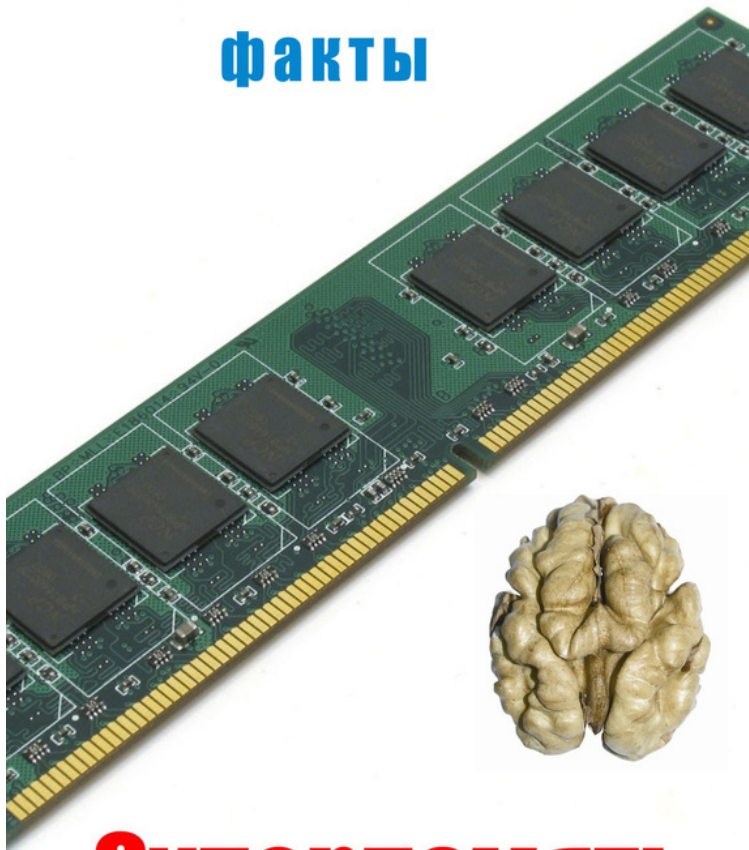


# Интересные факты



## Суперпамять:

# Илья Валерьевич Мельников

## Интересные факты

### Серия «Суперпамять»

*Текст предоставлен правообладателем*  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6057342](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6057342)

#### **Аннотация**

Мы живём в мире, где информация обновляется ежечасно, ежеминутно и даже ежесекундно. Для того, чтобы ориентироваться в этом потоке, современный человек должен обладать чуть ли не сверхспособностями. Как же нам вместить все те знания, которые необходимы для нас, и справиться с этим огромным объемом? Эта книга поможет вам узнать свою память и развить уникальные навыки.

# Содержание

Что такое память?	5
Виды памяти	7
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# Илья Мельников

## Интересные факты

*Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.*

# Что такое память?

Можно сказать, что память это хранение и воспроизведение информации, хранимой в ячейках человеческого мозга и воспринимаемой органами чувств, а также приобретаемой в результате различной деятельности (интеллектуальной, практической, механической и т. д.) Большая часть информации поступает к человеку с помощью органов зрения и органов слуха.

Наши друзья и знакомые помнят одни события, а мы, совершенно другие. Наши воспоминания об одном и том же событии, отличаются друг от друга. В памяти остается не только та информация, которая поступает к нам с помощью органов чувств, но и та, что придумываем мы сами, со временем обретая вполне реальные черты. С годами различить наши мечты и то, что было на самом деле, становится очень сложно.

По этому поводу в одном из своих рассказов Шерлок Холмс дал следующую характеристику памяти: «: «Я считаю, что человеческий мозг – это маленький пустой чердак, и вы должны его обставить выбранной мебелью. Ошибочно думают, у комнаты эластичные стены. От нее зависит, как скоро наступит время забывания того, что вы знали раньше, при каждом новом поступлении информации».

Не каждого человека природа наградила совершенной па-

мятью и способностью запоминать всю необходимую информацию. Развивая у себя наблюдательность, можно избавиться от ненужных ассоциаций.

На сегодняшний день в мире существует множество методик и методов тренировки памяти. Память и наука ее тренировки стала расти и развиваться. С каждым днем появляются новые способы и приемы, различные подходы к развитию памяти и систем мнемотехники.

# Виды памяти

Память – самая сложная из всех психических функций человека, она имеет различные формы и различные виды. У живых организмов (кроме человека) есть только два вида памяти: генетическая, механическая. Генетическая память передается на генном уровне из поколения в поколение, а механическая память приобретается в результате жизненного опыта. Со смертью индивидуума, умирает и его механическая память, накопленная в течение жизни.

Прежде всего надо выделить два вида памяти: наследственную (генетическую) и прижизненную. Первая практически не зависит от условий жизнедеятельности человека – она включает в себя основные инстинкты. Генетическая память заложена в нас от рождения, хранится в геноме и передается по наследству. Это единственный вид памяти, на который мы не можем повлиять, не можем его совершенствовать. Тысячелетиями и столетиями по наследству передаются необходимые поведенческие свойства, биологические и психологические. Прижизненная память – это память, которую информация, которую мы получаем от рождения до смерти.

В свою очередь прижизненную память можно разделить на два подвида: произвольную и произвольную.

Непроизвольная память – это автоматическое запоминание

ние и воспроизведение информации без каких – либо усилий со стороны человека.

Произвольная память – это память, требующая специальной установки на запоминание и требующая приложения определенных волевых усилий.

Память человека достигает наиболее высокого уровня, такими способностями к запоминанию не обладает ни одно другое существо в мире. В зависимости от получения им информации, память делится на четыре вида:

1. Двигательная.
2. Аффективная.
3. Образная.
4. Логическая.

Профессор П.П.Блонский доказал, что в процессе эволюции человечества, виды памяти появлялись один за другим.

Память лежит в основе психической и механической деятельности человека. Она служит связующим звеном между прошлым и настоящим, между настоящим и будущим. Наша память помогает нам в обучении и развитии.

По степени осмысленности память бывает механическая и смысловая.

Механическая – это чисто автоматическое повторение материала, без его осмысливания, без ассоциаций, без любого другого метода. В этом случае все (слова, события, движения, предметы) запоминается в таком порядке, в каком они и воспринимались.

Механическая память – это способность человека к обучению и приобретению жизненного опыта и запоминание просто так, без осмысления, без ассоциаций. Как пример, приведем теорему Пифагора. Если вы несколько раз прочитали ее, без осмысления и запомнили, то это будет пример механической памяти.

Механическая память имеет один недостаток: неосмысленная информация легко удаляется из нашей головы. В ряде случаев нам механическая память нужна – для изучения иностранных языков, для запоминания различных терминов. Поэтому механическую память надо тренировать.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.