

Министерство образования Российской Федерации
Омский государственный университет

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ
«ПАМЯТЬ»**

Учебно-методическое пособие

УДК 6
ББК 88.3
П 86

*Рекомендовано к изданию ученым советом
факультета психологии ОмГУ 21.03.03 г., протокол № 4*

Рецензенты:

кандидат психологических наук, доцент *В.В. Лемин*
кандидат психологических наук, доцент *Т.М. Тихолаз*

П 86 **Психологический практикум «Память»:** Учеб.-метод.
пособие / Сост. Л.И. Дементий, Н.В. Лейфрид; Под общ.
ред. Л.И. Дементий. – Омск: Омск. гос. ун-т, 2003. – 124 с.
ISBN 5-7779-0403-3

Представлены лабораторные работы для психологического
практикума по теме «Память».

В пособие включены классические методы исследования па-
мяти, а также краткое теоретическое обоснование и анализ основ-
ных понятий по данной теме.

Пособие предназначено для студентов факультета психологии
и преподавателей, а также для всех интересующихся проблемой
диагностики памяти.

УДК 6
ББК 88.3

Издание осуществлено при финансовой поддержке
факультета психологии

Введение

Данное методическое пособие выходит в серии работ «Психологический практикум» и посвящено одной из важнейших в общей психологии тем – памяти. Проблема памяти является классической в психологии, она издавна привлекала внимание исследователей. Изучение памяти включает в себя несколько направлений:

- классификация видов памяти;
- определение уровней изучения памяти;
- изучение процессов памяти, их особенностей и закономерностей;
- исследование индивидуальных особенностей памяти;
- выявление факторов и закономерностей развития памяти;
- изучение эффективности памяти;
- нарушения памяти.

Одним из наиболее важных вопросов, стоящих перед исследователями памяти, является вопрос методов ее исследования. Именно наличие и знание методов диагностики мнемической деятельности позволяет решать проблемы во всех вышеобозначенных направлениях.

Профессиональный психолог, безусловно, должен владеть классическими и современными методами изучения памяти.

Основное предназначение данного методического пособия и состоит в том, чтобы познакомить студентов-психологов с методами диагностики памяти.

Пособие включает в себя два раздела. В первом приводится краткая теоретическая информация о видах памяти, ее процессах, факторах эффективности запоминания, дана общая характеристика методов исследования мнемической деятельности. Второй раздел включает лабораторные работы (собственно практикум). Авторы представили наиболее известные в отечественной и зарубежной психологии методы диагностики памяти. Каждая лабораторная работа содержит подробное описание процедуры использования методики, инструкции испытуемым, стимульный материал и схему обработки и анализа полученных в исследовании данных.

Пособие написано доступным языком и позволяет овладеть методами исследования памяти не только на аудиторных занятиях под руководством преподавателя, но и самостоятельно.

1. Общее понятие о памяти.

Важнейшая особенность психики состоит в том, что отражение внешних воздействий человек использует в будущем.

Формирование опыта было бы невозможно, если бы накопленный индивидуальный опыт исчезал бесследно. Информация, полученная в прошлом, сохраняется и воспроизводится индивидом в тех случаях, когда ему это необходимо. Это и есть наша память.

Запоминание, сохранение и последующее воспроизведение индивидом его опыта называется памятью.

В памяти различают такие основные процессы: запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание.

Указанные процессы не являются автономными психическими способностями. Они формируются в деятельности и определяются ею. Запоминание определенного материала связано с накоплением индивидуального опыта в процессе жизнедеятельности. Использование в дальнейшей деятельности того, что запомнилось, требует воспроизведения. Сохранение материала и памяти зависит от участия его в деятельности личности, поскольку в каждый данный момент поведение человека определяется его жизненным опытом.

Память, таким образом, есть важнейшая, определяющая характеристика психической жизни личности. Роль памяти не может быть сведена к запечатлению того, что «было в прошлом». Никакое актуальное действие немислимо вне процессов памяти, ибо протекание любого, пусть даже самого элементарного, психического акта обязательно предполагает удержание каждого данного его элемента для «сцепления» с последующими.

2. Виды памяти.

Поскольку память включена во все многообразие жизни и деятельности человека, то и формы ее проявления чрезвычайно многообразны.

В качестве наиболее общего основания для выделения различных видов памяти выступает зависимость ее характеристик от особенностей деятельности, в которой осуществляются процессы запоминания и воспроизведения. В качестве основных критериев для выделения видов памяти выступают:

- 1) характер психической активности: память двигательная,

эмоциональная, образная и словесно-логическая;

2) характер целей деятельности: память произвольная и произвольная;

3) продолжительность закрепления и сохранения материала: память кратковременная, долговременная и оперативная;

4) использование способов запоминания: опосредованная и непосредственная память.

Двигательная память – это запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений и их систем. Встречаются люди с ярко выраженным преобладанием этого вида памяти над другими ее видами. Огромное значение этого вида памяти состоит в том, что она служит основой для формирования различных практических и трудовых навыков, равно как и навыков ходьбы, письма и т. д. Без памяти на движения мы должны были бы каждый раз учиться ходить, двигаться, писать и т. д. Обычно признаком хорошей двигательной памяти является физическая ловкость человека, сноровка в труде.

Эмоциональная память – это память на чувства. Эмоции всегда сигнализируют о том, как удовлетворяются наши потребности и интересы, как осуществляются наши отношения с окружающим миром. Эмоциональная память имеет поэтому очень важное значение в жизни и деятельности каждого человека. Пережитые и сохраненные в памяти чувства выступают как сигналы либо побуждающие к действию, либо удерживающие от действий, вызвавших в прошлом отрицательные переживания. Способность сочувствовать другому человеку, сопереживать герою книги основана на эмоциональной памяти.

Образная память – это память на представления, на картины природы и жизни, а также на звуки, запахи, вкусы. Она бывает зрительной, слуховой, осязательной, обонятельной, вкусовой. Если зрительная и слуховая память обычно хорошо развиты и играют ведущую роль в жизненной ориентировке всех нормальных людей, то осязательную, обонятельную и вкусовую память в известном смысле можно назвать профессиональными видами: как и соответствующие ощущения, эти виды памяти особенно интенсивно развиваются в связи со специфическими условиями деятельности. Образная память особенно развита у людей «художественных» профессий.

Разновидностью образной памяти является эйдетическая па-

мять. Эйдетические образы, или наглядные образы памяти – это результат возбуждения органов чувств внешними раздражителями. Эйдетические образы похожи на представление тем, что возникают в отсутствие предмета, но характеризуются такой детализированной наглядностью, которая совершенно недоступна обычному представлению.

Словесно-логическая память – это память на мысли. А так как формой существования мысли является речь, данная память называется словесно-логической.

Непроизвольная память – это такая память, в которой запоминание и воспроизведение осуществляется без наличия специальной цели что-то запомнить или припомнить.

Произвольная память – это память, при которой ставится специальная мнемическая цель, т.е. человек ставит перед собой цель что-то запомнить или вспомнить.

Кратковременная память – это память, в которой информация хранится несколько секунд.

В отличие от долговременной памяти, для которой характерно длительное сохранение материала после многократного его повторения и воспроизведения, кратковременная память характеризуется очень кратким сохранением после однократного, очень непродолжительного восприятия и немедленным воспроизведением (в первые же секунды после восприятия материала).

В самом термине «кратковременная память» закреплена внешняя, временная параметр явления безотносительно к тому, как оно связано с деятельностью человека. Синонимами «кратковременная память» являются «мгновенная», «краткосрочная».

Долговременная память – это память, в которой информация может храниться длительно – от нескольких минут до нескольких лет, и даже всю жизнь.

Под **оперативной памятью** понимаются мнемические процессы, которые обслуживают непосредственно осуществляемую деятельность или ее действия. Например, человек при умножении чисел помнит промежуточный результат лишь до тех пор, пока не получит конечный результат. Сохранение этого промежуточного результата на необходимое человеку время – и есть оперативная память.

Опосредованная память – это память, при которой используются специальные средства для запоминания.

Непосредственная память – это такая память, при которой запоминание информации осуществляется без специальных вспомогательных средств.

3. Процессы памяти.

Кроме видов памяти, выделяют еще ее процессы. При этом в качестве основания рассматривают именно различные функции, выполняемые памятью в жизни и деятельности. К процессам памяти относят: запоминание (закрепление), воспроизведение, сохранение и забывание материала. В указанных процессах особенно ярко обнаруживается связь памяти с деятельностью, а также протекание ее актов как особых самостоятельных (мнемических) действий.

Можно сказать, что вся память представляет собой много-сложный, но единый и непрерывный процесс.

3.1. Запоминание.

Запоминание можно определить как процесс памяти, в результате которого происходит закрепление нового путем связывания его с приобретенным ранее. Это необходимое условие обогащения опыта индивида новыми знаниями и формами поведения. Запоминание всегда избирательно: в памяти сохраняется далеко не все, что воздействует на наши органы чувств.

Характеристики запоминания того или иного материала определяются мотивами, целями и способами деятельности личности. В этом и состоит сущность деятельностной концепции памяти, которая определяет основное направление при изучении вопросов памяти в отечественной психологической науке.

Виды запоминания

1. Запоминание бывает кратковременным и долговременным. В качестве промежуточного уровня между кратковременным и долговременным запоминанием выделяют оперативное запоминание.

Эти виды запоминания выделены по временному признаку.

2. В соответствии с целями деятельности, в которую включен процесс запоминания, различают произвольное и произвольное запоминание.

Непроизвольное запоминание – это продукт и условие осуществления познавательных и практических действий. Непроизвольное запоминание происходит само по себе, однако строго детерминируется особенностями деятельности, которую выполняет человек.

Факторы, определяющие эффективность произвольного запоминания

1. Материал, занимающий различное место в деятельности, приобретает различное значение. Лучше всего запоминается материал, который входит в содержание основной цели деятельности.

2. На эффективность произвольного запоминания влияет также значимость запоминаемого материала для личности. Чем более интересным и эмоционально насыщенным является запоминаемый материал, тем эффективнее будет продуктивность его запоминания.

3. Непроизвольно запоминается лучше тот материал, который вызывает активную умственную работу над ним.

Произвольное запоминание – это продукт специальных мнемических действий, т. е. таких действий, основной целью которых будет само запоминание. Продуктивность такого действия также связана с особенностями его целей, мотивов и способов осуществления. При этом, как показали специальные исследования, одно из основных условий произвольного запоминания – это четкая постановка задачи запомнить материал точно, полно и последовательно. Различные мнемические цели влияют на характер самого процесса запоминания, на выбор различных его способов, а в связи с этим и на его результат.

В одном исследовании учащимся предложили запомнить два рассказа. Проверка первого была назначена на следующий день, относительно второго было сказано, что его надо запомнить надолго. Проверка запоминания обоих рассказов на самом деле была проведена через четыре недели. При этом оказалось, что второй рассказ запомнился значительно лучше, чем первый.

Таким образом, роль мнемической задачи нельзя свести к действию самого по себе намерения запомнить. Разные мнемические задачи вызывают различную ориентировку в материале, в его содержании, структуре, в его языковой форме и т. д., обуславливая выбор соответствующих способов запоминания.

Деятельность, направленная на запоминание и воспроизведение удержанного материала, называется мнемической деятельностью. Мнемическая деятельность всегда носит избирательный характер.

Факторы эффективности произвольного запоминания

1. Большую роль в произвольном запоминании играют мотивы, побуждающие запоминать. Сообщаемая информация может быть понята и заучена, но, не приобретая для человека устойчивой значимости, может быстро забываться. Люди, у которых недостаточно воспитано чувство долга и ответственности, часто забывают многое из того, что им надо помнить.

2. Среди условий продуктивности произвольного запоминания центральное место занимает использование рациональных приемов запоминания (мнемотехники):

2.1. Знания слагаются из определенной системы фактов, понятий, суждений. Для их запоминания необходимо вычленять определенные смысловые единицы, устанавливая связи между ними, применять логические приемы, связанные с процессами мышления.

2.2. Понимание – необходимое условие логического, осмысленного запоминания. Понятие запоминается быстрее и прочнее потому, что содержательно ассоциируется с прошлым опытом человека.

2.3. Один из важнейших приемов логического запоминания – составление плана заучиваемого материала. Оно включает в себя три момента: разбивка материала на составные части; придумывание заглавий для них или выделение какого-нибудь опорного пункта, с которым легко ассоциируется все содержание данной части материала; связывание частей по их заглавиям.

2.4. Большое значение имеет сравнение как прием логического запоминания. Особенно важное значение имеет подчеркивание различий в объектах. Это обеспечивает специализацию связей при запоминании и облегчает воспроизведение.

2.5. На ассоциировании по сходству и по контрасту основаны и такие более сложные приемы произвольного запоминания, как классификация, систематизация материала.

3.2. Воспроизведение.

Воспроизведение можно определить как процесс памяти, в результате которого происходит актуализация закрепленного ранее содержания психики путем извлечения его из долговременной памяти и перевод ее в оперативную.

Процесс актуализации (восстановления прежде усвоенного материала) может характеризоваться различной степенью трудности или легкости протекания: от «автоматического» узнавания окружающих нас предметов до мучительно трудного припоминания забытого. В соответствии с этим, выделяя внутри процесса воспроизведения его различные виды, можно расположить их в следующем порядке: узнавание, собственно воспроизведение (которое может быть произвольным и произвольным) и припоминание. Особое место занимают воспоминания – историческая память личности.

Узнавание – это воспроизведение какого-либо объекта в условиях повторного восприятия. Узнавание имеет большое жизненное значение. Без него мы каждый раз воспринимали бы предметы как новые, а не как уже знакомые нам. Узнавание всегда связывает наш опыт с восприятием окружающих объектов и тем самым дает нам возможность правильно ориентироваться в окружающей действительности.

Узнавание бывает разным по степени своей определенности, четкости и полноты. Оно может осуществляться как произвольный или как произвольный процесс. Обычно, когда узнавание ясное, полное, определенное, оно осуществляется как произвольный акт. Мы произвольно, без усилий, незаметно для себя, в процессе восприятия узнаем предмет, который ранее воспринимали.

В случаях слишком неполного или недостаточно полного узнавания оно может приобретать сложный произвольный характер. В этом случае мы уже имеем дело с воспроизведением.

Собственно воспроизведение – это такой процесс памяти, который осуществляется без повторного восприятия того объекта, который воспроизводится. Оно бывает произвольным и произвольным. В том случае, если воспроизведение вызывается содержанием деятельности, которую в данный момент выполняет человек, речь идет о произвольном воспроизведении.

Произвольное воспроизведение вызывается репродуктивной задачей, которую ставит перед собой человек. Если человеку при-

ходится применять усилия для того, чтобы материал воспроизвести, то такое воспроизведение называется **припоминанием**.

Успешность припоминания во многом зависит от того, в каких условиях и как оно осуществляется.

Факторы успешного припоминания

1. Исследования показывают, что успешность припоминания зависит от того, насколько четко и точно осознается содержание репродуктивной задачи. При наличии трудности в припоминании необходимо идти от широкого круга знаний к все более узкому, соответственно репродуктивной задаче. При этом необходимо широко использовать сопоставление, сравнение ассоциаций с тем, что надо воспроизвести.

2. Припоминание, как и запоминание, также избирательно. Хорошо осознанная и точно сформулированная в речи репродуктивная задача направляет дальнейший ход припоминания, помогает отбирать в нашей памяти нужный материал и тормозит побочные ассоциации.

3. Успешность припоминания зависит от того, какие используются приемы припоминания. Важнейшими будут следующие: составление плана припоминаемого материала; активное вызывание в себе образов соответствующих объектов; намеренное вызывание опосредствующих ассоциаций, которые обходным путем ведут к воспроизведению того, что нужно.

4. Успешность припоминания существенно зависит от того, насколько мотивировано выполнение репродуктивной задачи.

5. Припоминание не есть простое воспроизведение прошлых впечатлений. Знания, усвоенные нами в прошлом, при воспроизведении связываются с новыми знаниями, по-новому упорядочиваются, глубже осознаются. Большое влияние на акт воспроизведения оказывает уверенность в возможности припомнить.

Воспоминание – это воспроизведение образов нашего прошлого, локализованных во времени и пространстве. При воспоминаниях мы не только воспроизводим объекты прошлого, но и относим их к определенному времени и месту, т. е. вспоминаем где, когда, при каких обстоятельствах они воспринимались нами, связываем их с определенными периодами нашей жизни, осознаем их временную последовательность.

3.3. Забывание.

Забывание – это процесс памяти, связанный с утратой следов прежних воздействий и возможности их воспроизведения.

Закономерности забывания

1. Забывание оказывается тем более глубоким, чем реже включается определенный материал в деятельность личности.

2. Чем менее значимым становится материал для достижения актуальных жизненных целей, тем быстрее он забывается.

Несмотря на то, что многие люди чаще хотят иметь хорошую память, т.е. прочнее запоминать материал и дольше его сохранять, нельзя говорить лишь об отрицательном значении забывания. Забывание – явление целесообразное. То, что, включаясь в деятельность личности, остается значимым для нее, не забывается. Включение в деятельность – надежное средство связи материала с потребностями человека и, следовательно, борьбы с забыванием. Одним из приемов такого включения является систематическое повторение того, что должно быть сохранено в памяти.

Менее устойчивое, а также временное забывание может быть связано с действием отрицательной индукции. Так, сильные посторонние раздражители во время заучивания могут либо затруднять образование новых временных связей, снижая эффективность запоминания, либо ослаблять, как бы стирать следы ранее выработанных связей и вызывать тем самым забывание. Такое забывание может быть связано с влиянием предшествующей деятельности (проактивное, т. е. «наперед действующее», торможение) или, наоборот, с отрицательным влиянием последующей деятельности на связи, выработанные в предшествующей деятельности (ретроактивное, т. е. «назад действующее», торможение). Торможение проявляется особенно тогда, когда предшествующая или последующая деятельность была сложной или сходной по содержанию с настоящей деятельностью.

Проактивное и ретроактивное торможение проявляется и в пределах какой-либо одной деятельности, в частности в процессе заучивания заданного материала. Известно, что середина материала запоминается хуже, чем начало и конец: середина подвергается отрицательному влиянию и проактивного, и ретроактивного торможения, особенно если материал велик по объему. Поэтому середина материала требует большего числа повторений. Необходимо при-

держиваться размеренного, неторопливого темпа работы: надо дольше держать внимание на предмете, только тогда раздражения в мозге закрепляются.

Временное забывание может быть вызвано и запредельным торможением, которое наступает вследствие перенапряжения соответствующих корковых клеток. Этим объясняется резкое снижение запоминания в утомленном состоянии. После возобновления нормальной работы нервных клеток то, что забылось, может быть воспроизведено.

С временным забыванием, которое может вызываться отрицательной индукцией и запредельным торможением, связано **явление реминисценции**. Оно проявляется в том, что отсроченное воспроизведение оказывается более полным, нежели то, которое осуществляется сразу после запоминания. Обычно это бывает при запоминании большого по объему материала. опыты показали, что явление реминисценции встречается чаще у детей, чем у взрослых.

Затруднения в воспроизведении материала могут усиливаться вследствие слишком сильного желания припомнить, что вызывает торможение. Когда со временем человек отвлекается чем-то другим и торможение снимается, тогда то, что надо припомнить, нередко как бы само всплывает в памяти.

Следовательно, невозможность воспроизведения и даже узнавания не является показателем полного забывания.

Можно выделить по меньшей мере два весьма существенных фактора, препятствующих быстрому забыванию:

- 1) степень прочности устанавливаемых нервных связей;
- 2) наличие интереса к запоминаемому материалу.

Существенным фактором забывания является время. Г. Эббингауз показал, что забывание особенно интенсивно протекает сразу после заучивания, а затем замедляется. Эту закономерность забывания Эббингауз представил в виде кривой забывания. В течение первого часа забывается до 60 % всей полученной информации, а через 6 дней остается менее 20 % от общего числа заученной информации. (Исследования забывания проводились на примере запоминания бессмысленных слогов.)

3.4. Факторы и условия сохранения информации в памяти (или как «бороться» с забыванием).

1. Устойчиво значимый материал, связанный своим содержанием с потребностями человека, с его глубокими интересами, с целью его деятельности, забывается медленнее.

2. То, что имеет для человека особенно большое жизненное значение, совсем не забывается.

3. Сохранение материала определяется степенью его участия в деятельности личности. Поэтому очень важно постоянно включать материал в свою деятельность и использовать его на практике.

4. Забывание зависит от объема материала. Поэтому при заучивании необходимо дозировать материал.

4. Методы исследования памяти.

При исследовании памяти может стоять одна из трех задач: установить объем и прочность запоминания, дать характеристику физиологической природы забывания и описать возможные уровни смысловой организации памяти.

Методы исследования объема и прочности элементарной памяти имеют несколько вариантов.

К ним относятся:

- 1) методы исследования удержания ряда из несвязанных между собой элементов;
- 2) методы исследования заучивания длинного (запредельного) ряда таких элементов.

Первый из этих методов состоит в том, что испытуемому предъявляют ряд из возрастающего числа элементов (слов, чисел или слов) и предлагают воспроизвести их в том же порядке, в котором они были даны.

Объемом непосредственной (кратковременной) памяти считается то максимальное число элементов, которое испытуемый может воспроизвести после однократного предъявления и без ошибок.

Для установления различий между слуховой и зрительной памятью данные ряды могут предъявляться на слух или зрительно. Разновидностью этого метода является эксперимент, в котором испытуемому предлагается определенная группа геометрических фигур (в последовательном порядке или одновременно), а затем пред-

лагается либо найти эти фигуры среди группы других фигур (метод узнавания), либо нарисовать их (метод воспроизведения).

Второй метод, метод исследования заучивания, состоит в том, что испытуемому дается длинный ряд не связанных между собой слогов, слов или цифр, которые он сразу не может запомнить, и предлагается воспроизвести удержанные элементы в любом порядке.

Эксперимент повторяется несколько раз (до 10 раз), причем каждое воспроизведенное слово отмечается цифрой в порядке его воспроизведения.

В конце опыта вычерчивается кривая заучивания. Заучивание оценивается общим результатом (число удержанных членов ряда и число повторений, необходимых для полного их заучивания), характером кривой (ее быстрое восхождение, наличие колебаний и т. д.) и устойчивостью того порядка, в котором испытуемый воспроизводит слова (последнее дает возможность установить как особенности «стратегии» мнемической деятельности испытуемого, так и выраженность эффекта «края»).

Исследование физиологической природы забывания ставит перед собой задачу изучения, лежит ли в основе забывания слабость следов или их торможение интерферирующими агентами.

В исследованиях этого типа проверяется:

1) способность удерживать следы данного ряда информации на известный промежуток времени (не заполненный никакой побочной деятельностью);

2) прослеживается, как влияет на удержание следов посторонняя (интерферирующая) деятельность.

Наиболее простые методы, относящиеся к этой группе, состоят в следующем:

1. Испытуемому предъявляется короткая серия слогов, слов или цифр, состоящая из четырех, пяти, шести элементов, и в одних случаях предлагается воспроизвести их в том же порядке сразу же после предъявления, а в других – после паузы в 30 сек., 1 мин, 2 мин. Слабость следов проявляется в том, что, успешно повторив ряд непосредственно после его предъявления, испытуемый обнаружит затруднения при его отсроченном воспроизведении либо будет давать меньшее число воспроизведенных звеньев, либо станет воспроизводить посторонние (связанные по звучанию или смыслу) элементы, либо же начнет переставлять их, меняя тот порядок, в котором они были предъявлены.

2. Испытуемому предъявляются такие же ряды из четырех, пяти, шести элементов (слогов, слов, цифр) и предлагается воспроизвести их сразу же после предъявления. После этого ему предлагается выполнить какую-либо побочную деятельность (например, произвести относительно сложные операции вычитания или умножения), которая занимает то же время, что и «пустая пауза» (30 сек., 1 мин, 2 мин). Затем его снова просят повторить тот ряд элементов (слогов, слов, цифр), который ему давался раньше. Влияние посторонней деятельности (или гетерогенного интерферирующего фактора) будет проявляться в том, что в отличие от опыта с «пустой паузой» испытуемый окажется не в состоянии воспроизвести столько же элементов, сколько он воспроизводил ранее.

3. Испытуемому предъявляется короткий ряд из трех, четырех, пяти элементов (слогов, слов, цифр) и предлагается воспроизвести их. После этого ему предъявляется второй такой же ряд элементов, который он также должен воспроизвести. Вслед за этим испытуемого просят воспроизвести первый (ранее дававшийся) ряд элементов.

Тормозящее влияние однородной (гомогенной) интерферирующей деятельности будет проявляться в том, что испытуемый либо вообще не сможет вернуться к первому ряду, либо окажется способным воспроизвести значительно меньшее число элементов, либо же будет воспроизводить ряд, составленный частично из элементов второго ряда, т. е. дает явление, известное в психологии под названием «контаминации». Все описанные методы (1, 2 и 3-й) могут повторяться несколько раз подряд. Это позволит увидеть, в какой степени преодолеваются влияние незаполненной паузы, нарушающей воспроизведение информации, и тормозящее влияние побочной интерферирующей деятельности.

Сопоставление данных, полученных в только что описанной серии, с результатами простых опытов с удержанием элементов однократно предъявленного ряда или опытов с заучиванием позволит дать гораздо более полную информацию об особенностях мнемической деятельности, чем применение только одного из описанных методов.

Для исследования уровня смысловой организации памяти обычно пользуются методами изучения опосредствованного запоминания, разработанными Л.С. Выготским, А.Н. Леонтьевым и Л.В. Занковым.

Метод опосредствованного запоминания состоит в том, что испытуемому дают задачу использовать для запоминания предложенного ряда слов – вспомогательные картинки, логически связывая каждое слово с определенной картинкой. Прделав эту часть опыта, испытуемый затем должен просматривать отобранные картинки и каждый раз называть то слово, для запоминания которого была использована данная картинка.

Таким образом, в этом случае испытуемому предлагается не один ряд стимулов (подлежащие запоминанию слова), а два ряда стимулов, из которых первый (подлежащие запоминанию слова) является предметом запоминания, а второй (вспомогательные картинки) – средством для запоминания.

Экспериментатор оценивает как характер тех смысловых вспомогательных связей, которые испытуемый устанавливает между словами и картинками, так и успешность припоминания слов по отобранным или предложенным вспомогательным картинкам.

Специальным вариантом метода опосредствованного запоминания является метод, известный под названием «пиктограммы».

Испытуемому читается ряд из 12–15 слов, которые нельзя непосредственно изобразить (например, «сомнение», «развитие», «философия», «амбиция» и т. п.). Для того чтобы запомнить эти слова, испытуемому необходимо нарисовать условный рисунок (знак), взглянув на который, он затем должен вспомнить отмеченное слово. Так как предъявляемые слова нельзя изобразить наглядно, испытуемый может либо применить известный условный значок, либо изобразить ситуацию, напоминающую данное слово.

5. Практикум по памяти.

5.1. *Определение объема кратковременной памяти (метод Джекобса).*

Источник: Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие // Под общей ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2000. – 95 с.

Цель работы: определить объем кратковременной памяти на цифровом материале.

Стимульный материал: 4 набора, в каждом из которых семь рядов цифр, содержащих от 4 до 10 элементов (ряды составлены по таблице случайных чисел) – см. приложение 1.

Ход выполнения работы.

Эксперимент состоит из четырех серий.

1-я серия проводится с первым набором цифр. Экспериментатор последовательно зачитывает испытуемому семь рядов цифр, содержащих от четырех до десяти элементов, начиная с самого короткого. После предъявления каждого ряда испытуемый в протоколе письменно воспроизводит элементы ряда в том порядке, в котором их зачитывал экспериментатор.

2-я, 3-я и 4-я серии проводятся аналогично, но с другими наборами цифр (вторым, третьим и четвертым соответственно).

После этого испытуемый дает словесный отчет о том, какими приемами он пользовался для запоминания ряда. Экспериментатор фиксирует свои наблюдения за поведением испытуемого.

Образец протокола:

Длина ряда	Результаты воспроизведения			
	1-я серия	2-я серия	3-я серия	4-я серия
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Инструкция:

«Вам будут предъявляться последовательно ряды случайных чисел, содержащих от 4 до 10 элементов, начиная с самого короткого. Ваша задача – запомнить и воспроизвести числа в той последовательности, в которой они были даны».

Обработка и анализ результатов:

1. Сверить результаты каждой серии эксперимента с предъявленным материалом. Знаком «+» в таблице отмечаются правильно воспроизведенные ряды. Ряды, не воспроизведенные полностью, воспроизведенные с ошибками или в иной последовательности, отмечаются знаком «-».

2. Вычислить процент правильно воспроизведенных рядов каждой длины за все серии. Составить сводную таблицу результатов четырех серий:

Сводная таблица результатов.

Номер серии	Результаты воспроизведения рядов						
	4 элемента	5 элементов	6 элементов	7 элементов	8 элементов	9 элементов	10 элементов
1							
2							
3							
4							
Процент правильно воспроизведенных рядов							

3. Построить график зависимости продуктивности запоминания от количества материала (по проценту правильно воспроизведенных рядов за все опыты).

4. Вычислить объем памяти по формуле: $V=A+m/4+1/2$, где A – наибольшая длина ряда, воспроизведенного правильно во всех опытах, m – количество правильно воспроизведенных рядов, больших A .

5. Вычислить средний показатель правильно воспроизведенных рядов за все серии (%) по группе испытуемых и нанести средний график зависимости продуктивности запоминания от длины ряда на индивидуальный график данного испытуемого.

6. Определить средний показатель объема кратковременной памяти по группе испытуемых.

7. Сопоставить индивидуальные данные со средними по группе (объем кратковременной памяти и график зависимости продуктивности запоминания от длины ряда).

8. На основании полученных количественных данных и словесного отчета испытуемых проанализировать ход процесса запоминания у данного испытуемого.

5.2. Исследование особенностей оперативной памяти.

Источник: Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации / Отв. ред. А.Ф. Кудряшов. – Петрозаводск, 1992. – 6 с.

Цель: изучение особенностей оперативной памяти в том случае, когда она несет основную функциональную нагрузку.

Стимульный материал: бланк с числами (10 рядов по пять чисел в каждом) – см. приложение 2, бланк для ответа.

Ход выполнения работы.

Экспериментатор зачитывает последовательно 10 рядов по пять чисел в каждом.

Испытуемый должен после прочтения каждого ряда запомнить числа в том порядке, в каком они предъявлялись, а затем в уме сложить первое число со вторым, второе с третьим, третье с четвертым, четвертое с пятым. В итоге полученные четыре суммы испытуемый должен записать в бланк для ответа. Интервал между зачитыванием рядов 15 секунд.

Инструкция:

«Я буду зачитывать числа – 10 рядов из пяти чисел в каждом. Ваша задача – запомнить эти пять чисел в том порядке, в каком они прочитаны, а затем в уме сложить первое число со вторым, второе с третьим, третье с четвертым, четвертое с пятым, а полученные четыре суммы записать в соответствующей строке бланка».

Обработка и анализ результатов:

1. Определить количество правильно найденных сумм.
2. Подсчитать среднегрупповые показатели и сравнить с индивидуальным. (Максимальное число сумм 40. По результатам исследований норма для взрослого человека от 30 сумм и выше.)

5.3. Исследование произвольного запоминания и условий его продуктивности (методика П.И. Зинченко).

Источник: Практикум по психологии / Под. ред. А.Н. Леонтьева, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: МГУ, 1972. – 139 с.

Цель работы: выяснить зависимость продуктивности произвольного запоминания от характера деятельности человека.

Стимульный материал: 16 картинок, которые легко классифицируются на 4 группы. Кроме изображения на каждой картинке (в правом верхнем углу) написано двузначное число – см. приложение 3.

Ход выполнения работы.

Эксперимент состоит из двух серий. Все испытуемые делятся на две подгруппы.

1-я серия. Первой группе предъявляется следующая **инструкция:** «С вами будет проведен эксперимент, в котором проверяется умение классифицировать предметы по их общим признакам. Ваша задача состоит в том, чтобы расклассифицировать в уме все картинки на четыре группы». После окончания серии эксперимента его участникам предлагают письменно воспроизвести в любом порядке сначала названия картинок, а затем числа.

2-я серия. Второй группе испытуемых предлагается тот же стимульный материал. Им предъявляется следующая **инструкция:** «Ваша задача – расположить в уме все числа, имеющиеся на картинках, строго по ряду номеров от наименьшего к наибольшему». После окончания серии эксперимента испытуемому предлагается сначала воспроизвести числа, а затем предметы.

Обработка и анализ результатов опытов 1 и 2:

1. Определить среднее число правильно воспроизведенных картинок и чисел в обоих опытах для каждой группы испытуемых.
2. Записать полученные средние значения в таблицу:

Задача	Среднее число правильных воспроизведений	
	предметов	чисел
Классификация предметов		
Составление числового ряда		

3. На основании анализа данных, представленных в таблице, сделать выводы об условиях продуктивности произвольного запоминания.

4. Установить обстоятельства, которые способствовали запоминанию в отдельных случаях предметов и чисел в ситуациях, когда они выступали фоновыми раздражителями.

5.4. *Исследование продуктивности произвольного и произвольного запоминания (методика П.И. Зинченко).*

Источник: Практикум по психологии / Под. ред. А.Н. Леонтьева, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: МГУ, 1972. – 139 с.

Цель работы: изучить условия продуктивности произвольного запоминания, сравнить продуктивность произвольного и произвольного запоминания.

Стимульный материал: 16 картинок, которые легко классифицируются на 4 группы, – см. приложение 4.

Ход выполнения работы. Эксперимент состоит из двух серий. Все испытуемые делятся на две подгруппы.

1-я серия. Первой группе предъявляется следующая **инструкция:** «Вам на две-три минуты будут предъявлены 16 картинок. Ваша задача внимательно их рассмотреть и постараться запомнить». После этого экспериментатор убирает картинки (или переворачивает) и испытуемые письменно должны воспроизвести названия картинок в любой последовательности.

2-я серия. Второй группе испытуемых предъявляется тот же стимульный материал. Им предлагается следующая **инструкция:** «Вам будут предъявлены 16 картинок. Вы должны в течение двух-трех минут, внимательно рассматривая картинки, расклассифицировать их на четыре группы». После этого экспериментатор убирает картинки и предлагает испытуемому воспроизвести их названия в любой последовательности.

Обработка и анализ результатов опытов 1 и 2:

1. Определить среднее число правильно воспроизведенных картинок в обеих сериях для каждой группы испытуемых.
2. Записать полученные средние значения в таблицу:

Задача	Среднее число правильно воспроизведенных картинок
Произвольное запоминание (без классификации картинок)	
Непроизвольное запоминание (при классификации картинок)	

3. Сравнить продуктивность произвольного и произвольного запоминания.

5.5. *Исследование непосредственного и опосредованного запоминания.*

Источник: Зинченко Т.П. Память в экспериментальной и когнитивной психологии. – СПб.: Питер, 2002.

Цель: определить насколько память, опирающаяся на систему связей, может расширить объем запоминаемого материала по сравнению с тем объемом, который удерживается при непосредственном запоминании.

Стимульный материал: 20 не связанных между собой слов, 20 пар слов. Каждая пара связана между собой любым видом ассоциации, первые слова в парах – слова-опоры, вторые – слова-объекты, которые испытуемый должен запомнить. См. приложение 5.

Ход выполнения работы.

Эксперимент состоит из двух серий.

1-я серия. Используется классический метод удержанных членов ряда. Экспериментатор предъявляет 20 не связанных между собой слов с паузами между словами в 2 сек. После окончания чтения ряда испытуемый должен воспроизвести вслух слова в любом порядке. По окончании опыта испытуемый дает словесный отчет о том, каким путем он запомнил слова.

2-я серия. Используется классический метод удачных ответов. Экспериментатор предъявляет 20 пар слов. Интервал между парами – 2 сек. После окончания предъявления ряда экспериментатор читает только слова-опоры (порядок их предъявления изменяется), а испытуемый должен называть слова-объекты, соответствующие словам-опорам. Ответы, ошибочные воспроизведения и словесный отчет о том, как испытуемый связывал между собой слова-опоры и слова-объекты, фиксируются экспериментатором.

Инструкция к 1-й серии:

«Вам будет предъявлен ряд, состоящий из 20 не связанных между собой слов. Ваша задача – запомнить их и воспроизвести в любой последовательности».

Инструкция ко 2-й серии:

«Вам будет предъявлен ряд из 20 пар слов: первое слово – опора, второе – объект. После окончания предъявления ряда вам будет предъявляться слово-опора, вы должны воспроизвести слово-объект».

Обработка и анализ результатов:

1. Определить количество правильно и ошибочно воспроизведенных слов в 1-й и 2-й серии.
2. Составить сводную таблицу результатов обеих серий:

Номер серии	Количество воспроизведений	
	правильных	неправильных
1		
2		

3. Определить коэффициент увеличения эффективности запоминания при переходе к использованию специальных средств запоминания по формуле $K = (V_0 - V_n) / V_0 \cdot 100\%$,

где K – коэффициент увеличения эффективности запоминания, V_0 – число удержанных членов ряда при опосредованном запоминании, V_n – число удержанных членов ряда при непосредственном запоминании.

4. Сравнить результаты 1-й и 2-й серии между собой, привлекая не только количественные показатели, но и материалы словесных отчетов испытуемых и наблюдений экспериментатора.

5.6. Метод пиктограмм.

Источник: Лурия А.Р. Внимание и память. – М., 1975.

Цель: изучение эффективности опосредованного запоминания.

Стимульный материал: 2 набора отвлеченных понятий (по 20 в каждом) – см. приложение 6, 2 листа чистой бумаги.

Ход выполнения работы.

Эксперимент состоит из двух серий.

1-я серия. Экспериментатор зачитывает ряд, состоящий из 20 отвлеченных понятий. Испытуемый после предъявления всех слов должен записать их, по возможности сохраняя порядок предъявления.

2-я серия. Экспериментатор зачитывает второй набор отвлеченных понятий. В ответ на каждое слово испытуемый должен сделать зарисовку, при этом ему не следует использовать буквы и цифры. После предъявления всех слов испытуемый должен воспроизвести их, используя сделанные им зарисовки.

Инструкция к 1-й серии:

«Вам будет предъявлен ряд, состоящий из 20 отвлеченных понятий. После того как я прочитаю эти слова, вы напишите все, которые запомнили, сохраняя по возможности порядок их предъявления».

Инструкция ко 2-й серии:

«Вам будет предъявлен ряд из 20 отвлеченных понятий. В ответ на каждое слово вы должны сделать зарисовку, не употребляя букв и цифр. Качество зарисовки значения не имеет, зарисовка нужна для того, чтобы глядя на рисунок, вы могли вспомнить слово».

Обработка и анализ результатов:

1. Определить количество правильно воспроизведенных слов в 1-й и 2-й серии.

2. По каждой серии вычислить коэффициент запоминания $K = m/n \cdot 100\%$,

где m – количество правильно воспроизведенных слов, n – объем материала (20 слов).

3. На основе полученных результатов сделать соответствующие выводы.

5.7. *Исследование опосредованного запоминания (метод двойной стимуляции).*

Источник: Зинченко Т.П. Память в экспериментальной и когнитивной психологии. – СПб.: Питер, 2002.

Цель: определить условия увеличения продуктивности опосредованного запоминания.

Стимульный материал: 15 слов и 15 картинок, связанных по смыслу со словами (1-й набор), 15 слов и 15 картинок, не связанных по смыслу со словами (2-й набор), 15 слов и 30 картинок (3-й набор) – см. приложение 7.

Ход выполнения работы.

Эксперимент состоит из трех серий.

1-я серия. Экспериментатор предъявляет последовательно 15 слов и 15 картинок первого набора, испытуемому предлагается запомнить слова, используя для запоминания картинки. Экспериментатор показывает картинки одновременно с произнесением каждого слова. Интервал между словами 5 сек. Через 10 сек. после предъявления всех слов экспериментатор показывает картинки в другом порядке и просит воспроизвести то слово, которое соответствует данному изображению.

2-я серия. Проводится аналогично первой, используются слова и картинки второго набора.

3-я серия. Экспериментатор предъявляет для запоминания 15 слов третьего набора, а испытуемый должен сам подбирать к каждому слову определенную картинку из 30 лежащих перед ним. После каждого предъявления картинка убирается. После предъявления слов экспериментатор показывает выбранные испытуемым картинки в другом порядке и просит воспроизвести то слово, которое соответствует данному изображению.

Инструкция к 1-й и 2-й серии:

«Вам будут последовательно предъявляться 15 слов и 15 картинок, необходимо запомнить слова, используя для запоминания картинки. После предъявления всех слов вам будут показывать картинки, а вы должны назвать слова, соответствующие им».

Инструкция к 3-й серии:

«Перед вами 30 картинок. Вам будут последовательно предъявляться 15 слов. Ваша задача – к каждому слову подобрать картинку, которая затем поможет вам вспомнить предъявляемое ранее слово».

Обработка и анализ результатов:

1. Определить количество правильно и ошибочно воспроизведенных слов в каждой серии.

2. Составить сводную таблицу результатов трех серий:

Номер серии	Количество воспроизведений	
	правильных	неправильных
1		
2		
3		

3. Сравнить экспериментальные данные по результатам воспроизведения во всех трех сериях (простые связи – 1-я серия, сложные связи – 2-я серия, установление свободных связей – 3-я серия).

5.8. *Исследование влияния осмысленности материала на запоминание.*

Источник: Зинченко Т.П. Память в экспериментальной и когнитивной психологии. – СПб.: Питер, 2002.

Цель: изучить продуктивность запоминания материала в зависимости от степени его осмысленности.

Стимульный материал: 15 бессмысленных слогов, 15 не связанных между собой по смыслу слов, 15 связанных между собой по смыслу слов – см. приложение 8.

Ход выполнения работы:

Эксперимент состоит из трех серий.

1-я серия. Экспериментатор зачитывает испытуемому 15 бессмысленных слогов. После предъявления материала испытуемый должен воспроизвести его в любом порядке.

2-я серия. Экспериментатор зачитывает испытуемому не связанные по смыслу слова. После предъявления слов испытуемый должен воспроизвести их в любом порядке.

3-я серия. Экспериментатор зачитывает испытуемому связанные между собой по смыслу слова. Задача испытуемого – воспроизвести слова в любой последовательности.

Обязательно должен быть интервал между сериями эксперимента не менее 5 минут.

Инструкция к 1-й серии:

«Вам будут предъявлены 15 бессмысленных слогов, ваша задача – запомнить их и воспроизвести в любой последовательности».

Инструкция ко 2-й серии:

«Вам будут предъявлены 15 не связанных между собой по смыслу слов, ваша задача – запомнить и воспроизвести их в любой последовательности».

Инструкция к 3-й серии:

«Вам будут предъявлены 15 связанных между собой по смыслу слов, ваша задача – запомнить их и воспроизвести в любой последовательности».

Обработка и анализ результатов:

1. Определить количество правильно воспроизведенных слов испытуемым в каждой серии эксперимента.
2. Определить среднее по группе количество правильно воспроизведенных слов.
3. Полученные данные занести в таблицу.

Стимульный материал	Количество правильно воспроизведенных слов испытуемым	Средний показатель по группе
Бессмысленные слоги		
Не связанные между собой по смыслу слова		
Связанные между собой по смыслу слова		

4. На основании анализа данных, представленных в таблице, сделать выводы о продуктивности запоминания в зависимости от степени осмысленности материала.

5. Сравнить индивидуальные показатели со среднегрупповыми.

5.9. Исследование факторов, влияющих на сохранение материала в памяти.

Источник: Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие // Под общей ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2000. – 120 с.

Цель: исследование влияния побочной деятельности на удержание мнемических следов.

Стимульный материал: 15 не связанных между собой по смыслу слов, 14 двузначных чисел для гетерогенного отвлечения, 10 не связанных между собой по смыслу слов для гомогенного отвлечения – см. приложение 9.

Ход выполнения работы.

Экспериментатор предлагает испытуемым разделиться на три группы.

Эксперимент состоит из четырех серий. Первая группа испытуемых участвует в 1-й и 4-й сериях.

1-я серия. Экспериментатор зачитывает и предлагает запомнить всем испытуемым 15 не связанных между собой по смыслу слов. Затем испытуемые должны письменно воспроизвести слова в любой последовательности.

2-я серия. Второй группе испытуемых экспериментатор предлагает перемножить двузначные числа в парах.

3-я серия. Третьей группе испытуемых экспериментатор предлагает запомнить и воспроизвести 10 не связанных между собой по смыслу слов.

4-я серия. Экспериментатор предлагает всем трем группам испытуемых воспроизвести слова 1-й серии.

Инструкция к 1-й серии:

«Вам будут предъявлены 15 не связанных между собой по смыслу слов, ваша задача – как можно больше слов запомнить и письменно воспроизвести в любой последовательности».

Инструкция ко 2-й серии (второй группе испытуемых):

«Вам будут предъявлены несколько пар двузначных чисел, ваша задача – перемножить их в уме и записать полученный результат».

Инструкция к 3-й серии (третья группа испытуемых):

«Вам будут предъявлены 10 не связанных между собой по смыслу слов, ваша задача – запомнить как можно больше слов и письменно воспроизвести в любой последовательности».

Инструкция к 4-й серии:

«Вам необходимо воспроизвести 15 не связанных слов 1-й серии».

Обработка и анализ результатов:

1. Определить среднее по группе количество слов, воспроизведенных испытуемыми в 1-й серии.

2. Определить среднее по группе количество слов 1-й серии, воспроизведенных первой группой испытуемых после отдыха (во время 4-й серии).

3. Определить среднее по группе количество слов 1-й серии, воспроизведенных второй группой испытуемых, после умножения двузначных чисел (гетерогенное отвлечение).

4. Определить среднее по группе количество слов 1-й серии, воспроизведенных третьей группой испытуемых, после гомогенного отвлечения (запоминание 10 не связанных между собой слов 4-й серии).

5. Полученные данные занести в таблицу:

Условия воспроизведения 15 слов первой серии	Среднее по группе количество воспроизведенных слов испытуемыми
Непосредственно после их предъявления	
После отдыха	
После умножения 7 пар двузначных чисел (гетерогенного отвлечения)	
После воспроизведения 10 не связанных между собой слов	

6. Определить показатель ретроактивного торможения по формуле $K = ((A-B)/A) \cdot 100\%$,

где А – число символов, воспроизведенных непосредственно, В – число символов, воспроизведенных в том случае, когда за запоминанием следовала какая-либо деятельность (или отдых).

7. Полученные результаты свести в таблицу:

Последующая деятельность	Показатель ретроактивного торможения
Отдых	
Умножение чисел	
Запоминание слов	

8. На основе анализа полученных результатов сделать вывод об особенностях влияния каждого вида отвлечения (в том числе и отдыха) на воспроизведение материала.

5.10. *Исследование влияния эмоциональности, значимости материала на запоминание.*

Источник: Сосновский Б.А. Лабораторный практикум по общей психологии. – М., 1979. – 51 с.

Цель: изучить влияние эмоционально окрашенного материала на запоминание.

Стимульный материал: 25 не связанных между собой по смыслу слов.

Ход выполнения работы.

Эксперимент проводится с группой испытуемых.

Экспериментатор зачитывает испытуемым 25 не связанных между собой по смыслу слов. После этого испытуемые должны воспроизвести их в любой последовательности. Затем экспериментатор предлагает группе испытуемых определить слова, которые несут эмоциональную нагрузку или значимы для испытуемого, и определить частоту встречаемости данных слов в группе испытуемых.

Инструкция:

«Вам будут предъявлены 25 не связанных между собой по смыслу слов. Ваша задача – запомнить как можно больше слов и письменно воспроизвести в любой последовательности».

Обработка и анализ результатов:

1. Определить частоту встречаемости каждого слова в группе испытуемых.

2. Определить слова, которые несут эмоциональную нагрузку или являются значимыми для группы испытуемых.

3. Полученные данные занести в таблицу:

№ п/п	Список слов	Частота воспроизведения слов
1	мост	
2	дрова	
3	конспект	
4	стул	
5	экзамен	
6	любовь	

7	снег	
8	преподаватель	
9	буква	
10	дерево	
11	семья	
12	окно	
13	кнопка	
14	лекция	
15	работа	
16	дорога	
17	слезы	
18	песок	
19	зарплата	
20	вода	
21	деньги	
22	учебник	
23	пчела	
24	камень	
25	начальник	

4. Сделать вывод о влиянии эмоциональности и значимости материала на запоминание.

5.11. *Исследование процесса заучивания и воспроизведения вербального материала модифицированным методом свободных (удачных) ответов (ММСО).*

Источник: *Зинченко Т.П.* Память в экспериментальной и когнитивной психологии. – СПб.: Питер, 2002.

Цель: изучение влияния проактивного и ретроактивного торможения на процессы заучивания и воспроизведения вербального материала.

Стимульный материал: 15 бессмысленных слогов (список А), 15 прилагательных (список В), 15 прилагательных (список С) – см. приложение 10.

Ход выполнения работы.

Используется модифицированный метод свободных ответов, предложенный Р. Мелтоном.

Эксперимент состоит из трех серий.

В первых двух сериях используется классический метод удачных ответов.

1-я серия. Используется лист А-В, состоящий из списка бессмысленных слогов (А) и прилагательных (В), составляющих пары. Экспериментатор последовательно предъявляет испытуемому карточки с каждой парой. Время показа каждой пары – 2 сек., интервал между парами – 4 сек. Материал предъявляют до тех пор, пока он не будет полностью и безошибочно воспроизведен испытуемым. Экспериментатор регистрирует число предъявлений, которое потребовалось для безошибочного воспроизведения, и ответы испытуемого.

2-я серия. Проводится аналогично 1-й серии, используется лист А-С.

3-я серия. Экспериментатор проверяет усвоение обоих листов – А-В и А-С. Для этого экспериментатор предлагает испытуемому элементы списка А, на которые он должен ответить соответствующими двумя словами из списков В и С в любом порядке.

Во всех трех сериях устные ответы испытуемого записываются экспериментатором.

Инструкция к 1-й и 2-й серии:

«Вам будут последовательно предъявляться карточки с бессмысленными слогами и прилагательными, составляющими пары. Эксперимент будет продолжаться до безошибочного воспроизведения».

Инструкция к 3-й серии:

«Вам последовательно будут предъявляться бессмысленные слоги, ваша задача – назвать прилагательные из 1-й и 2-й серии, которые соответствовали этим слогам».

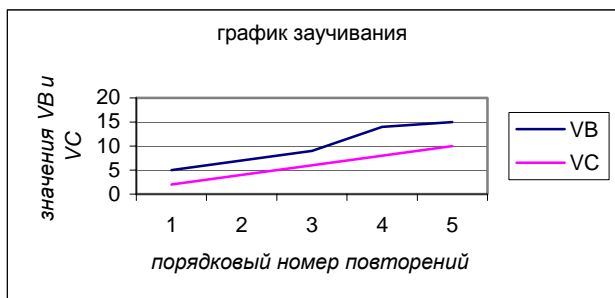
Обработка и анализ результатов:

1. Подсчитать общее количество правильных воспроизведений слов при каждом повторении для листов А-В и А-С, обозначив его VB и VC.

2. Построить по этим данным графики заучивания. По оси абсцисс – порядковые номера повторений, по оси ординат – значения VB и VC.

3. Подсчитать число правильных воспроизведений слов из списков В и С.

4. Проанализировать форму полученных графиков с точки зрения возможного влияния проактивного торможения на заучивание листа А-С.



5. Дать анализ ошибок воспроизведения списков В и С, вызванных интерференцией ассоциаций.

6. Проанализировать ответы испытуемого в 3-й серии с точки зрения возможного влияния ретроактивного торможения на воспроизведение списка В.

5.12. Исследование динамики процесса заучивания.

Источник: Практикум по психологии / Под. ред. А.Н. Леонтьева, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: МГУ, 1972. – 122 с.

Цель работы: изучение процесса заучивания материала.

Стимульный материал: 25 не связанных между собой по смыслу слов – см. приложение 11.

Ход выполнения работы.

Экспериментатор зачитывает 25 не связанных между собой слов. Испытуемый должен воспроизвести слова в любой последовательности. Экспериментатор в таблице отмечает цифрой каждое слово в порядке его воспроизведения испытуемым. Эксперимент повторяется несколько раз (приблизительно 10) до момента полного воспроизведения слов испытуемым (экспериментатор каждый раз вновь зачитывает слова, а испытуемый воспроизводит). Эксперимент завершается после полного воспроизведения слов испытуемым. Данные заносятся в протокол.

Образец протокола:

Слова	Номер предъявления									
	1	2	3	4	5	6	7	8	...	n
1										
...										
25										

Обработка и анализ результатов:

1. Определить число повторений, которые были необходимы испытуемому для полного заучивания слов.

2. Определить общее количество правильно воспроизведенных слов при каждом повторении, обозначив его буквой V.

3. Данные занести в таблицу:

Номер предъявления	Количество слов, воспроизведенных испытуемым
1	
2	
3	
...	
n	

4. Построить по этим данным кривую заучивания. По оси абсцисс откладываются порядковые номера повторений, по оси ординат – значения V.

5. Проанализировать характер кривой заучивания (ее быстрое восхождение, наличие колебаний).

6. Подсчитать частоту воспроизведения каждого слова за все повторения по формуле: $K_i = P_i / n$,

где K_i – частота воспроизведения i-го слова; P_i – количество его правильных воспроизведений, n – количество повторений.

7. На основе анализа порядка, в котором воспроизводил испытуемый слова, сделать вывод об устойчивости или не устойчивости порядка и установить особенности стратегии мнемической деятельности испытуемого.

5.13. Сравнение процессов активного воспроизведения и узнавания.

Источники: Практикум по психологии / Под. ред. А.Н. Леонтьева, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: МГУ, 1972. – 125 с.

Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие // Под общей ред. А.А. Крылова, С.А. Манничева. – СПб.: Питер, 2000. – 114 с.

Цель: изучить особенности воспроизведения и узнавания одного и того же материала и сравнить продуктивность этих процессов.

Стимульный материал для 1-й серии: четыре набора слов, составленных следующим образом:

1-й набор – 10 не связанных между собой по смыслу слов,

2-й набор – 20 не связанных между собой по смыслу слов (10 из которых из 1 набора),

3-й набор – 15 не связанных между собой по смыслу слов,

4-й набор – 30 не связанных между собой по смыслу слов (15 из которых из 3-го набора).

Стимульный материал для 2-й серии: матрица А, содержащая 9 геометрических фигур; матрица В, содержащая 9 геометрических фигур; матрица С, содержащая 20 геометрических фигур, среди которых 9 «старых» (из матрицы В) и 11 «новых» стимулов.

См. приложение 12.

Ход выполнения работы.

Исследование состоит из двух серий.

1-я серия. Экспериментатор читает набор из 10 не связанных между собой слов и предлагает воспроизвести его в любом порядке. Затем экспериментатор читает второй набор из 20 слов, в который включены в случайном порядке 10 слов первого набора. Испытуемый должен дать знак экспериментатору при обнаружении слов, которые ранее предъявлялись. После этого экспериментатор для активного воспроизведения предлагает набор из 15 слов, а для узнавания – набор из 30 слов, в который включены в случайном порядке 15 слов из предыдущего набора.

2-я серия. Экспериментатор предлагает испытуемому матрицу А, время экспозиции – 10 сек. Испытуемый должен зарисовать фигуры спустя 5 секунд после экспозиции. Затем экспериментатор предъявляет испытуемому матрицу В на 10 сек., спустя 5 сек. ему демонстрируется матрица С, на которой он должен узнать «старые» стимулы (из матрицы В).

Обязательно должен быть перерыв между сериями.

Инструкция 1 (к 1-й серии):

«Вам будет предъявлен набор из 10 не связанных между собой по смыслу слов, после предъявления вы должны воспроизвести их в любой последовательности».

Инструкция 2 (к 1-й серии):

«Вам будет предъявлен набор из 20 не связанных между собой по смыслу слов. Если вы обнаружите слова, которые предъявлялись ранее, дайте знак экспериментатору».

Для 3-го и 4-го набора слов экспериментатор дает испытуемому аналогичные инструкции.

Инструкция 3 (к 2-й серии):

«Вам на 10 секунд будет предъявлена матрица с изображением геометрических фигур. Ваша задача – запомнить и зарисовать их на чистом листе».

Инструкция 4 (к 2-й серии).

«Вам на 10 секунд будет предъявлена матрица с изображением геометрических фигур. Ваша задача – их запомнить. Через некоторое время вам будет предъявлена следующая матрица. Если вы узнаете фигуры, которые были ранее вам предъявлены, дайте знак экспериментатору».

Обработка и анализ результатов:

1. Определить количество правильно воспроизведенных слов и правильно воспроизведенных фигур.

2. Определить количество правильно узнанных слов и фигур в 1-й и 2-й серии.

3. Построить гистограмму количества правильно воспроизведенных и узнанных слов и фигур в 1-й и 2-й серии.

4. Определить количество ошибок в каждой серии эксперимента.

5. Сравнить продуктивность воспроизведения и узнавания и выявить тенденцию, которая при этом обнаруживается.

6. Сравнить результаты, полученные при воспроизведении и узнавании слов и геометрических фигур.

5.14. *Зависимость запоминания от установки личности.*

Источник: Лурия А.Р. Внимание и память. – М., 1975.

Цель: изучить зависимость запоминания слов от установки личности.

Стимульный материал: два набора по 20 не связанных между собой по смыслу слов – см. приложение 13.

Ход выполнения работы.

Эксперимент состоит из двух серий.

1-я серия. Экспериментатор предлагает испытуемому запомнить и воспроизвести слова первого набора.

2-я серия. Экспериментатор предъявляет слова второго набора. Задача испытуемого – запомнить и воспроизвести слова, содер-

жащие букву «О». Затем испытуемый должен воспроизвести все слова второго набора.

Инструкция к 1-й серии:

«Вам будут предъявлены 20 не связанных между собой по смыслу слов. Ваша задача – запомнить и воспроизвести слова в любой последовательности».

Инструкция ко 2-й серии:

«Вам будут предъявлены 20 не связанных между собой по смыслу слов. Ваша задача – запомнить и воспроизвести слова, содержащие букву «О». После предъявления второго набора слов, экспериментатор дает следующую инструкцию испытуемому: «Вы должны воспроизвести все слова второго набора».

Обработка и анализ результатов:

1. Определить количество правильно воспроизведенных слов в 1-й и 2-й серии.
2. Определить количество воспроизведенных слов, содержащих букву «О», в 1-й и 2-й серии. Проанализировать, какие слова воспроизводит испытуемый в первую очередь (особенно во 2-й серии).
3. Сделать вывод о влиянии установки на запоминание и последующее воспроизведение слов испытуемым.

5.15. *Исследование качественных изменений материала в процессе его сохранения в памяти.*

Источник: *Зинченко Т.П.* Память в экспериментальной и когнитивной психологии. – СПб: Питер, 2002.

Цель: обнаружить изменения, реконструкции, которым подвергается материал в памяти в процессе сохранения.

Стимульный материал: картина.

Ход выполнения работы.

Используется метод последовательного воспроизведения, предложенный Ф. Бартлеттом.

Эксперимент проводится с группой испытуемых из 10 человек. Все, кроме одного из них, выходят из аудитории. На доску вывешивается картина, которую нужно внимательно рассмотреть оставшемуся в аудитории первому испытуемому. Продолжая рассматривать картину, он рассказывает ее содержание во всех подробностях второму испытуемому, который для этого приглашается

в аудиторию, но не видит картины. В аудиторию входит третий испытуемый, и второй, все еще не видя картины, передает ему свой вариант описания. Закончив рассказ, он присоединяется к аудитории и получает возможность видеть картину, но ему не разрешается вносить какие-либо изменения в только что законченный рассказ. Таким образом, последовательные описания передаются от одного к другому испытуемому, пока перед аудиторией не пройдет вся группа участников эксперимента. Первое описание делается непосредственно во время наблюдения, все прочие – без прямого наблюдения.

Инструкция 1-му испытуемому:

«Перед вами картина, содержание которой вы должны рассказать второму испытуемому, который будет приглашен в аудиторию».

Инструкция 2-му и последующим испытуемым:

«Вам будет рассказано содержание картины, вы ее не будете видеть. Ваша задача – запомнить и рассказать ее содержание следующему испытуемому».

Обработка и анализ результатов:

Анализируется процесс забывания, реконструкции описания по следующей схеме:

- воспроизведение центральных, доминирующих фигур (или деталей) в картине,
- воспроизведение количества несущественных деталей,
- воспроизведение размеров, цветов предметов,
- воспроизведение положения предметов относительно друг друга,
- исчезновение случайных деталей,
- исчезновение основных деталей.

Приложение 1

Стимульный материал для определения объема кратковременной памяти по методу Джекобса

Первый вариант

1-я серия: 3491 19775 198572 2581784 79184753 995131784 3461195724
2-я серия: 6578 83582 661584 5197568 17563789 634823456 5842354189
3-я серия: 9816 27638 846783 7864379 56783835 751349867 4328741295
4-я серия: 6487 37362 419619 4571935 78891935 967598234 9513576428

Второй вариант

9951 31782 748197 8718527 59834982 734965276 6158451975
6817 55937 159834 2764381 71935467 672946182 3553971628
5236 15963 746281 5273646 29643761 164937512 4759169328
7416 74951 429371 5971643 64935168 258369159 5293716549

Приложение 2

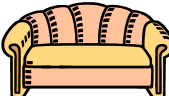

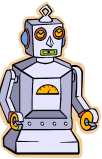


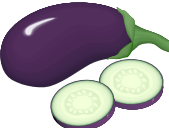



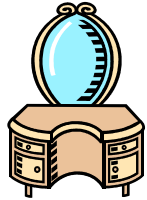

Стимульный материал для исследования особенностей оперативной памяти

Стимульный материал (первый вариант)	Ключ
5, 2, 7, 1, 4	7, 9, 8, 5
3, 5, 4, 2, 5	8, 9, 6, 7
7, 1, 4, 3, 2	8, 5, 7, 5
2, 6, 2, 5, 3	8, 8, 7, 8
4, 3, 6, 1, 7	7, 9, 7, 8
4, 2, 3, 1, 5	6, 5, 4, 6
3, 1, 5, 2, 6	4, 6, 7, 8
2, 3, 6, 1, 4	5, 9, 7, 5
5, 2, 6, 3, 2	7, 8, 9, 5
3, 1, 5, 2, 7	4, 6, 7, 9

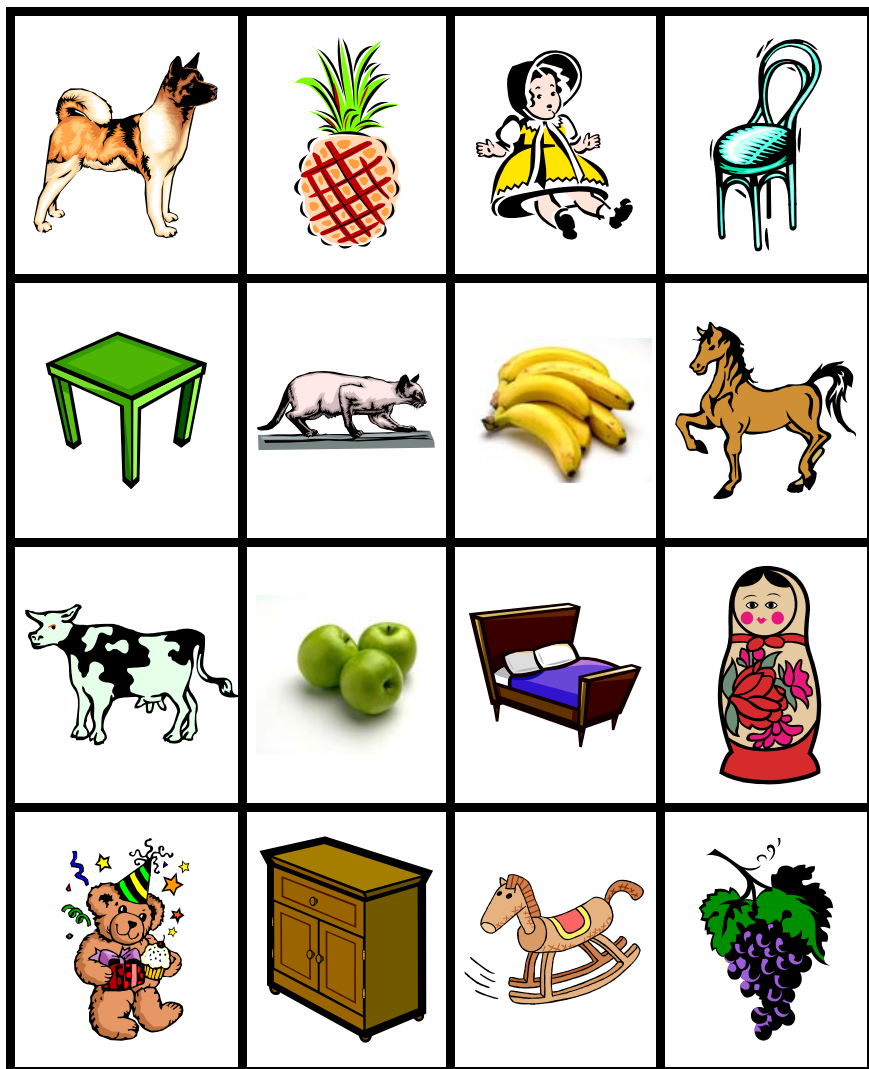
Стимульный материал (второй вариант)	Ключ
4, 5, 1, 7, 2	9, 6, 8, 9
8, 1, 6, 3, 4	9, 7, 9, 7
6, 3, 4, 5, 2	9, 7, 9, 7
7, 2, 6, 3, 5	9, 8, 9, 8
4, 3, 6, 2, 5	7, 9, 8, 7
1, 7, 2, 3, 1	8, 9, 5, 4
2, 5, 3, 4, 5	7, 8, 7, 9
7, 1, 8, 1, 6	8, 9, 9, 7
4, 2, 6, 1, 7	6, 8, 7, 8
5, 2, 7, 1, 4	7, 9, 8, 5

Приложение 3

Стимульный материал для исследования произвольного запоминания и условий его продуктивности (методика П.И. Зинченко)

 39	 17	 26	 92
 23	 72	 38	 54
 43	 99	 14	 65
 51	 62	 47	 89

Стимульный материал для исследования продуктивности
непроизвольного и произвольного запоминания
(методика П.И. Зинченко)



Стимульный материал для исследования непосредственного
и опосредованного запоминания

Первый вариант

1-я серия.

Барaban, заря, проза, хозяин, игрушка, эмбрион, клапан, книга, метла, ножницы, термометр, дождь, керосинка, самолет, ветер, хлеб, мода, овощи, календарь, окно.

2-я серия.

Молоко – сливки, кора – дерево, зима – снег, сарай – хижина, море – волна, медведь – берлога, повар – кухня, молоток – топор, минута – сутки, лист – почка, струна – гитара, аорта – вена, кошелек – чемодан, свеча – лампа, иней – роса, уголь – шахтер, глаза – лицо, конфеты – монпансье, муж – супруг, повесть – рассказ.

Второй вариант

1-я серия.

Арбуз, линейка, мороз, тревога, икона, боль, сосна, пряник, книга, часы, элемент, судья, нужда, мусор, яблоко, банкир, лодка, венок, весна, дрозд.

2-я серия.

Творчество – художник, пуговица – петля, прическа – волосы, берег – море, дождь – радуга, волнение – чувство, шерсть – пряжа, конфеты – обжора, сок – напиток, дверь – вход, вода – стакан, нитка – иголка, ваза – цветы, веник – совок, ручка – бумага, дуб – дерево, солнце – небо, автомобиль – автобус, мебель – кредит, тоска – грусть.

Стимульный материал для изучения эффективности опосредованного запоминания методом пиктограмм

Первый вариант

1-я серия.

Санкция, фантазия, надстройка, заключение, вероятность, эстетика, интуиция, уверенность, терпение, понятие, отречение, мышление, пространство, создание, законность, одиночество, узнавание, способность, индукция, сочинение.

2-я серия.

Отражение, абстракция, субстанция, отношение, призвание, суждение, возможность, инстанция, сомнение, невежество, значение, принцип, восприятие, склонность, раздумье, ликование, авантюризм, спокойствие, равнодушие, аналогия.

Второй вариант

1-я серия.

Творчество, детство, дополнение, дедукция, сомнение, нетерпимость, конкретность, объем, удаление, преступность, деривация, невменяемость, тупость, создание, действительность, ассоциация, симметричность, талант, вероятность, нелепость.

2-я серия.

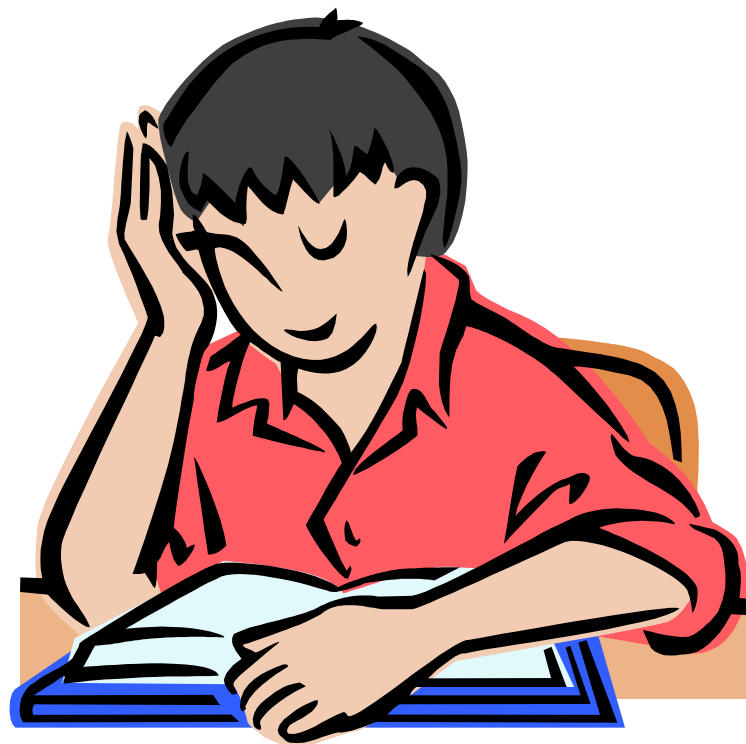
Активность, особенность, теория, актуальность, волонтаризм, потенциал, совершенство, консолидация, перестройка, совместимость, ограничение, обобщение, высказывание, атрибуция, значение, категория, обращение, заключение, силлогизм, пространство.

Стимульный материал для исследования опосредованного запоминания (метод двойной стимуляции)

1-й набор



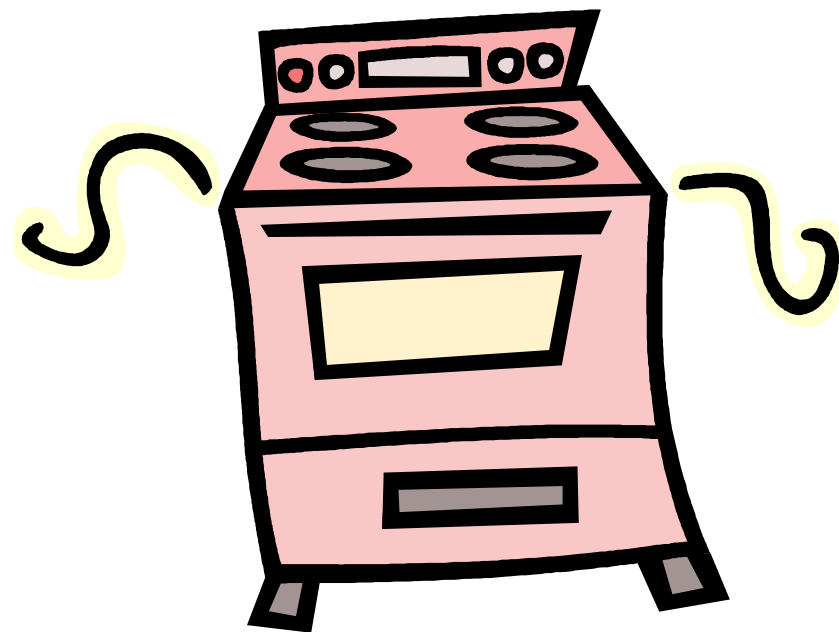
БУТЕРБРОД



УЧИТЕЛЬ



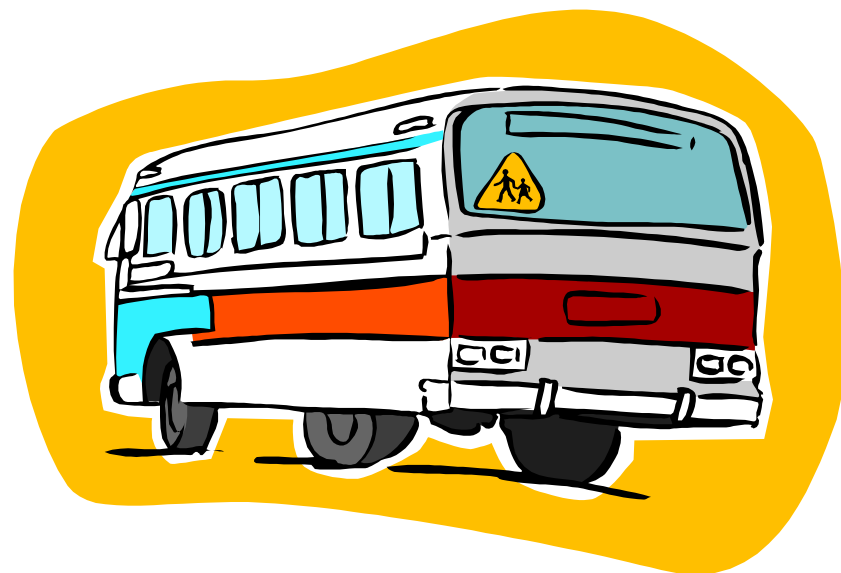
БАЛКОН



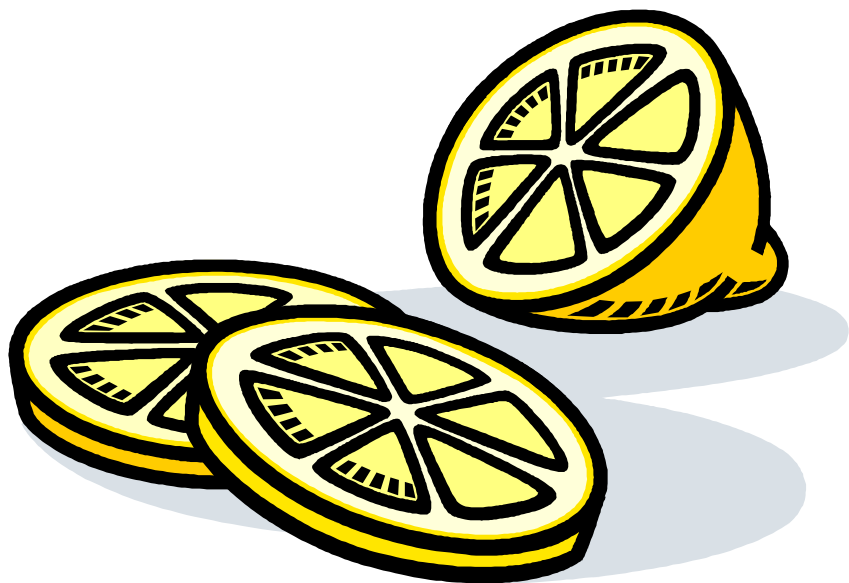
ПИРОГ



САУНА



ПАССАЖИР



КИСЛОТА



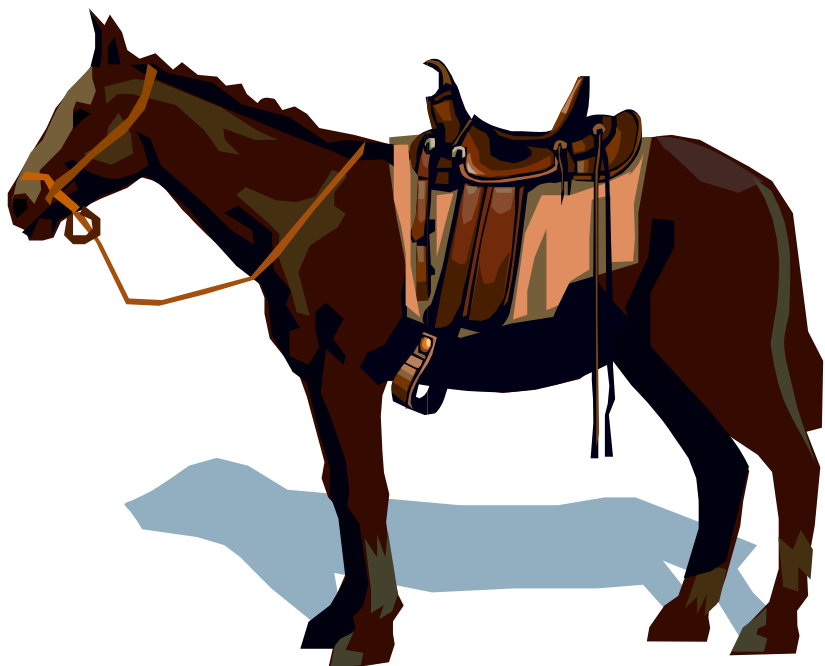
МЫШЬ



ЗЕРНО



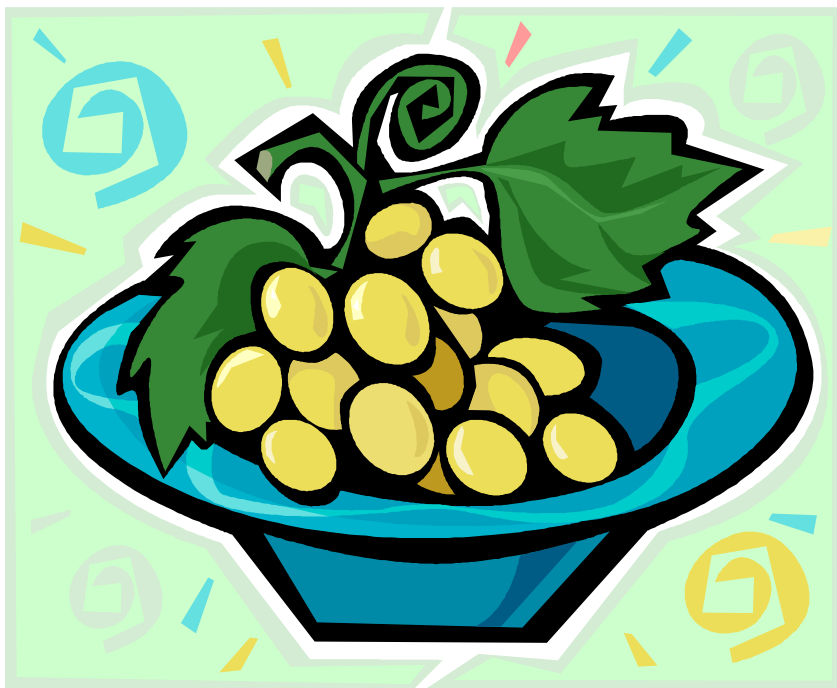
ТРАПЕЗА



ИШПОДРОМ



ЖУРНАЛИСТ



ВИНО

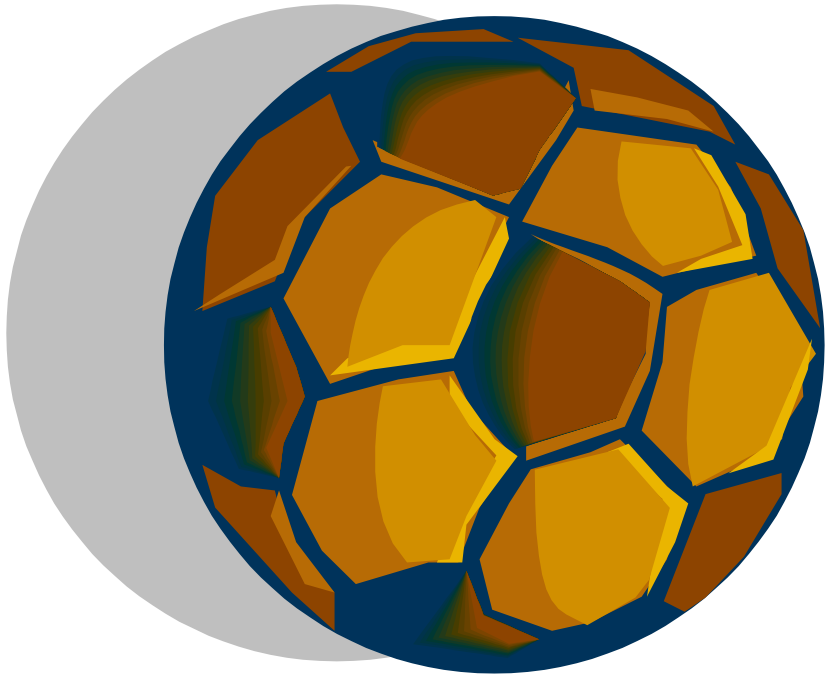


КОЛЯСКА



2-й набор

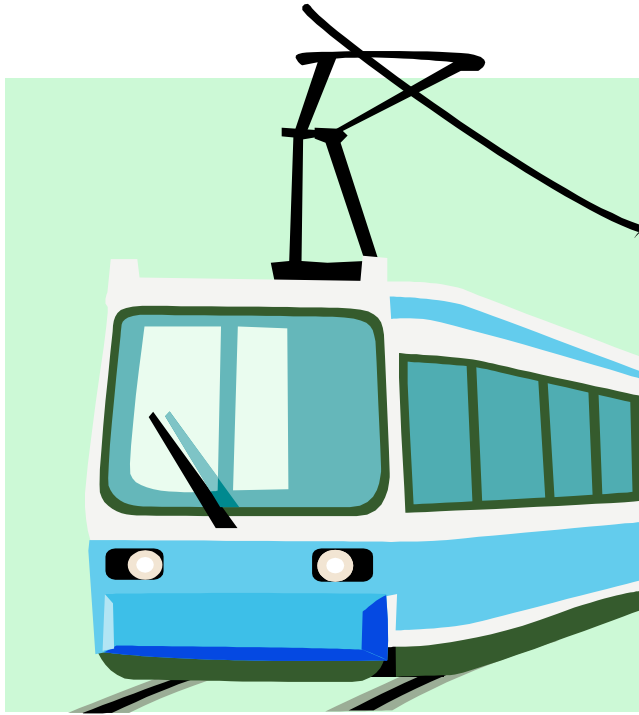
КРУИЗ



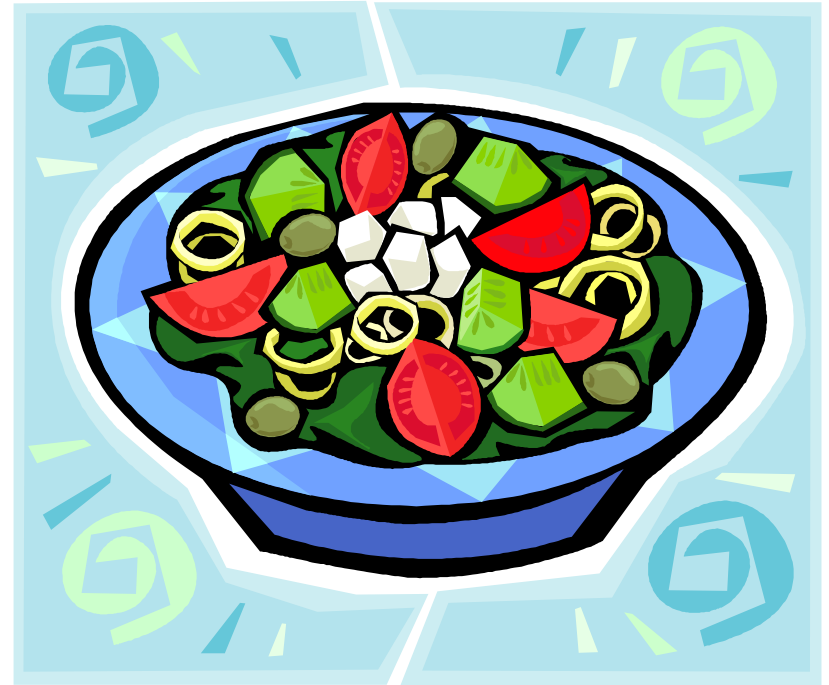
КРАПИВА



ПШЕНИЦА



КАКТУС



ЗАКОН



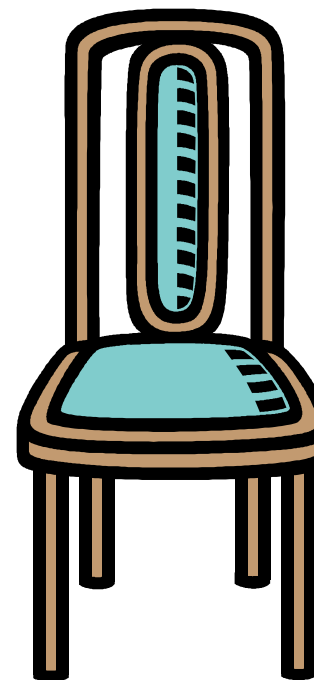
ЭПИТЕТ



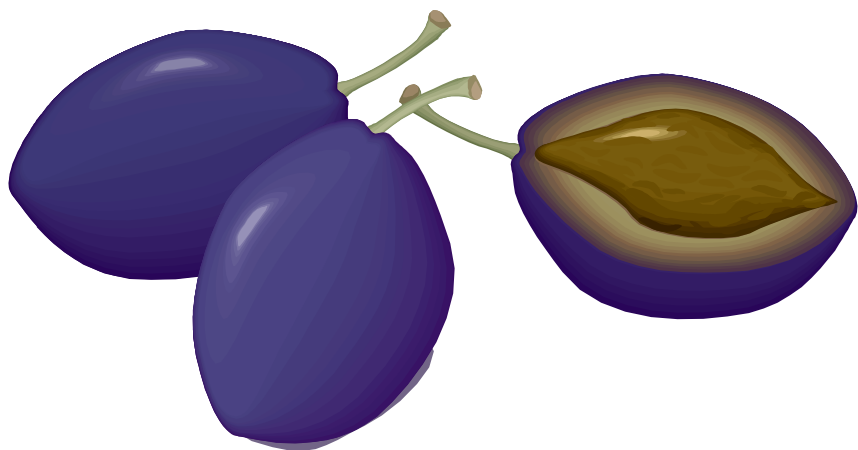
БАБОЧКА



ВЛАСТЬ



БИОЛОГ



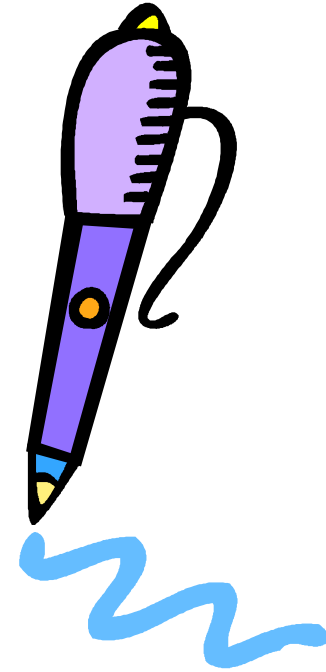
ЛИСИЦА



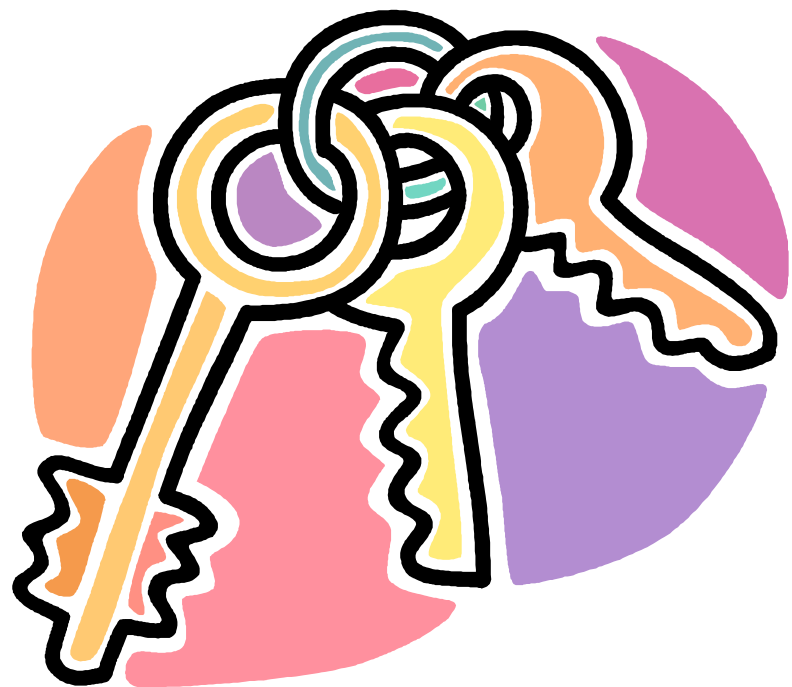
СИНОНИМ



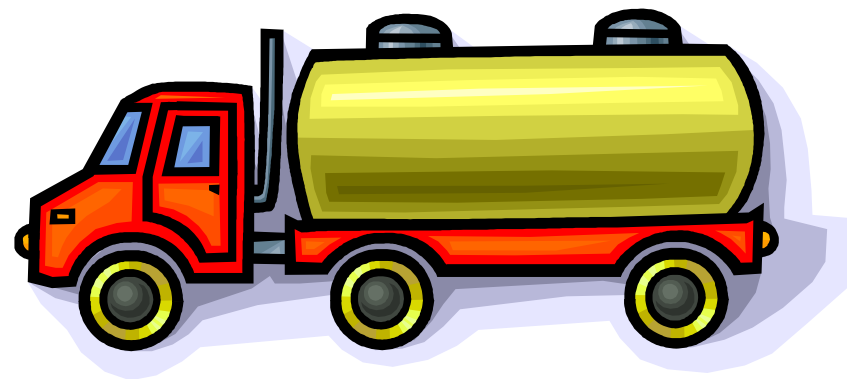
ТЕЛЕФОН



ЧЕРЕПАХА



ПРОБЛЕМА

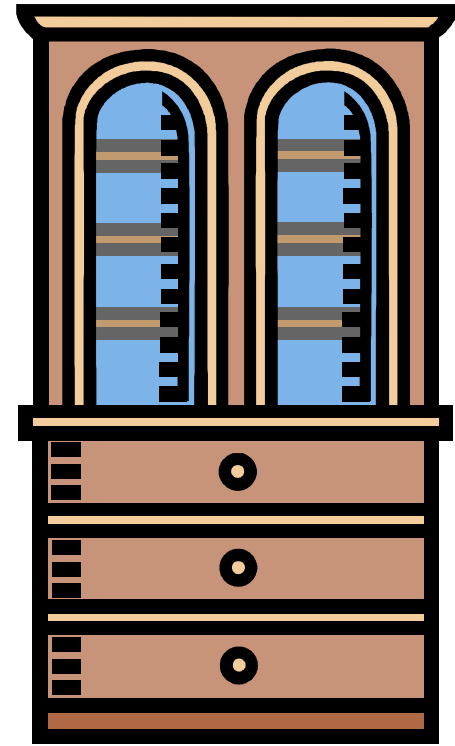
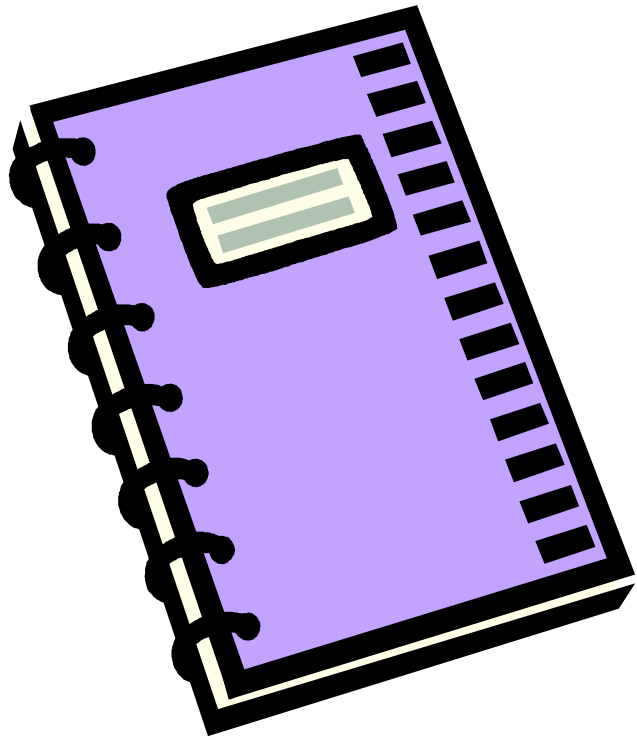


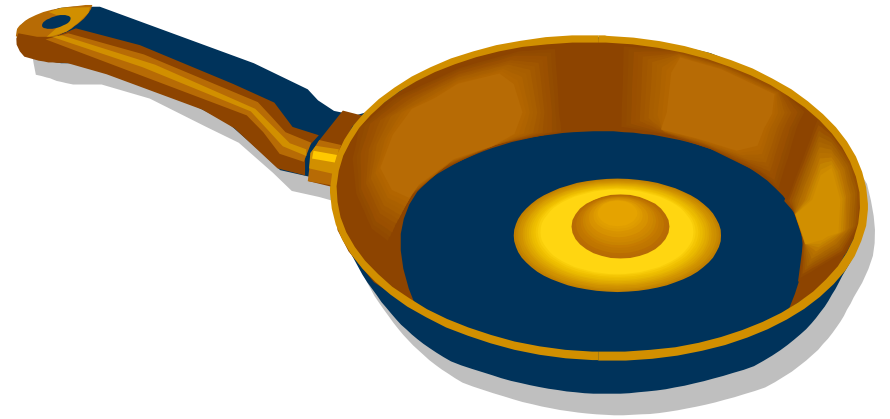
АНАЛОГИЯ

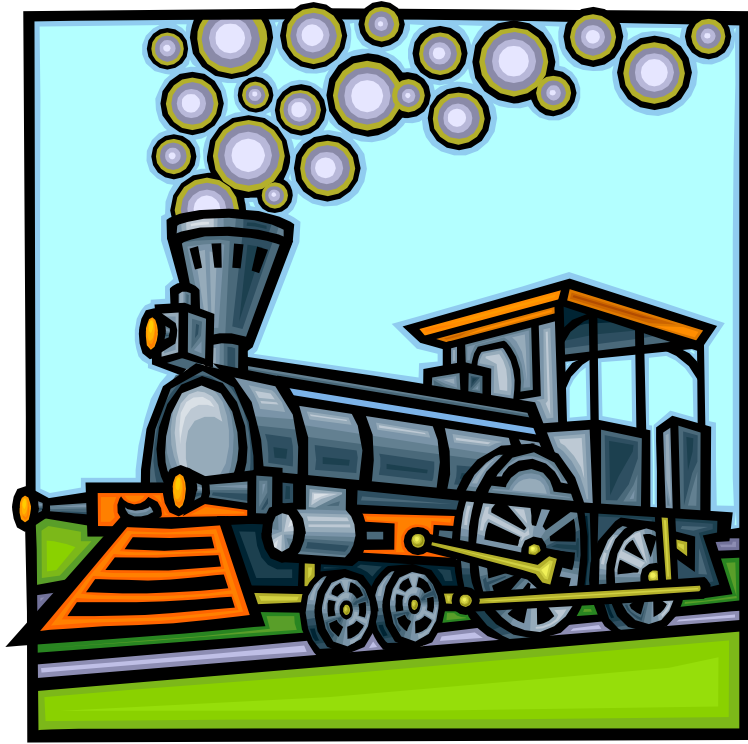


3-й набор

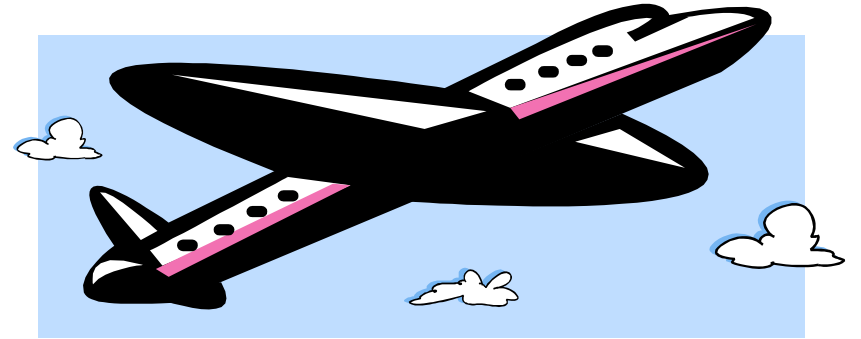
МАГНОЛИЯ

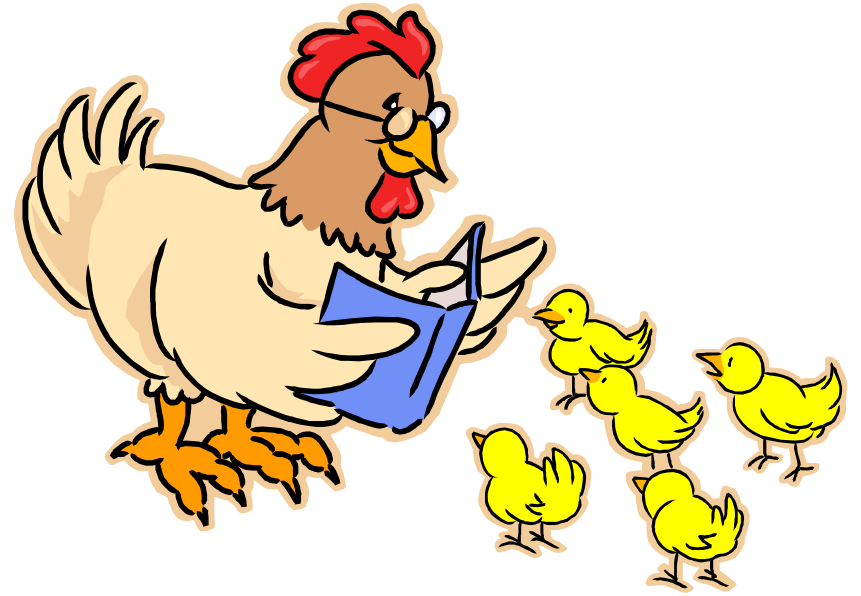
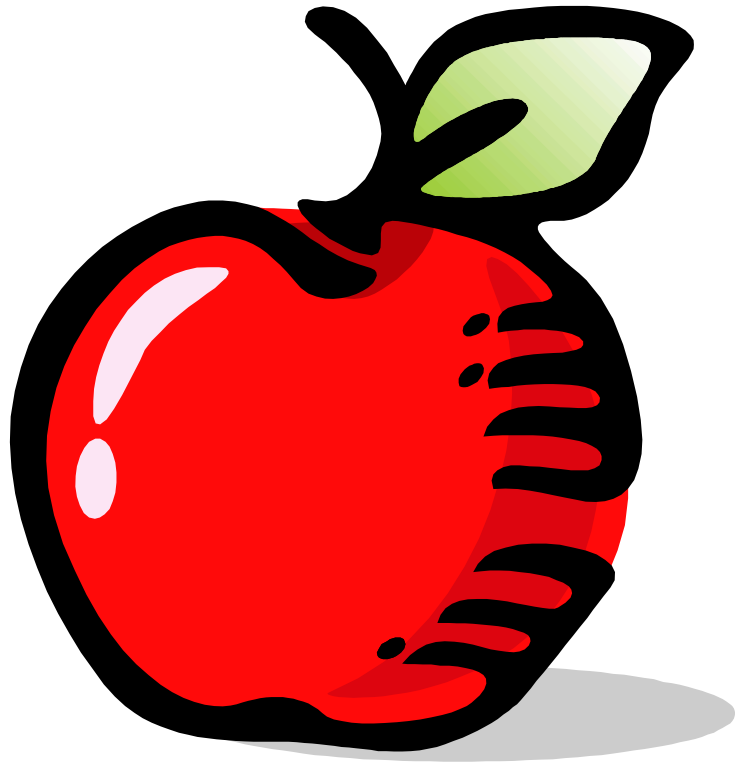


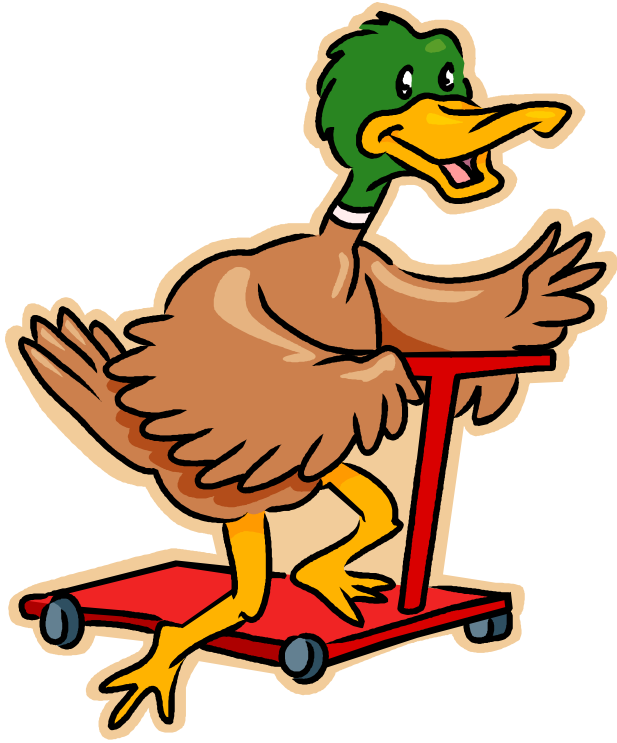




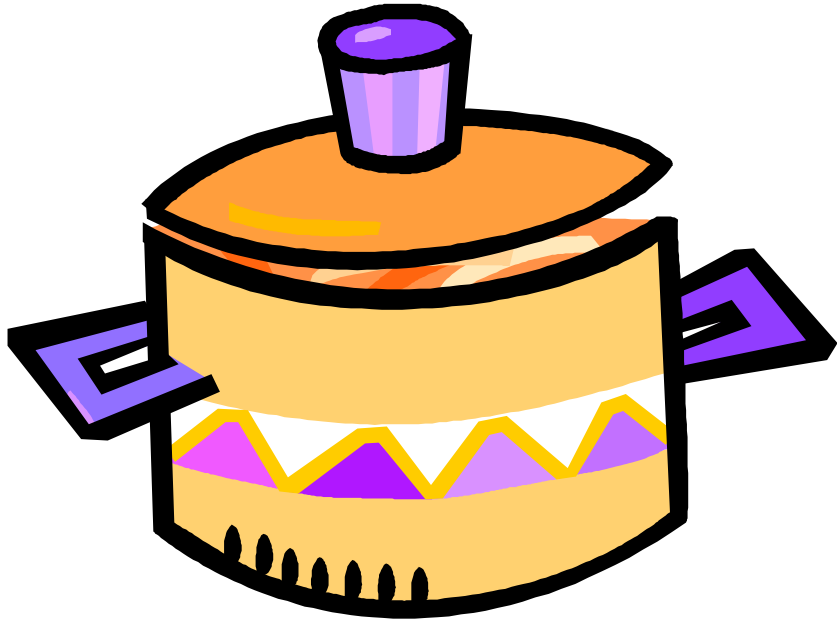


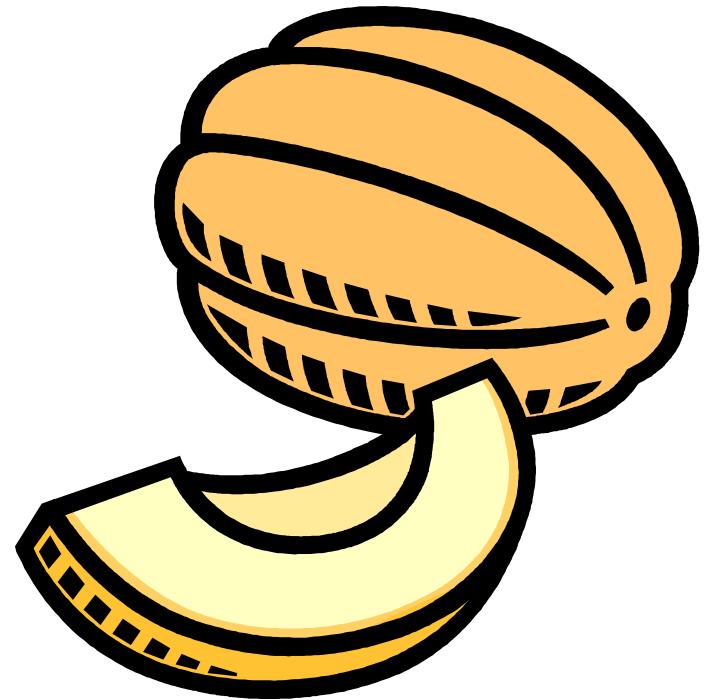


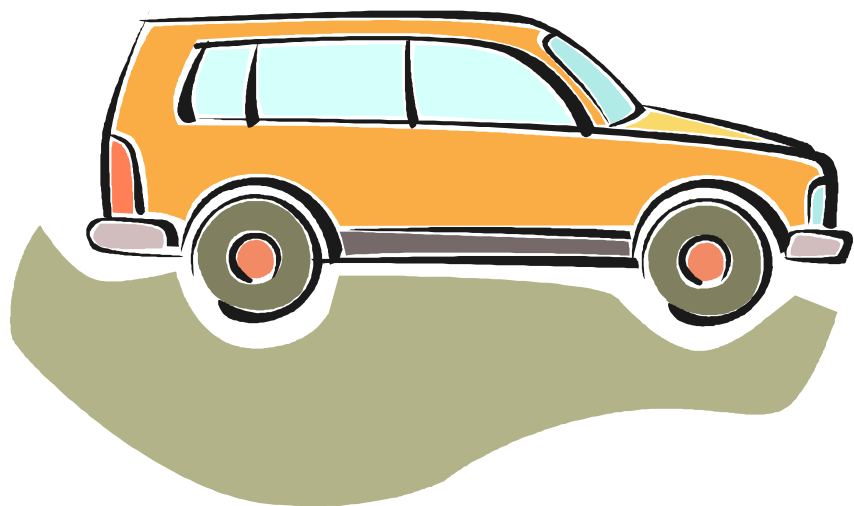


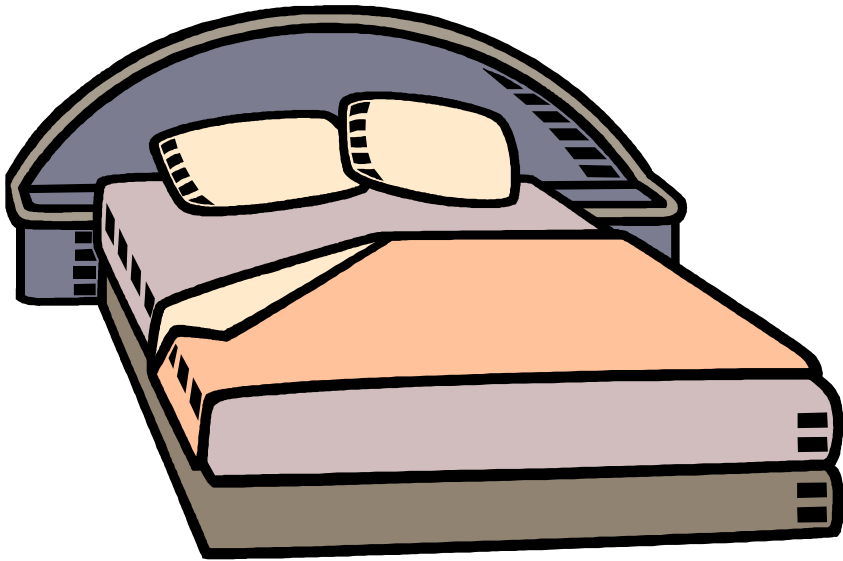


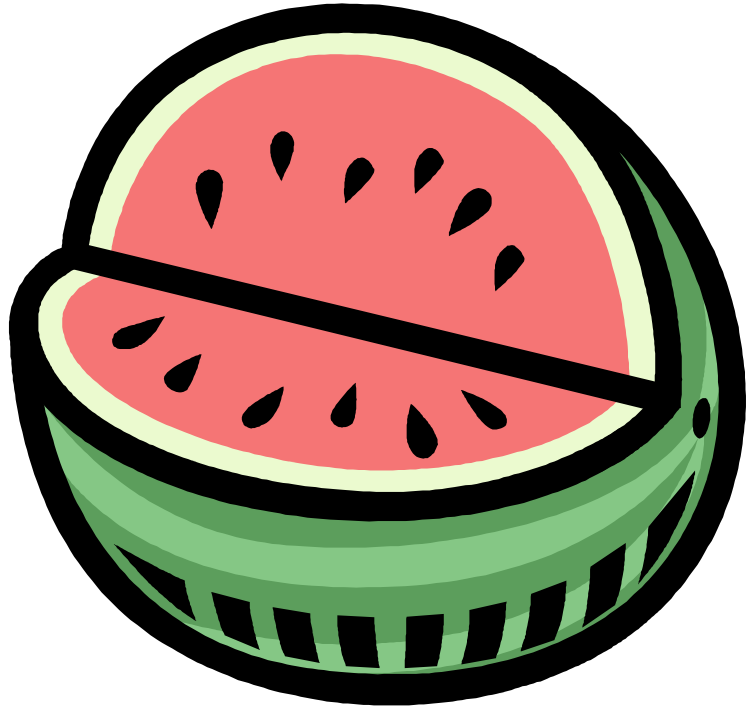


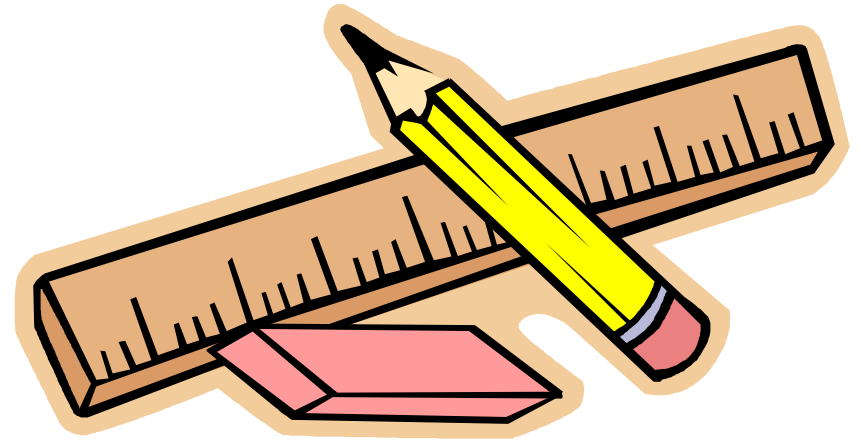
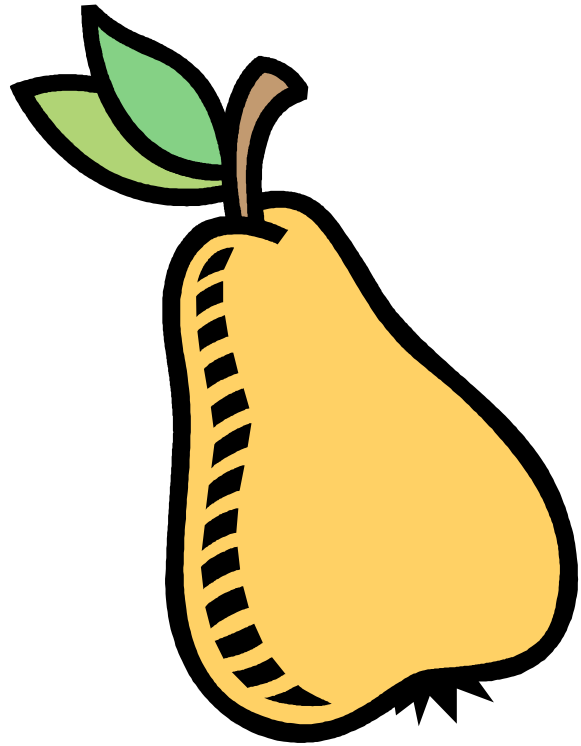














ФЕЛЬЕТОН
ГЛУПЕЦ
ЯРОСТЬ
ЖЕЛАТИН
КЛЮКВА
ВОДОПАД
ТЕРРИТОРИЯ
СОБЫТИЕ
ПРОТИВНИК

ЭКСПОРТ
ДОКУМЕНТ
МАСТЕР
ТРУДНОСТЬ
МЕРЗЛОТА
САКВОЯЖ

Стимульный материал для исследования влияния осмысленности материала на запоминание

Первый вариант

15 бессмысленных слогов.

Вы, ре, ни, ра, ви, хо, на, ле, по, до, во, лю, ре, ва, те.

15 не связанных по смыслу слов.

Пауза, носок, такса, машина, конфета, мороз, молоко, лоток, осень, лампа, брешь, волна, гном, сирота, дрова.

15 связанных по смыслу слов.

Ученик, пенал, доска, учитель, оценка, парта, ручка, дневник, портфель, журнал, отличник, линейка, школа, указка, звонок.

Второй вариант

15 бессмысленных слогов.

Зи, ля, ры, мо, па, ги, ка, до, лу, ре, мя, та, вы, ле, но.

15 не связанных по смыслу слов.

Метель, стакан, утка, книга, восторг, солнце, друг, ночь, злоба, карета, сосна, ревность, ведро, пропасть, совет.

15 связанных по смыслу слов.

Лес, гриб, лиса, поляна, трава, листва, береза, лесник, ежик, паутина, мох, муравейник, земляника, белка, сосна.

Стимульный материал для исследования факторов, влияющих на сохранение материала в памяти

15 не связанных между собой слов: метель, стакан, утка, мрак, книга, мундир, солнце, школа, вода, злоба, песок, пирог, война, гордость, лимон.

7 пар двузначных чисел: 12 и 11, 15 и 10, 13 и 13, 14 и 11, 17 и 10, 20 и 21, 21 и 11.

10 не связанных между собой слов: луч, мед, елка, месяц, вилка, река, дверь, звезда, пояс, ваза.

Стимульный материал для исследования процесса заучивания и воспроизведения вербального материала модифицированным методом свободных (удачных) ответов (ММСО)

Первый вариант

Лист А-В

Ра	Приятный
Бу	Солнечный
Тя	Серьезный
Ло	Грустный
Не	Кривой
Ща	Поздний
Фы	Синий
Ди	Глупый
Жа	Весенний
Го	Спортивный
Зя	Красивый
Вэ	Счастливы
Ме	Кудрявый
Бу	Морозный
То	Классический

Лист А-С

Ра	Овальный
Бу	Небесный
Тя	Вопросительный
Ло	Веселый
Не	Активный
Ща	Семейный
Фы	Красный
Ди	Чистый
Жа	Звуковой
Го	Опытный
Зя	Казенный
Вэ	Деревянный
Ме	Пчелиный
Бу	Правильный
То	Ударный

Лист А-В

Си	Пасмурный
Ма	Суровый
Ку	Реактивный
Не	Лиловый
Вы	Престижный
Па	Чудесный
Зо	Морской
Жэ	Словесный
Ся	Одинокий
Ти	Губительный
Бю	Военный
Вя	Цветочный
Ха	Тоскливый
Ча	Уютный
Зи	Резной

Лист А-С

Си	Настольный
Ма	Верный
Ку	Систематичный
Не	Таинственный
Вы	Внимательный
Па	Резкий
Зо	Конкретный
Жэ	Главный
Ся	Реальный
Ти	Мирный
Бю	Роковой
Вя	Мудрый
Ха	Необходимый
Ча	Ритмичный
Зи	Мерзкий

**Стимульный материал для исследования динамики
процесса заучивания**

Первый вариант

Курица, кофе, стол, земля, ложка, замок, зима, корова, вино, печка, перо, закон, грамм, солнце, дерево, очки, туфли, полка, голова, голос, лилия, ворон, форма, гриб, палач.

Второй вариант

Яйцо, чашка, стул, трава, вилка, ключ, снег, молоко, стакан, дрова, бумага, кнопка, мера, лето, лист, глаза, обувь, книга, волосы, радист, паром, сирень, хлеб, бумага, сено.

**Стимульный материал для сравнения процессов активного
воспроизведения и узнавания**

Первый вариант

1-й набор. Метель, стакан, утка, мрак, книга, тарелка, восторг, охота, цифра, солнце.

2-й набор. Тьма, линейка, метель, зной, стакан, утка, пирог, обед, мрак, робость, книга, тарелка, мысль, смерть, мундир, восторг, охота, календарь, цифра, солнце.

3-й набор. Порох, крупа, буря, календарь, колодец, облака, ручка, дорога, гнев, песня, море, осень, гость, синица, свеча.

4-й набор. Покорность, дорога, чувство, волна, осень, сердце, буря, свеча, добро, клей, песня, фиалка, животное, облака, синица, зависть, ручка, брак, календарь, море, пламя, гнев, глупость, гость, лес, порох, крупа, дрова, колодец, озеро.

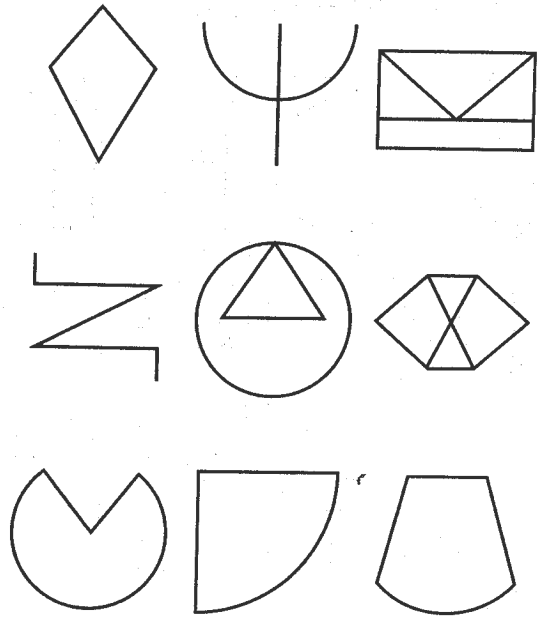
Второй вариант

1-й набор. Школа, друг, ночь, стол, вода, злоба, усадьба, карета, дрова, радость.

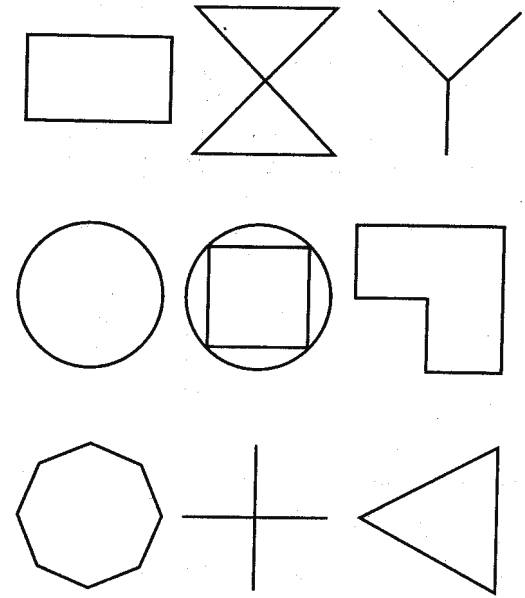
2-й набор. Сосна, усадьба, песок, ревность, дрова, восход, школа, стол, лошадь, чиновник, злоба, радость, ведро, вода, домик, ночь, совет, карета, барышня.

3-й набор. Закат, зима, телега, зависть, корзина, тоска, пастух, восторг, солнце, нужда, глупец, бочка, дом, окно, машина.

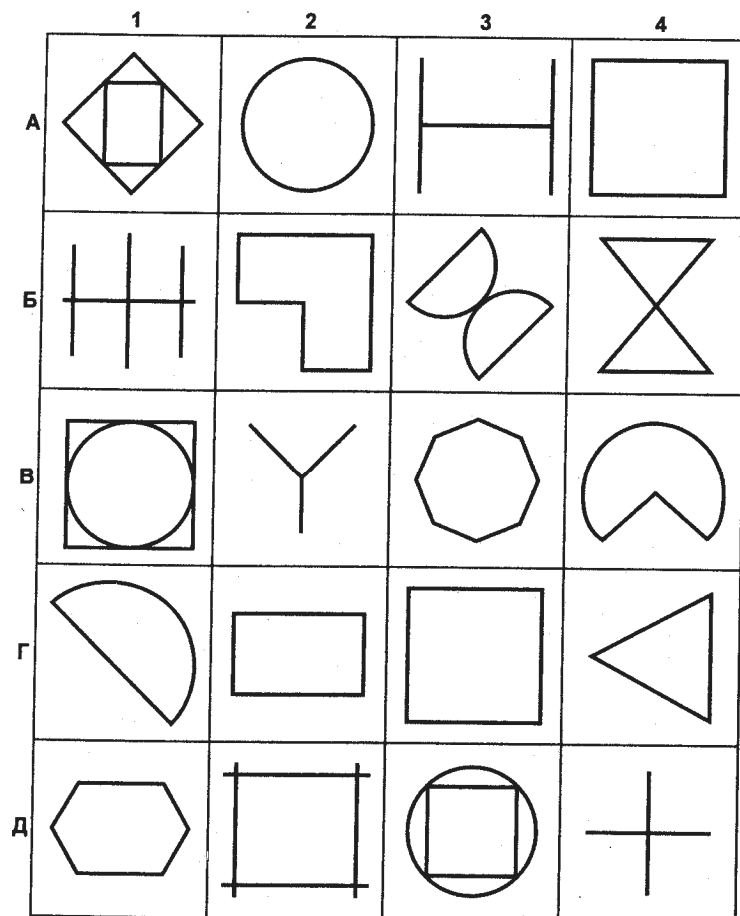
4-й набор. Повозка, зависть, одеяло, дом, закат, мундир, скамья, солнце, трактор, телега, снег, тоска, машина, листва, скука, зима, глупец, зверь, пастух, дружба, корзина, огонь, телефон, бочка, флюгер, квартира, окно, честь, нужда, восторг.



Матрица А



Матрица В



Матрица С

Стимульный материал для изучения зависимости запоминания от установки личности

Первый вариант

1-я серия.

Мера, вода, туча, нога, чаша, гора, зима, рота, дума, коза, шуба, мода, пила, роса, река, зола, ядро, заяц, рога, буря.

2-я серия.

Нива, кожа, суша, доза, дача, соха, луна, роза, рука, пора, губа, поза, каша, сова, лапа, ноша, заяц, море, этюд, дочь.

Второй вариант

1-я серия.

Снег, село, лама, окно, тара, овца, арка, орех, сера, юмор, рама, обоз, дыня, холм, тяга, морс, тень, нора, шина, софа.

2-я серия.

Гриб, торс, труд, роша, рысь, итог, цель, крот, зыбь, корм, луна, вино, муха, очки, курс, борщ, флаг, гроб, снег, зона.

Список использованной литературы

1. *Величковский Б.М.* Современная когнитивная психология. – М., 1982.
2. *Выготский С.Л.* Собрание сочинений: В 6 т. – М., 1982. – Т. 2.
3. *Зинченко Т.П.* Память в экспериментальной и когнитивной психологии. – СПб.: Питер, 2002.
4. *Лурия А.Р.* Внимание и память. – М., 1975.
5. *Лурия А.Р.* Маленькая книжка о большой памяти. Ум мнемониста. – М., 1968.
6. Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации / Отв. ред. А.Ф. Кудряшов. – Петрозаводск, 1992.
7. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие / Под общей ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2000.
8. Практикум по психологии / Под. ред. А.Н. Леонтьева, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: МГУ, 1972.
9. *Роговин М.С.* Проблемы теории памяти. М., 1977.
10. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии: В 2 т. – М., 1989. – Т. 1.
11. *Сосновский Б.А.* Лабораторный практикум по общей психологии. – М., 1979.
12. Хрестоматия по общей психологии. Психология памяти. – М., 1979.

Содержание

Введение.....	3
1. Общее понятие о памяти.....	4
2. Виды памяти	4
3. Процессы памяти.....	7
3.1. Запоминание	7
3.2. Воспроизведение	10
3.3. Забывание.....	12
3.4. Факторы и условия сохранения информации в памяти (или как «бороться» с забыванием)	14
4. Методы исследования памяти	14
5. Практикум по памяти.....	17
5.1. Определение объема кратковременной памяти (метод Джекобса)	17
5.2. Исследование особенностей оперативной памяти	19
5.3. Исследование произвольного запоминания и условий его продуктивности (методика П.И. Зинченко).....	20
5.4. Исследование продуктивности произвольного и произвольного запоминания (методика П.И. Зинченко)	21
5.5. Исследование непосредственного и опосредованного запоминания.....	22
5.6. Метод пиктограмм	24
5.7. Исследование опосредованного запоминания (метод двойной стимуляции)	25
5.8. Исследование влияния осмысленности материала на запоминание	26
5.9. Исследование факторов, влияющих на сохранение материала в памяти.....	28
5.10. Исследование влияния эмоциональности, значимости материала на запоминание.....	30
5.11. Исследование процесса заучивания и воспроизведения вербального материала модифицированным методом свободных (удачных) ответов (ММСО).....	31
5.12. Исследование динамики процесса заучивания	33
5.13. Сравнение процессов активного воспроизведения и узнавания.....	34
5.14. Зависимость запоминания от установки личности	36

5.15. Исследование качественных изменений материала в процессе его сохранения в памяти	37
<i>Приложение 1.</i> Стимульный материал для определения объема кратковременной памяти по методу Джекобса	39
<i>Приложение 2.</i> Стимульный материал для исследования особенностей оперативной памяти	41
<i>Приложение 3.</i> Стимульный материал для исследования произвольного запоминания и условий его продуктивности (методика П.И. Зинченко).....	42
<i>Приложение 4.</i> Стимульный материал для исследования продуктивности произвольного и произвольного запоминания (методика П.И. Зинченко).....	43
<i>Приложение 5.</i> Стимульный материал для исследования непосредственного и опосредованного запоминания	44
<i>Приложение 6.</i> Стимульный материал для изучения эффективности опосредованного запоминания методом пиктограмм	45
<i>Приложение 7.</i> Стимульный материал для исследования опосредованного запоминания (метод двойной стимуляции)	46
<i>Приложение 8.</i> Стимульный материал для исследования влияния осмысленности материала на запоминание	111
<i>Приложение 9.</i> Стимульный материал для исследования факторов, влияющих на сохранение материала в памяти	112
<i>Приложение 10.</i> Стимульный материал для исследования процесса заучивания и воспроизведения вербального материала модифицированным методом свободных (удачных) ответов (ММСО).....	113
<i>Приложение 11.</i> Стимульный материал для исследования динамики процесса заучивания.....	115
<i>Приложение 12.</i> Стимульный материал для сравнения процессов активного воспроизведения и узнавания	116
<i>Приложение 13.</i> Стимульный материал для изучения зависимости запоминания от установки личности.....	120
Список использованной литературы	121

Учебное издание

Составители:

*Людмила Ивановна Дементий
Наталья Валерьевна Лейфрид*

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ
«ПАМЯТЬ»**

Учебно-методическое пособие

Технический редактор *Н.В. Москвичёва*

Редактор *Е.В. Коськина*

Подписано в печать 27.06.03. Формат бумаги 60x84 1/16.
Печ. л. 7,75. Уч.-изд. л. 6,2. Тираж 100 экз. Заказ 536.

*Издательско-полиграфический отдел ОмГУ
644077, г. Омск-77, пр. Мира, 55а, госуниверситет*