічним є таке запам'ятовування, яке здійснюється без розуміння суті. Воно призводить до формального засвоєння знань.

Смислове (логічне) запам'ятовування спирається на розуміння матеріалу у процесі дії з ним, оскільки тільки діючи з матеріалом, ми запам'ятовуємо його. Умовами успішності довольного запам'ятовування є дійовий характер засвоєння знань, інтерес до матеріалу, його значущість, установка на запам'ятовування тощо.

Відтворення — один з основних процесів пам'яті. Воно є показником міцності запам'ятовування і разом з тим наслідком цих процесів. Засадовою стосовно відтворення є активізація раніше утворених тимчасових нервових зв'язків у корі великих півкуль головного мозку.

Найпростіша форма відтворення — впізнавання. Впізнавання є відтворенням, що виникає при повторному сприйманні об'єктів. Впізнавання буває повним і неповним.

При *повному* впізнаванні повторно сприйнятий об'єкт одразу ототожнюється з раніше відомим, повністю відтворюються час, місце та інші деталі попереднього ознайомлення з ним. Повне впізнавання спостерігається, наприклад, при зустрічі добре знайомої людини або при ходінні добре відомими вулицями.

Неповне впізнавання характеризується невизначеністю, утрудненням співвіднесення об'єкта, що сприймається, з тим, що було в попередньому досвіді. Так, почувши мелодію, людина може переживати почуття знайомого, проте буде неспроможною ототожнити її з конкретним музичним твором.

Складнішою формою відтворення є згадування. Особливість згадування полягає в тому, що воно відбувається без повторного сприймання того, що відтворюється. Згадування може бути *довільним*, коли воно зумовлюється актуальною потребою відтворити необхідну інформацію, наприклад пригадати правило при написанні слова чи речення, відповіді на запитання, або *мимовільним*, коли образи чи відомості спливають у свідомості без будь-яких усвідомлених мотивів. Такими є явища персеверації. Під *персеверацією* розуміють уявлення, які мають нав'язливий характер. Образи персеверації з'являються після багаторазових сприймань певних предметів чи явищ або коли спостерігається сильний емоційний вплив на особистість.

Усе, що людина запам'ятовує, з часом поступово забувається. Забування — процес протилежний запам'ятовуванню. Забування виявляється в тому, що втрачається чіткість запам'ятованого, зменшується його обсяг, виникають помилки у відтворенні, стає неможливим відтворення і, нарешті, унеможлиблюється впізнавання.

Забування — функція часу. Засадовим стосовно забування є згасання тимчасових нервових зв'язків, що тривалий час не підкріплювалися. Якщо здобуті знання тривалий час не використовуються і не повторюються, то вони поступово забуваються. Причиною забування є також недостатня

міцність запам'ятовування. Щоб запобігти забуванню, потрібно добре заучувати матеріал.

Забування залежить також від змісту діяльності, її організації та умов, за яких вона відбувається. Причиною, що погіршує запам'ятовування, може бути негативна індукція, зумовлена змістом матеріалу. Схожий, складний матеріал попереднього заняття ускладнює утворення нових тимчасових нервових зв'язків, знижує ефективність запам'ятовування.

Негативний вплив раніше запам'ятованого матеріалу на оволодіння новим характеризується як проактивне (таке, що діє наперед) гальмування. З погляду психології недоцільно після математики вивчати фізику чи хімію. Негативний вплив наступної діяльності на зв'язки, вироблені в попередній діяльності, називається ретроактивним (таким, що діє зворотно) гальмуванням.

Тимчасовою причиною труднощів відтворення може бути зумовлений ситуацією сильний імпульс пригадати, який індукує гальмування. Прикладом може бути стан студента на іспиті, коли він намагається одразу пригадати відповіді на запитання в білеті і через хвилювання не може цього зробити. Гальмування знімається переключенням думки на інші об'єкти.

4. Теорії пам'яті

Фізіологічні теорії пам'яті

Найважливіші положення вчення І.П. Павлова про закономірності вищої нервової діяльності набули подальшого розвитку в фізіологічній та фізичній теоріях.

Згідно з поглядами вченого, матеріальною основою пам'яті є пластичність кори великих півкуль головного мозку, її здатність утворювати умовні рефлекси. Саме утворення, зміцнення та згасання тимчасових нервових зв'язків складає фізіологічний механізм пам'яті. Утворення зв'язку між новим і раніше закріпленим змістом є умовним рефлексом, що становить фізіологічну основу запам'ятовування.

Для розуміння причинної зумовленості пам'яті важливого значення набуває поняття підкріплення. І.П. Павлов розкриває його як досягнення безпосередньої мети дії індивіда або стимул, який мотивує дію, збіг новоутвореного зв'язку з досягненням мети дії. Збіг зв'язку з досягненням мети веде до того, що він залишається й закріплюється. Таким чином, фізіологічне розуміння підкріплення співвідноситься з психологічним поняттям мети дії. Саме це є актом злиття фізіологічного та психологічного аналізу механізмів пам'яті, тобто основна життєва функція цього психічного процесу спрямована не в минуле, а майбутнє. Запамятовування того, що "було", не мало б сенсу, якби його не можна було б використати для того, що "буде".

До фізіологічної теорії приєднується фізична теорія пам'яті, що досліджує нейрофізіологічний рівень її механізмів. Згідно з цією теорією, проходження збудження через певну групу клітин (нейронів) залишає фізичний слід, який веде до механічних та електронних змін у місці сполучення нервових клітин (синапсах). Зміни полегшують повторне проходження імпульсу знайомим шляхом. Ці погляди називають теорією нейронних моделей.

Зокрема, при зоровому сприйманні предмета відбувається обстеження предмета оком по контуру. Цей перцептивний процес супроводжується рухом імпульсу у відповідній групі нервових клітин, які ніби моделюють сприйнятий об'єкт у вигляді просторово-часової нервової структури. Створення та активізація нейронних моделей є основою процесів запам'ятовування, зберігання та відтворення.

У межах цієї теорії виявлено, що аксони, які відходять від тіла клітин, з'єднуються з дендритами іншої клітини чи повертаються до своєї клітини. Це створює можливість циркуляції реверберуючих кіл збудження різної складності та самозарядження клітини, причому збудження не виходить за межі певної системи.

Хімічні теорії пам'яті

Пам'ять людини функціонує як на психологічному, фізіологічному, так і на молекулярному, хімічному рівнях. Прихильники хімічної теорії пам'яті вважають, що специфічні хімічні зміни, які відбуваються в нервових клітинах під впливом зовнішніх подразників, і є механізмами процесів закріплення, зберігання і відтворення, а саме: перегрупування в нейронах білкових молекул нуклеїнових кислот. Дезоксирибонуклеїнова кислота (ДНК) є носієм родової пам'яті: вона містить генетичні коди організму, визначаючи генотип. Рибонуклеїнова кислота (РНК) - основа індивідуальної пам'яті. Збудження нейронів підвищує вміст у них РНК, і необмежена кількість змін її молекул є базою збереження великої кількості слідів збудження. Зміну структури РНК учені пов'язують із тривалою пам'яттю.

Успіхи біохімічних досліджень дали можливість сформулювати припущення про дворівневий характер процесу запам'ятовування. На першому рівні, відразу після впливу подразника, в мозку відбувається короткочасна електрохімічна реакція, яка викликає зворотні фізіологічні процеси в клітині. Цей рівень триває секунди або хвилини і є механізмом короткочасної пам'яті. Другий рівень - власне біохімічна реакція - пов'язаний з утворенням протеїнів і характеризується незворотністю хімічних змін у клітинах та вважається механізмом тривалої пам'яті.

Біохімічні дослідження дають підґрунтя для оптимістичних прогнозів відносно можливостей управління людською пам'яттю в майбутньому. У 1962 році Д. Макконел провів дослідження з плоскими хробаками (планаріями). Планарій навчали проходити певний лабіринт шляхом вироблення умовних рефлексів. Після того як вони запам'ятовували цей шлях, їх розрізали навпіл. Вони швидко регенерували, тобто організм відновлював втрачену частину тіла. Чи будуть тепер ці "напівнові" планарії мати ті самі умовні рефлекси? Результати виявилися дивовижними. Планарії, які регенерували (як з головної частини, так і з хвостової), успішно проходили лабіринт. Учений зробив такий висновок: інформація зберігається в молекулах РНК.

Сенсаційним моментом експерименту виявилася спроба перенести пам'ять від однієї планарії до іншої. Внаслідок багаторазових повторень планарії запам'ятовували певний шлях, після чого з них екстрагувалась РНК, яку потім вводили іншим планаріям. У тієї групи, якій вводили РНК від навчених планарій, значно швидше формувалася очікуваний умовний рефлекс на проходження певного лабіринту, ніж у контрольної групи. Досліди на більш організованих тваринах виявилися менш вдалимими. Багато вчених взагалі скептично поставилися до цієї сенсації, бо результати експерименту не завжди вдається повторити. Висновки робити рано, але, зрозуміло, хімічна теорія не може пояснити весь багатоаспектний феномен пам'яті, особливо у високорозвинених тварин і людей. Не виключено, що в майбутньому можна буде виділити матеріальний - біохімічний - носій пам'яті.

Таким чином, пам'ять індивіда реалізується за рахунок багаторівневих механізмів - психологічного, фізіологічного і хімічного. Для нормального функціонування людської пам'яті необхідні всі три рівні. Людина може усвідомлювати і керувати лише вищим психологічним рівнем, який є визначальним щодо нижчих. Лише на цьому рівні пам'ять стає процесом, опосередкованим мнемічними діями, складником пізнавальної діяльності.

Асоціативна теорія розкриває залежність процесів пам'яті від характеристик матеріалу, що запам'ятовується. В основі пояснення механізмів пам'яті в цій теорії лежить поняття асоціації. Між явищами, що запам'ятовуються, встановлюється зв'язок, або асоціація, яка потім впливає на відтворення матеріалу. При пригадуванні людина відшукує ланцюжок зв'язків, який приведе до потрібного матеріалу. Відтворення деякого факту веде до відтворення факту, із ним асоціативно пов'язаного, а запам'ятовується те, що пов'язане із вже наявним в пам'яті матеріалом. При дослідженнях пам'яті в межах асоціативної теорії були встановлені типи утворення асоціацій: асоціації за схожістю (зв'язок виникає між подібними фактами), за суміжністю (зв'язок виникає між фактами, що слідує в часі один за одним),

за контрастом (зв'язок виникає між фактами, які відрізняються, протилежні один до одного).

Геіштальтпсихологічна теорія підкреслює залежність процесів пам'яті від способів організації і структуризації матеріалу, що запам'ятовується. Чим чіткіше буде організовано матеріал, тим простіше його запам'ятати. При цьому наголошується на активній ролі людини в структуризації матеріалу шляхом ритмізації, перебудови, об'єднання або, навпаки, роз'єднання його різних частин.

В *біхевіористичній теорії* закономірності процесів пам'яті розглядаються, як подібні до закономірностей утворення рухових навичок. Асоціації для біхевіористів - це елементи досвіду людини, що створюються в результаті навчіння. Як і для формування рухових навичок, так і для формування навичок збереження матеріалу в пам'яті потрібні вправи. В рамках цієї теорії встановлено, що на ефективність закріплення матеріалу впливає кількість вправ, проміжок часу між вправами, обсяг матеріалу та індивідуально-психологічні властивості людини, яка запам'ятовує матеріал.

За *когнітивною теорією* пам'ять розглядається, як деяка структура, призначена для обробки інформації. Ця структура складається із різних блоків, що відповідають за розпізнавання інформації, побудову когнітивної карти, збереження отриманої інформації і за відтворення її в певному вигляді. Процеси переробки інформації (об'єднання, доповнення, зміна та інші) забезпечують належні зміни інформації в блоках і перехід її із одного блоку в інший.

В *діяльній теорії* розглядається залежність процесів пам'яті від діяльності людини. За цією теорією, закономірності запам'ятовування, збереження і відтворення певної інформації визначаються змістом та структурою діяльності людини із цією інформацією, мотивами, що лежать в основі цієї діяльності, ставленням людини до неї.

В даній теорії пам'ять розглядається як вид діяльності, а саме, як мнемічна діяльність. Ця діяльність складається із мнемічних дій,

спрямованих на запам'ятовування, збереження і відтворення матеріалу. За допомогою цих дій людина конструює мнемічний образ матеріалу або його уявлення.

Таким чином, асоціативна теорія пояснює закономірності процесів пам'яті зв'язком між елементами матеріалу, який запам'ятовується, гештальтпсихологічна теорія - організацією матеріалу, біхевіористична - характеристиками вправ по закріпленню матеріалу. Діяльнісна теорія підкреслює роль зв'язку між пам'яттю та діяльністю людини та не заперечує досягнення інших теорій пам'яті.

Глосарій

Пам'ять — психічний процес, який полягає в закріпленні, збереженні, наступному відтворенні та забуванні минулого досвіду, дає можливість його повторного застосування в життєдіяльності людини.

Мимовільна пам'ять — інформація запам'ятовується без спеціальних прийомів заучування, під час виконання діяльності або роботи з інформацією.

Довільна пам'ять — цілеспрямоване заучування за допомогою спеціальних прийомів.

Рухова пам'ять — пам'ять на рухи та їх системи.

Емоційна пам'ять — пам'ять на почуття, які виступають стимулом до діяльності

Моторна пам'ять - пам'ять відбувається коли людина пише.

Образна пам'ять — пам'ять на уявлення: зорова, слухова, нюхова, смакова, дотикова.

Словесно-логічна пам'ять — специфічна людська, запам'ятовується думка у формі понять.

Сенсорна пам'ять триває 0,2–0,5 секунди, дозволяє людині орієнтуватися в оточенні.

Короткочасна пам'ять забезпечує запам'ятовування одноразової інформації на короткий проміжок часу — від кількох секунд до хвилини.

Довготривала пам'ять — збереження інформації протягом тривалого часу.

Оперативна пам'ять — проявляється під час виконання певної діяльності і необхідна для її виконання в кожній заданий проміжок часу.

Особистісна пам'ять - виявляється у новому виді відтворення - спогадах про події з життя.

Експліцитна пам'ять — вказує на зв'язок між об'єктами, подіями тощо.

Генетична пам'ять — спадкова пам'ять у ході якої зафіксована програма ембріонального та індивідуального розвитку індивіда.

Біологічна пам'ять — властива всім живим істотам починаючи з одноклітинних, відображає індивідуальний розвиток після народження, адаптація до зовнішнього середовища.

Тести для самоконтролю

1. Яку назву отримав факт того, що люди мимовільно краще фіксують в пам'яті, те що відноситься до справ, які за якимось причинами не вдалося завершити?
 - а) ефект Істоміної;
 - б) ефект Левіна;
 - в) ефект Зейгарник.
2. До якої підсистеми довготривалої пам'яті відноситься інформація типу "Дніпро впадає в Чорне море"?
 - а) епізодичної пам'яті;
 - б) автобіографічної пам'яті;
 - в) семантичної пам'яті.
3. Сенсорна пам'ять...
 - а) діє на рівні рецепторів;
 - б) зберігає інформацію в інтервалі менше 1 секунди;
 - в) лежить в основі зорових образів.
4. Короткочасне пам'ять...
 - а) має ємкість, що не перевищує 11 елементів;

- б) аналог сенсорної пам'яті;
 - в) зберігає інформацію в межах 2 хвилин.
5. Довготривала пам'ять...
- а) має обмежену ємкість;
 - б) має практично необмежену тривалість;
 - в) непов'язана з емоціями.
6. Семантична пам'ять – це пам'ять...
- а) в якій зберігається інформація, що дозволяє організовувати пізнання світу;
 - б) в якій зберігається інформація, що стосується життєво важливих подій;
 - в) в якій зберігається "прохідна", часткова інформація
7. Досить поширеним є звичай дарувати знайомим щось на згадку або купувати сувеніри в містах під час подорожей. Яка з асоціацій пам'яті лежить в основі цієї традиції?
- а) асоціація за схожістю;
 - б) причинно-наслідкова асоціація;
 - в) асоціація за суміжністю.
8. В основі асоціації за суміжністю лежить:
- а) концентрація нервового збудження;
 - б) іррадіація нервового збудження;
 - в) взаємна індукція процесів збудження і гальмування.
9. Здатність до відтворення минулого досвіду, що виражаються можливістю тривалий час зберігати інформацію і багаторазово вводити її в сферу свідомості та поведінки:
- а) пам'ять;
 - б) мислення;
 - в) увага;
 - г) самосвідомість;
10. До видів пам'яті відносяться:
- а) преактивна і ретроактивна;

- б) розподілена і стійка;
- в) довільна і мимовільна;
- г) всі варіанти вірні.

11. Зорова пам'ять відноситься до наступного типу:

- а) механічна пам'ять;
- б) образна пам'ять;
- в) логічна пам'ять;
- г) короткочасна пам'ять.

12. Скільки в середньому слів за раз може запам'ятати людина ?

- а) 17 – 20;
- б) 3 – 4;
- в) 12 -15;
- г) 5 – 9.

13. Що таке мнемотехнічні прийоми?

- а) спеціальні прийоми для полегшення запам'ятовування;
- б) переклад інформації в образи, картинки;
- в) тривале збереження інформації;
- г) збереження інформації протягом декількох годин.

14. Порушення пам'яті називається:

- а) аперцепція;
- б) традукція;
- в) амнезія;
- г) всі варіанти неправильні.

15. Форми відтворення:

- а) впізнавання;
- б) ремінісценція;
- в) спогад;
- г) всі варіанти вірні.

16. До якого виду пам'яті людина в природних умовах не має доступу?

- а) до проміжної;

- б) до довгострокової;
- в) до оперативної;
- г) до короткочасної.

17. «Метод зачіпок» - це:

- а) виявлення арифметичної залежності між групами цифр в числі;
- б) виділення знайомих чисел;
- в) заміна цифр образами;
- г) всі варіанти вірні.

18. Відстрочене відтворення раніше сприйнятого, що здавалося забутим:

- а) ремінісценція;
- б) ейдетизм;
- в) індукція;
- г) дедукція.

19. Порушення пам'яті це:

- а) природний процес;
- б) патологічний процес;
- в) незворотній процес;
- г) немає вірної відповіді.

20. Ефект Зейгарнік це:

- а) неможливість пригадати інформацію відразу після запам'ятовування;
- б) помилкове відтворення інформації;
- в) краще запам'ятовування образів чи подій що не набули свого завершення.