

ПАМЕТ

ДЕФИНИРАНЕ. ХАРАКТЕРИСТИКА НА ПАМЕТА. КЛАСИФИКАЦИЯ – ВИДОВЕ ПАМЕТ. ПАМЕТОВ ПРОЦЕС. ФАКТОРИ, ПОВЛИЯВАЩИ ЗАПОМНЯНЕТО.



1. ДЕФИНИРАНЕ

- Паметта е начин за съществуване на психиката във времето. Основната задача на паметта е натрупване и съхраняване на опита.
- Паметта е процес на запомняне, съхранение и възпроизвеждане от човека на образи, мисли, чувства, емоции, движения и др. – т.е. всичко, което представлява индивидуалния жизнен опит.



- Чрез паметта като основен психически процес индивидът **е в състояние да управлява** своето поведение и дейност, да планира развитието и обучението си.
- В свойствата на паметта се проявява способността на психиката **непрекъснато да натрупва и трансформира** информация.
- Тази способност **има универсален характер** и обхваща всички сфери на функциониране.



2. ХАРАКТЕРИСТИКА НА ПАМЕТА.

- *Основна характеристика на паметта е способността за възпроизвеждане на образи.* За разлика от възприятията, това “извикване” на представите става при отсъствие на обектите или явленията.
- Възстановяването на образите и представите има *осъзнат характер.*



- В случаите, когато за извикването на представите се активира волево усилие, се говори за *произволна памет*. Възстановяването по спонтанен път (без усилие) е функция на *непроизволната памет*.



ПАМЕТОВИЯ ПРОЦЕС ИМА СЛЕДНИТЕ *ИНДИВИДУАЛНИ ХАРАКТЕРИСТИКИ:*

- *Скорост на запомняне* – определя се от количеството повторения, необходими за запомнянето
- *Точност на запомняне* – изразява отношението между възпроизведеното и количеството допускани грешки
- *Продължителност на запомнянето* – изразява се чрез продължителността на съхранението на материала (или скоростта на неговото забравяне)
- *Готовност за възпроизвеждане на материала* – услужливост на паметта



- Индивидуалните различия се определят и от това, *как индивида по-добре запомня:*
 - **Образна**
 - **Словесна**
 - **Нагледно-образна** (характерна за художници, писатели, музиканти)
 - **Словесно-абстрактна** (характерна за учени, философи)
 - **Комбиниран тип памет**



КЛАСИФИКАЦИЯ – ВИДОВЕ ПАМЕТ

- По критерий *продължителност на съхраняване* на информацията: **оперативна, кратковременна и дългосрочна.**
- По критерий *характер на придобитата информация*: **генетична и индивидуално придобита.**



- По критерий *характер на психическата активност*: **двигателна, емоционална, словесно-логическа, образна** (зрителна, слухова, тактилна).
- По критерий *произволност* (по степен на участие на волята): **произволна и непроизволна**.
- По критерий *начин на запомняне*: **механична и смислова**.



4. Паметов процес.

- Общи закономерности: Процесът на **запомняне** преминава през три основни форми:

Запечатване, непроизволно запомняне, заучаване.

Запечатването може да бъде краткотрайно или дълговременно. Непроизволното запомняне е съхранение на информацията без участие на волята, а

преднамереното (заучаване) – специална дейност, която има за цел съхраняване на информацията в паметта.

- **Съхраняване** – задържане в паметта на съществени и значими за индивида данни



- **Забравяне** – процес на затихващи възможности за припомняне и възпроизвеждане на информацията.

Г. Ебинхаус – темпа на забравянето зависи от: обема на материала, от неговото съдържание и осъзнатост, от степента на значимост за индивида.

- **Възпроизвеждане** – извлича се от дълговременната памет и преминава в оперативната.
- **Реминисценция** – отсрочено възпроизвеждане на предишна информация (представа, образ), приета за забравена. В този случай времето съдейства за подобряване на спомена.



ФАКТОРИ, ПОВЛИЯВАЩИ ЗАПОМНЯНЕТО

- Мотивация
- Установката за запомняне
- Бодърстването (вниманието)
- Характера на информацията
- Емоционалната окраска на материала
- Използваните мнемически стратегии

