

ПАМЯТЬ КАК ПСИХИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Попова Александра Евгеньевна

студент МГУ имени Г.И. Невельского

Научный руководитель: **Данченко Светлана Анатольевна**

ФГБОУ ВО «Морской государственный университет им. адм. Г.И.
Невельского.

Аннотация: Память - постоянный и непрерывный процесс сохранения и обработки информации, являющейся одним из самых важных функций психики человека. Наше психическое развитие возможно только потому, что у нас присутствует способность сохранять, то есть запоминать полученные нами ранее знания и опыт в течение нашей жизни. Проблема изучения памяти одна из самых актуальных проблем в истории изучения психических процессов. Все психические процессы всегда в конечном итоге становятся памятью. Без памяти человек не смог существовать и жить вовсе. Благодаря памяти мы способны к такой функции как удержанию прошлого опыта, знаний, жизненных событий, которые мы получили ранее, и которых нет в настоящем. Без памяти человек не смог существовать и жить. Каждый день человек живет и запоминает все события своей жизни. Благодаря памяти человек способен накапливать информацию, структурировать ее превращая ее в навыки и умения, которые он использует в дальнейшей своей жизни. Память играет важную роль не только в жизни отдельного человека, но и всего человечества в целом. Веками человечество накапливало целую историю развития и становления общества, мира и цивилизации в целом. Только благодаря памяти мы можем узнать историю всего мира, которую для нас оставили наши предки.

Ключевые слова: память, психический процесс, запоминание, теория, виды памяти.

MEMORY AS A MENTAL PROCESS

Popova Aleksandra Evgenyevna

Scientific adviser: **Danchenko Svetlana Anatolyevna**

Abstract: Memory is a constant and continuous process of storing and processing information, which is one of the most important functions of the human psyche. Our mental development is possible only because we have the ability to preserve, that is, to remember the knowledge and experience we received earlier during our lives. The problem of studying memory is one of the most pressing problems in the history of the study of mental processes. All mental processes always end up becoming memory. Without memory, a person could not exist and live at all. Thanks to memory, we are capable of such a function as retaining past experiences, knowledge, life events that we received earlier, and which are not in the present. Without memory, a person could not exist and live. Every day a person lives and remembers all the events of his life. Thanks to memory, a person is able to accumulate information, structure it, turning it into skills and abilities that he uses in his later life. Memory plays an important role not only in the life of an individual, but also of humanity as a whole. For centuries, humanity has accumulated a whole history of the development and formation of society, the world and civilization as a whole. Only thanks to memory can we learn the history of the whole world, which our ancestors left for us.

Key words: memory, mental process, memorization, theory, types of memory.

Наше психическое развитие возможно только потому, что у нас присутствует способность сохранять, то есть запоминать полученные нами ранее знания и опыт в течение нашей жизни. Без памяти человек не смог существовать и жить. Каждый день человек живет и запоминает все события своей жизни. Благодаря памяти человек способен накапливать информацию, структурировать ее превращая ее в навыки и умения, которые он использует в дальнейшей своей жизни. Память играет важную роль не только в жизни отдельного человека, но и всего человечества в целом. Веками человечество накапливало целую историю развития и становления общества, мира и цивилизации в целом. Только благодаря памяти мы можем узнать историю всего мира, которую для нас оставили наши предки [1].

Таким образом, память предоставляет целостное развитие личности человека, принимает на себя одну из главных ролей в системе познавательных процессов. Память нужна человеку почти так же как воздух, без нее невозможно социальное адаптивное и существование человека в общем. Цель работы: провести теоретическое исследование памяти как психического процесса.

Современная наука, включая генетику и молекулярную физиологию, разрабатывает ряд гипотез о механизмах памяти.

Согласно одному из низших механизмов памяти, биотоки в нервных клетках автоматически обновляются.

Согласно другой механизм памяти связан с важной ролью в формировании следов памяти нуклеиновых кислот (особенно рибонуклеиновой кислоты - РНК) в белках нейронов [2, с 80].

Следовательно, память - это также психический процесс, с помощью которого человек может сохранять прошлый опыт и конкретные действия, направленные на хранение, хранение и воспроизведение информации. Память выполняет две основные функции: отражательную и регулятивную [3]

Основные процессы памяти - это запоминание, сохранение, узнавание, воспроизведение и забывание информации.

Запоминание - это обобщенное название процессов, обеспечивающих сохранение материала в памяти. Сохранение - это этап обработки информации в памяти, характеризующийся длительным хранением воспринимаемой информации в скрытом состоянии сознания. Узнавание - это опознание воспринимаемого объекта через осознание того, что он уже известен из прошлого опыта. Воспроизведение - процесс в результате которого происходит актуализация закрепленного ранее содержания психики путем извлечения его из долговременной памяти и перевода в оперативную. Забывание - процесс,

приводящий к утрате четкости и уменьшению объема закрепленного в памяти материала, невозможности воспроизвести, а иногда даже и узнать то, что было известно из прошлого опыта [4].

Обращаясь к видам памяти, можно выделить несколько видов классификации видов памяти по индивидуальному критерию, таким образом мы рассмотрим такой критерий как по особенностям запоминаемого материала:

- Моторная (двигательная) память - это запоминание, сохранение и при необходимости воспроизведение различных движений, их координации и последовательности. Двигательная память лежит в основе различных практических навыков (ходьбы, письма и т.д.).

- Эмоциональная память - память на переживания, эмоции и чувства. Эмоции всегда сигнализируют нам о том удовлетворяются наши потребности или нет, насколько нам комфортно, как складываются наши отношения с окружающим миром. Поэтому пережитые ранее и сохраненные в памяти чувства выступают в виде сигналов, которые либо побуждают нас к действию, либо наоборот удерживают от тех действий, которые в прошлом вызвали отрицательные переживания [5, с 283].

- Образная память - память на различные сенсорно-перцептивные образы (воспринятое раньше воспроизводится в форме представлений). В зависимости от преобладания того или иного типа представлений образную память разделяют на зрительную, слуховую, осязательную, обонятельную, вкусовую.

- Словесно-логическая память - запоминание и воспроизведение мыслей, которое построено на причинно-следственной связи между заученными элементами. Мы запоминаем и воспроизводим мысли, возникшие в нашем мышлении, мы запоминаем содержание прочитанных книг, разговоры с людьми. Характерной чертой этого типа памяти является то, что мысли не существуют без языка. Если мы запоминаем информацию с помощью словесно-логической памяти, то нам не нужно запоминать точные формулировки, мы можем запомнить только смысл материала.

Наш психический мир разнообразен и многогранен. Благодаря высокому уровню развития психики мы можем многое. Напротив, психическое развитие возможно, потому что мы сохраняем приобретенный опыт и знания. Таким образом, память - это сложный психический процесс, который состоит из запечатления, сохранения, а затем распознавания и

воспроизведения следов прошлого опыта, что позволяет накапливать информацию без потери предыдущих знаний, навыков и способностей.

Список Литературы

1. Гони́на О. О. Психология. Учебное пособие. — М.: КноРус. 2019. 320 с.
2. Макарова, И.В. Общая психология: Краткий курс лекций / И.В. Макарова. - М.: Юрайт, 2016. - 182 с.
3. Иванников, В. А. Общая психология. Учебник / В.А. Иванников. - Москва: Мир, 2015. - 480 с.
4. Макарова, И.В. Общая психология: Краткий курс лекций / И.В. Макарова. - М.: Юрайт, 2016. - 182 с
5. Немов Р.С. Психология. Общие основы психологии. – 2-е изд. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 2004. – 576 с.