Әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті

Философия және саясаттану факультеті

Жалпы және қоланбалы психология кафедрасы

**«Ес, ойлау және сөйлеу психологиясы» пәні бойынша**

**ҚЫСҚАША ДӘРІС**

«5B050300 - Психология»

мамандығы бойынша білім беру бағдарламасы СПЕЦИАЛЬНОСТЬ:

 кредит саны 3

Көктемгі семестр 2018-2019 оқу жылы

Алматы, 2018

 **«Ес, ойлау және сөйлеу психологиясы» пәні бойынша қысқаша дәріс**

**Тақырып** 1. Ес, ойлау және сөйлеу психологиясының зерттеу пәні. Қазіргі жаңа психологияның бағыттары мен салалары.

*Мақсаты:*

 **Мазмұны**

ОЙЛАУ

Қысқаша мазмұны

Ойлаудың табиғаты және негiзгi түрлерi. Ойлаудың негiзгi сипаттамалары. Ойлау және интеллектуалдық процестердiң ассоциативтi ағымы. Ойлау мен сөйлеудiң байланысы. Ойлау танымдық теориялық iс-әрекет ретiнде. Ойлаудың физиологиялық негiздерi. Ойлаудың жiктелуi. Ойлаудың негiзгi типтерi - ұғымдық, бейнелiк, көрнекi-бейнелiк, көрнекi-әрекеттiк және т.б. ойлаудың ерекшелiктерi.

Ойлаудың негiзгi формалары. өғымдардың ерекшелiктерi. Пiкiрлер – шындықтағы заттардың байланысы. Саналау және түсiну ойлаудың негiзгi белгiсi ретiнде. Ой қорытындысы - ойлаудың ең жоғарғы формасы. Дедукция туралы түсiнiк. Индуктивтiк ой қорытындыларының мәнi. Аналогия бойынша ой қорытындылары.

Ойлаудың психологиялық теориялары. Ойлаудың ассоциативтiк теориялары. Вюрцбурлық мектеп. Гештальтпсихологтар ойлау жайында. Психоанализ: ойлау мотивтелген процесс ретiнде. Ойлаудың когнитивтiк психологиясы (У. Найссер).

Ақыл-ой операцияларының негiзгi түрлерi. Салыстыру операциясының негiзгi мәнi. Тiкелей және жанама салыстыру. Салыстырудағы қателер. Анализ бен синтез ойлаудың негiзгi операциялары ретiнде. Анализ бен синтездiң басқа ақыл-ой операцияларымен өзара байланысы. Абстракция бөлiну процесi ретiнде. Абстракцияның негiзгi түрлерi. Нақтылау жекенi табу процесi ретiнде. Жалпылаудың ерекшелiктерi.

Ойлау қасиеттерi. Сыңдылық - ойлаудың маңызды қасиетi. Ойлау асығыстығы туралы ұғым. Ойлаудың тездiгi. Ойлаудың дербестiгi жөнiнде түсiнiк. Ойлаудың икемдiлiгi. Ойлаудың тереңдiлiгi. Ойлаудың кеңдiгi – адамның ерекше қабiлетi.

Ойлаудың даму ерекшелiктерi. Ойлаудың онтогенез барысында даму ерекшелiктерi. Ойлау саласындағы дара айырмашылықтар.

§ 1. Ойлаудың табиғаты және негiзгi түрлерi

 Бiздiң қоршаған дүние туралы бiлiмдерiмiз түйсiк пен қабылдаудан басталады. Бiрақ таным олармен ғана шектелмейдi. Түйсiктер мен қабылдау арқылы алынған мәлiметтер сезiмдiк шектен шығып, ойлау арқылы бiздiң таным шекарасын кеңейтедi. Себебi ойлауда қабылдауда берiлмеген нәрсенi ой қорытындылары арқылы жанама түрде ашуға мүмкiндiк беретiн қасиет болады. Ойлау негiзiнде адамның қоршаған дүние жөнiндегi танымы тереңдей түседi.

 *Ойлау дегенiмiз - сыртқы дүние заттары мен құбылыстарының байланыс-қатынастарының мида жалпылай және жанама түрде сөз арқылы бейнеленуi.*

 Түйсiктер мен қабылдау ақиқат дүние құбылыстарының жеке қасиеттерiн көбiне ретсiз кездейсоқ түрде бейнелендiредi. Ал ойлау адамға заттар мен құбылыстардың қасиеттерi мен олардың өзара қатынастарын салыстырып, ажыратуға, олардың сезiмдiк түрде берiлмеген қасиеттерiн, жаңа қатынастары мен қырларын ашады. Сөйтiп, ойлау сезiм мүшелерi арқылы алынған мәлiметтердi өңдейдi.

 Сонымен, жекеден жалпыға және жалпыдан қайта жекеге көпсатылы ауысу ерекше психикалық процесс – ойлау негiзiнде жүзеге асады. Ойлау процесi елестермен де тығыз байланысты. Ойлау проблемасын қарастырған А.А. Смирнов ойлау және интеллектуалдық процестердiң ассоциативтi ағымын ажырату қажеттiлiгiн атап көрсеткен. Мұның себебi ойлау iс-әрекетiнде бiз ассоциацияларды өте кең қолданамыз - олар ойлау есептерiн шығаруға елеулi септiгiн тигiзедi. Мысалы, бiз қазiр тап болған жағдайға ұқсаса оқиғаларды жиi арнайы еске түсiремiз. Мұнда пайда болған ассоциациялар бiздiң ой мәселесiн шешуiмiзде пайдаланылады. Олар бiздi одан алыстатпай, оның жауабына, шешiмiне жақындатады.

 Адамның ойы әрқашан да сөз арқылы бiлдiрiледi. Бiреу екiншi бiреуге пiкiрiн бiлдiргенде, өзiн естiсiн деп дауыстап сөйлейдi. Ой толық сөз күйiнде бiлдiрiлгенде ғана айқындалып, дәйектелiп, дәлелдене түседi. Ойлау мен сөйлеудi бiрдей деп, бұлардың арасына теңдiк белгiсiн қою дұрыс емес. Ой сыртқы дүниенi бейнелеудiң ең жоғарғы формасы болса, ал сөз ойды басқа адамдарға жеткiзетiн құрал болып табылады.

 Бала тiлi шықпай тұрған кезде де ойлай алады. Нәресте айналасындағы дүниенi бiрiншi сигнал жүйесiнiң қызметi арқылы танып, бiледi. Ойлаудың бұл түрi оның танымын онша кеңiте алмайды. Баланың тiлi шығып, сөз арқылы үлкендермен қарым-қатынасқа түскенде ғана, оның ойлау шеңберi кеңейетiн болады.

 Ойлау адамның сыртқы дүниемен қарым-қатынас жасау процесiнде туындап отырады. Адам ойлауының мазмұнын билейтiн – объективтiк шындық. Адамға мақсат қойып, оған жетуге ұмтылдыратын – оның қажеттiлiктерi.

 Ойлау - өзiндiк iшкi қарама-қайшылықтарға толы процесс. Бұл қайшылықтар ойлау дамуының және iске асуының қозғаушы күштерi болып табылады, яғни ойлау осы қарама-қайшылықтарды, басқаша айтқанда, проблемалық жағдаяттарды шешу барысында өрбидi.

 Ойлау танымдық теориялық iс-әрекет ретiнде әрекетпен тығыз байланысты. Адам әсер ету арқылы ақиқатты таниды, дүниенi өзгерту арқылы оны түсiнедi. Әрекет ойлау жүзеге асуының бiрiншi реттi формасы болып табылады. Ойлау операцияларының барлығы (анализ, синтез және т.б.) ең алғашында практикалық операциялар түрiнде пайда болып, содан соң барып, теориялық ойлаудың операцияларына айналды. Яғни ойлау еңбек iс-әрекетi барысында практикалық операция ретiнде немесе практикалық iс-әрекеттiң бiр компонентi ретiнде туындап, содан кейiн барып, дербес теориялық iс-әрекетке айналады. Бiрақ тәжiрибе әрқашан да ойлау ақиқаттығының негiзi, мәндi критериi болып табылады. Бiрақ егер де бiз бiр есептi тек практикалық түрде ғана шешетiн болсақ, онда оның тек көрнекi жеке мазмұнымен әрекет жасап, оны тек берiлген жеке жағдаятты ескере отырып шешемiз. Ал әрбiр келесi жағдайларда қайтадан есептi шешуге тура келедi, және тағы да бұл жеке мiндеттi ғана шешу болып табылады. Ал егер берiлген есептiң жалпыланған мазмұнын құрастырып, оны шешудiң жалпыланған тәсiлiн табатын болсақ, бұл есеп өзiнiң тек белгiлi бiр жағдайға сәйкес болатын, практикалық - шешiмiн ғана емес, сонымен қатар, теориялық та, яғни принциптiк бiртектi жағдайлардың барлығына ортақ шешiмiн таба алады.

 Iс-әрекетпен байланыса отырып, теориялық ойлаудың өзi жекеден жалпыға, жалпыдан жекеге, құбылыстан мәнге, мәннен құбылысқа өту процесi болып табылады. Шынайы ойлау – ол ойдың ағымы. Ол тек iс-әрекет пен оның өнiмiнiң бiрлiгi негiзiнде түсiнiледi.

 Сонымен, ойлау - аса күрделi психикалық процесс. Оны зерттеумен бiрнеше ғылымдар айналысады. Солардың iшiнде логика мен психологияның орны ерекше. Бiрақ осы екi ғылымның ойды зерттеудегi әдiс-тәсiлдерiнде өзiндiк айырмашылықтары бар. Мысалы, егер психология әр түрлi жас шамасындағы адам ойлауының пайда болуы, дамуы мен қалыптасу жолын, яғни тұлға ойлауының даму ерекшелiктерi мен заңдылықтарын қарастыратын болса, ал логика бүкiл адамзатқа ортақ ойлау iс-әрекетiнiң заңдары мен формаларын айқындайды, адам ойлауының нақты нәтижесi болып табылатын ұғым, пiкiр, ой қорытындылары сияқты ойлау формаларының табиғатын зерттейдi.

Ойлаудың физиологиялық негiздерi И.П. Павловтың бiрiншi және екiншi сигнал жүйесi жөнiндегi iлiмiне байланысты түсiндiрiледi. Ойлау – ми қыртысының күрделi формадағы анализдiк-синтездiк қызметiнiң нәтижесi, мұнда екiншi сигнал жүйесiнiң уақытша жүйке байланыстары жетекшi рөл атқарады. Екiншi сигнал жүйесiнде жүйке қызметiнiң өз алдына дербес заңдары бар деуге болмайды. Сигнал жүйелерiнiң мидағы заңдылықтары бiрдей. Бiрақ, олардың айырмашылықтары мынада: егер бiрiншi сигнал жүйесiндегi реакциялар нақтылы құбылыстарға байланысты туса, екiншi сигнал жүйесi оларды жалпылап отырады.

 Адамның ойлауы әр түрлi деңгейдегi ойлау операцияларынан тұрады. Ал олардың әрқайсысы әр түрлi танымдық мәнге ие. Мысалы, баланың өз алдында кездестiретiн қиындықтарын жеңуде жүзеге асыратын қарапайым ойлау әрекетi мен ғалымның қандай да бiр ғылыми мәселенi шешуде қолданатын ойлау операцияларының жүйесiн салыстыруға келмейдi. Сондықтан, жалпылау деңгейiне, құбылыстардың терең мәнiн түсiнiп, бiлуге байланысты ойлаудың жоғарғы немесе төменгi дейгейлерiн ажыратуға болады. Осындай әр түрлi деңгейдегi ойлаудың түрлерi ретiнде қарапайым көрiнiстегi көрнекi ойлау мен берiлген көрiнiс шегiнен шығатын теориялық ойлауды бөлiп көрсетуге болады.

 Осылайша, шығу тегi мен пайда болуы (генезi) бойынша ойлау келесi түрлерге жiктеледi:

1. *Көрнекi-әрекеттiк ойлау* -мәселенi шешу жағдаятын шынайы түрлендiретiн бақыланатын қозғалыстық әрекет арқылы iске асатын ойлау түрi.
2. *Көрнекi-бейнелiк (бейнелiк) ойлау* – жағдаят тек бейне жоспарында ғана түрленетiн ойлау түрi.
3. *Сөздiк-логикалық (пайымдаушы) ойлау* –тiлдiң және тiлдiк құралдардың көмегiмен шығарылатын ұғымдарды, логикалық құрылымдарды пайдаланумен сипатталатын ойлаудың негiзгi түрлерiнiң бiрi.

Сонымен қатар, психологияда ойлаудың қос классификациясы да танымал.

1. Мәселенiң түрiне байланысты:

*1) Теориялық ойлау* -ғылыми ұғымдарды пайдалану негiзiнде заңдар мен ережелердi танып-бiлуден тұратын ойлаудың жоғары дамыған түрi.

*2) Практикалық ойлау* - ақиқатты физикалық түрде өзгертуге дайындық күйiн (мақсат қою, жоспар, жоба, схема құру) бiлдiретiн ойлау түрi. Бұл ойлау түрi кеңес ғалым-психологы Б.М. Тепловпен едәуiр көп зерттелiнген.

 2. Таным түрi бойынша:

1. *Эмпирикалық ойлау* -теориялық ойлаумен салыстырғанда, қарадүрсiн, жағдаяттық жалпылаулармен байланысты болатын ойлаудың түрi.
2. *Теориялық ойлау -* ғылыми ұғымдар негiзiнде заттар мен құбылыстардың мәнiн танып-бiлу.

3. Рефлексия немесе саналау деңгейi бойынша:

1. *Интуитивтiк ойлау* - тез өтетiн, анық кезеңдерi жоқ, көбiнесе саналанбайтын ойлаудың түрi. Бұл ойлау түрi кеңестiк психологияда Я.А. Пономаревпен, Л.Л. Гуровпен және т.б. зерттелiнген.
2. Рационалдық ойлау (аналитикалық немесе логикалық) ойлау - уақыт бойынша кең таралған, айқын кезеңдерi бар, ойлаушы субъектiнiң санасында едәуiр көрiнiс табатын ойлау түрi.

4. Әрекеттiң тәсiлдерi негiзiнде:

1. *Вербалдық (сөздiк) ойлау* -тiлдiк құралды пайдалану арқылы адамның өз пiкiрiн тұжырымдауы, бiлдiруi.
2. *Көрнекi ойлау* – мәселенi шешу нақты бейнелi түрде көрiнуiнде жүзеге асатын ойлау түрi.

5. Ойлау бағыттылығымен байланысты:

*1) Шынайы (немесе реалистiк) ойлау* – ақиқат шындыққа басым түрде бағытталған, логикалық заңдармен реттелетiн ойлаудың бiр түрi.

*2) Аутистiк ойлау* - адамның ниеттерiн жүзеге асырумен байланысты болатын ойлау түрi. Осыған ұқсас келетiн эгоцентрлiк ойлаудың ерекшелiгi - адамның басқа бiреудiң позициясында тұра алмауы.

6. Ойлау iс-әрекетiнiң өнiмiне байланысты:

1. *Продуктивтiк ойлау* - адамның ойлау iс-әрекетiнiң жаңа өнiмiн шығару.
2. *Репродуктивтiк ойлау* – ойлау iс-әрекетi барысында өмiрде бар бiлiмдердi пайдалану.

 7. Ойлаудың функцияларына байланысты:

1. *Творчестволық ойлау* – ақиқат дүниеге жаңалықты тудырумен, жаңа бiлiмдердi тауып, негiздеумен байланысты болатын ойлаудың түрi.
2. *Критикалық ойлау* - заттар мен құбылыстарды терең зерттеу негiзiнде, солар жөнiндегi көзқарастар мен пiкiрлердегi қайшылықтар мен кемшiлiктердi таба бiлумен байланысты болатын, ғылыми дәйектелген сындық пiкiрден тұратын ойлаудың бiр түрi.

8. Ерiктiк күштiң жұмсалуына байланысты:

*1) Ырықсыз ойлау* - түс көру бейнелерiн ырықсыз трансформациялау.

 *2) Ырықты ойлау* – проблемалық жағдаяттарды, ой есептерiн мақсатты түрде шешу.

§ 2. Ойлаудың негiзгi формалары

Ойлау ой операцияларымен қоса, ой формаларынан да тұрады. Ойдың бастапқы формасы болып ұғым есептеледi. *өғым* дегенiмiз - заттар мен құбылыстар туралы ой. өғымда заттардың жалпы және негiзгi қасиеттерi бейнеленедi. өғымдар жеке және жалпы болып бөлiнедi. Бала мектепке келгесiн ғылыми ұғымдарды меңгере бастайды, оның бiлiм, дағдыларының арта түсуi ғылым негiздерiн меңгеруге қолайлы жағдай туғызады. Сондықтан ұғымдарды меңгеруге адамның бiлiм ортасындағы түрлi ғылымдар негiздерiн игеру әсер етедi. Сол барысында адамның қоршаған дүние заттарының ұғымдары жөнiнде бiлiмдерi қалыптасады.

Шындықтағы заттардың қарапайым байланысы пiкiрлерден көрiнедi. *Пiкiр -* бұл бiр зат туралы мақұлдау не оны жоққа шығаруда көрiнетiн ойлаудың формасы. Мысалы: ңАстана - Қазақстанның астанасың шындыққа сай пiкiр.

Саналау мен түсiну ойлаудың негiзгi белгiсi болып табылады.

Адамның ойлау әрекетiнде шындықтағы заттар мен құбылыстардың негiзгi қасиеттерiн, ерекше белгiлерiн, мәнiн түсiне бiлудiң маңызы зор. Бiз айналамыздағы заттардың себеп-салдарлы байланыстарын, бiр-бiрiне тәуелдiлiгiнiң шығу тегi мен даму жолын түсiну арқылы ғана ажыратамыз. Түсiну шындықтағы заттар мен құбылыстармен танысудан, көрiп-бiлуден басталады. Өйткенi, қандай да бiр нәрсенi ұғыну үшiн оны эмпирикалық жолмен зерттеу қажет.

Түсiну сөз арқылы берiлетiндiктен, түрлiше формаларда тұжырымдалады. Түсiну қысқаша, жалпы, кең, деталдi және т.б. болып келуi мүмкiн.

Түсiнудiң екi түрi бар. Бiрiншiсi – тiкелей түсiну. Тiкелей түсiну - жанама түрдегi ой операцияларын керек етпейтiн, қабылдауға ұқсас процесс. Ал екiншi түрi – жанама түсiну. Жанама түсiну – түрлi фазалардан тұратын, ой операцияларын қажет ететiн, көмескi нәрсенi айқын етiп бейнелеуде бiрнеше ой қорытындыларын қажет ететiн процесс.

Жалпы, ойлау дегенiмiздiң өзi - мәселенi шешу, оның мәнiсiн түсiне бiлу деген сөз.

Ойлаудың ең күрделi және жоғарғы формаларының бiрi – ой қорытындылары. *Ой қорытындылары* дегенiмiз - бiрнеше пiкiрлерден жаңа пiкiрлер шығару тәсiлi. Қорытынды шығару үшiн оны белгiлi тәртiпке бiр-бiрiмен байланыстыруымыз қажет.

Ой қорытындысының негiзгi үш түрi бар:

1) дедукциялық, 2) индукциялық, 3) аналогиялық ой қорытындысы.

*Дедукция* дегенiмiз - жалпыдан жекеге қарай жүретiн ой қорытындысы. Мысалы: бiз тiрi организмдер оттегi жоқ жерде тiршiлiк ете алмайды, ал балық тiрi организмнiң бiрi десек, олай болса, балық оттегi жоқ жерде тiршiлiк ете алмайды деген қорытындыға келемiз.

*Индукция* - жекеден жалпыға қарай жасалатын ой қорытындысы. Гүлдер сусыз өмiр сүре алмайды, ағаштар да сусыз өмiр сүре алмайды десек, осы айтылғандардан жалпылап, сусыз өсiмдiктер тiршiлiк ете алмайды деген қорытындыны жасаймыз.

*Аналогия* дегенiмiз - ұқсастық бойынша ой қорытындыларын жасау. Мәселен, И. Ньютон бүкiл әлемдiк тартылыс заңын тапқанда, аналогиялық ой қорытындысына сүйенген. Ол жер үстiндегi денелердiң қозғалуы, әсiресе құлауы мен аспан денелерiнiң қозғалуы арасындағы ұқсастықты түсiндiруде аналогияны келтiрдi. Аналогия ғылыми болжамдарды жасаудың маңызды алғышарты болып табылады.

§ 3. Ойлаудың психологиялық теориялары

1. *Ойлаудың ассоциативтiк теориялары.*

Құрылымдық психологияға сәйкес, жеке сезiмдiк елестер психологиялық тәжiрибенiң бастапқы элементтерi болып табылады. Осындай жеке сезiмдiк елестер арасында ерекше байланыстар немесе ұқсастық, контрасттылық, уақыт пен кеңiстiкте сәйкес келу сияқты ассоциациялар орнайды. Осылайша, ассоциативтiк психологияда ойлау сезiмдiк елестердiң ассоциациясы ретiнде түсiнiледi. Бұл бағыттағы психологтардың негiзгi қойған мiндетi – ойлаудың белгiлi логикалық формаларын ассоциация заңына сәйкес түсiндiру. өғымдардың қалыптасуы елестердi ассоцияциялау барысында жүзеге асады деп есептелiндi. Пiкiр ұғымдарды ассоцияциялау, ал ой қорытындысы пiкiрлердiң ассоцациялау нәтижесi ретiнде түсiндiрiлдi.

Осылайша, мәндi мен жалпының арасына теңдiк белгiсiн қою тұтас ассоцианизмге тән құбылыс болды. Бұл бағыттағы теорияларға келесi тұжырымдар ендi.

1. Г. Мюллердiң ңдиффуздық репродукцияларң теориясы. Берiлген тұжырымдамаға сәйкес, екi (немесе одан да көп) елестердiң үйлесiмi былайша қалыптасады: субъектте олардың әрқайсысы судағы шеңберлер тәрiздi басқа елестермен ассоциацияларының ағымын тудырады (ал бұлар өз тарапынан дәл солай жаңа ассоциацияларды тудырады).
2. Ойлау үйрену ретiнде. Бұл жерде талдаудың негiзгi элементтерi болып, қозғалыстық реакция және оларды үйлесiмге келтiру заңдылықтары бөлiнiп, шығады. Жаңа стимул-реакциялық байланыстар, яғни шартталу механизмдерi интеллектуалдық мiнез-құлыққа тән емес. Сондықтан, ойлау бұл жерде үйрену, интеллектуалдық практикалық мiндеттi шешу дағдысын қалыптастыру болып табылады.

Адамның психикалық өмiрiнң әмбебап заңдылықтары ассоциация принципiмен байланысты. Ассоциацияның негiзгi заңы: ассоциация жиi қайталанған сайын, дұрыс әрi берiк болады.

Ассоциациялардың төрт негiзгi түрi бар: ұқсастық бойынша, контраст бойынша, уақыттық немесе кеңiстiктiк iргелестiк бойынша, қатынас бойынша.

Ассоциациялардың заңдылықтары Д. Гартли, Дж. Пристли, Дж. С. Милль, А. Бэн, Т. Цигень және т.б. еңбектерiнде зерттелiндi. Бұл жерде ассоциация психикалықтың бiрлiгi және түсiндiрушi принципi ретiнде қарастырылды. Ассоцианистер ойлау белсендiлiгiн түсiндiре алмай, оларды априорлы, яғни ассоциацияларға тәуелсiз ақыл-ойдың туа бiткен қабiлетi деп бiлген. Бұларда рационалдық сезiмдiкке баланып, субъекттiң iс-әрекет белсендiлiгi талдаудан тыс қалды. Бейне-елестердiң ырықсыз iлесуi кез-келген ақыл-ой процесiнiң жүзеге асу типi ретiнде ұғынылды. Осылайша, ассоцианистердiң пайымдауынша, ойлау – ассоциацияларды жинау процесi.

Идеялардың репродукциясы (қайта өңделуi) сауалы ақыл-ой iс-әрекетiнiң ассоциативтiк теорияның негiзгi мәселелерiнiң бiрi болып табылғандықтан, оны жиi репродуктивтiк психология деп атаған.

Отандық психологияда ассоцианистiк тұрғы Ю.А. Самарин, П.А. Шеваревпен зерттелiндi. Ассоциациялардың ойлау механизмi ретiндегi мәнi А.Ф. Эсауловпен ерекше аталды.

*2. Вюрцбурлық мектеп.* Вюрцбурлық мектеп - сана психологиясын зерттеген бағыттардың бiрi. Бұл мектептiң негiзiн салушылар – О. Кюльпе және К. Бюлер, ал өкiлдерiне жататындар – Н. Ах, А. Марбе, О. Зельц және т.б.

Вюрцбурлық мектеппен зерттелiнген негiзгi мәселелер: а) ойлаушы субъекттiң белсендiлiгiн анықтайтын ұғымдарды шығару; ә) ерекше психологиялық ақиқат ретiндегi ойлаудың қасиеттерiн сипаттау және мазмұнын анықтау; б) ойлау процесiнiң психологиялық механизмдерiн түсiндiру.

Сәйкес әдiстеменi шығара отырып, Н. Ах ұғымдарды қалыптастырудың тәсiлдерiн таңдау процесi мен қолдану сипаты субъектпен шешiлетiн нақты мiндеттерге байланыстылығын атап өттi. Осылайша, вюрцбурлық мектептiң негiзгi қосқан үлесi – ңмiндетң ұғымын енгiзуi (В. Уайт). Вюрцбурлық мектеп өкiлдерi интроспекция әдiсiн өзгерттi. Субъекттiң өзiнiң iшкi ойлары, елестерi, күйзелiстерi жөнiндегi есебi белгiлi-бiр қойылған сұраққа жауапты iздеу, белгiлi-бiр мiндеттi шешу жолымен жүрдi. О. Кюльпе ңОйлау психологиясың еңбегiнде ойлау мен ерiктi зерттеуде интроспекциялық әдiстi қолданды. Зерттеген мәселелерi: ңэмпирикалық ойлауң деп аталатын және формалдық логика заңдарына сүйенетiн ңтаза ойлаудың ң нақтылы жүзеге асуын көрсететiн психикалық акттер мен күйлер. Н. Ахтың тағы бiр қосқан үлесi - ңдетерминациялық тенденцияларң тұжырымдамасын шығарып, негiздеуi. Басқаша айтқанда, бұл – себептендiру теориясы. Адамның бойындағы осындай детерминациялық тенденциялары адамды түртiп отыратын, санадан тыс процестерге жатады. Ойлау өзiнен-өзi пайда қалыптаспайды. Ол тiкелей сыртқы орта әсерiнен пайда болады.

Сезiмдiк елестер мен ойлаудың арақатынасын түсiндiруде бұлар мынадай пiкiрде болды. Өз-өздiгiнен сезiмдiк елестер мен олардың кез-келген үйлесiмi тiптi оңай логикалық есептi шешiп бере алмайды. Себебi, есептi шешу үшiн берiлген мiндеттiң сезiмдiк көрiнiсiнен тыс, одан еркiн болатын, есептiң (мiндеттiң) шарттары мен мен талаптары арасындағы қатынастарды ашу мен саналау маңызды болып табылады.

Вюрцбурлық мектеп өкiлдерi ойлаудың басқа психикалық процестерден өзiндiк ерекшелiктерiн көрсеттi: тұтастылығы, белсендiлiгi, бағыттылығы, бейнесiздiгi және т.б.

Вюрцбурлық мектептiң негiзгi идеялары О. Зельцтiң еңбектерiнде жалғасын тапты. Ол ойлауды интеллектуалдық операциялардың қызмет етуi ретiнде анықтады. О. Зельц өз алдына ойлау iс-әрекетiнiң қандай да бiр нәтижесiнiң жүзеге асуындағы интеллектуалдық iс-әрекеттiң әрбiр сатысының қызметiн анықтау мақсатын қойды. Қатынастарды саналау әрекетi ретiндегi ойлауды түсiндiру үшiн оның мiндеттi шешуде жүзеге асырылатын әрекет немесе операция ретiнде қарастыру керек.

О. Зельц мiндеттi шешу барысы мен тәсiлдерiн сипаттауда үш ұғымды енгiздi:

1. Арнайы реакция, яғни берiлген жәйтта қойылған мақсатқа сәйкес келетiн объективтi қажеттi жауап.
2. Операция – осындай жауапты анықтайтын амал.
3. Әдiс, яғни субъектпен мiндеттi шешу тәсiлi ретiнде саналанатын және пайдаланылатын операция.

О. Зельц репродуктивтiк және продуктивтiк ойлау түрлерiн эксперименттiк зерттеуде ойлау процестерiнiң ерекше ңпроблемалық комплексң түрiндегi шешiлетiн мiндеттiң құрылымымыен себептенетiнi жөнiнде тұжырымға келдi. Бұл ңПроблемалық комплекстiңң ерекшелiгi – онда аяқталмағандық элементiнiң болуы. Осы аяқталмаған элементтi толтыру берiлген мiндеттi шешу нәтижесiн анықтайды. Мұның өзi негiзiнен антиципация схемасын жүзеге асыру, яғни әлi табылмаған шешiмдi алдын ала болжау негiзiнде iске асады. Бұл кезде субъектпен мiндеттi шешуге қажеттi интеллектуалдық операциялар жаңғыртылып, есептiң шешiмi табылады (комплекстi толықтыру, абстракция және ұқсастықтарды қайта келтiру әдiстерi арқылы).

Осындай, проблемалық жәйттiң құрылымының тұтастылығын қалпына келтiру идеясы кейiн гештальтпсихология өкiлдерiнiң зерттеулерiнде, сондай-ақ басқа да, мысалы, творчестволық ойлау зерттеулерiнде басшылыққа алынды.

***3. Гештальтпсихологтар ойлау жайында.*** Гештальтпсихологияның өкiлдерi – Келер, Вертгеймер, Коффка, К. Левин. Гештальтпсихологтар ойлаудың құрылымын, творчестволық астарларын қарастырды. Iзбелiнген шешiмдi оған қажеттi құрылымды табу арқылы шешудi ойлау деп атаған. Гештальтпсихологтар ойлауды формалды-логикалық операциялардан ажыратылатын әрбiр проблемалық жәйттi ескеру арқылы соған қарай танымдық құрылымдарды қайта құру, жаңадан ңорталықтандыруң нәтижесiнде жүзеге асатын продууктивтi психикалық процесс ретiнде түсiндiрдi. Олар тұтас құрылым ретiндегi проблемалық жәйттiң барлық құрауыштарын, олардың арасындағы қатынастарды бiрден ұғынуды инсайт деп атады.

Коффка бойынша, ойлау дегенiмiз – вюрцбурлық мектептегiдей қатынастармен әрекет ету емес, ал көрнекi жәйттардың құрылымдарын түрлендiру. Проблемалық жәйт – бұл өзiнiң көрнекi мазмұны теңестiрiлмеген феноменалдық өрiс тәрiздi. Бұл өрiстегi кейбiр толтырылмаған орындар проблемалық жәйтта белгiлi-бiр кернеу тудырады. Осы кернеу тұрақсыз көрнекi жәйттi басқасына ауыстырады. Осылайша, мiндет бiздiң бастапқы жәйттi басқаша көруiмiздiң нәтижесiнде шешiледi. Осы пiкiрлерден, Коффканың ойлауды ассоцианистер сияқты, көрнекi мазмұнға теңестiргенiн байқаймыз.

1. ***Психоанализ: Ойлау мотивтелген процесс ретiнде.*** Адам мiнез-құлқының мотивтерi ең алғаш психоанализбен қойылып, зерттелiндi. З. Фрейд бойынша, негiзгi мотивтер санасыз сипатта болады және әр түрлi көрiнiс табады: түс көру, сөзден жаңылу, ұмыту, аурулар симптомдары.
* Түстер – бұл ырықсыз жүзеге асатын, бейнелiк ойлаудың бiр түрi.
* Еркiн ассоциациялар әдiсi. Ырықсыз бейнелiк ойлау, еркiн ассоциациялар санасыз мотивтердiң көрiнiс табатын маңызды аумақтарының бiрi.
* Сублимация санасыз энергияны әлеуметтiк құпталған тәсiлдерге ауыстыруда iске асатын творчестволық ойлау процесi.
* Мотивтi саналау адамның өзiндiк саналауын, iшкi ойлау типiн қажет етедi.

Аутистiк ойлау тұжырымдамасы Э. Блейлермен шығарылған. Аутизм адамның iшкi өмiрiнiң басымдылығымен, сыртқы өмiрден кетумен байланысты. Әдетте, түс көру, ырымшылдық, аңыздарға сену, шизофрениялық ойлау – аутистiк ойлаудың көрiнiстерi. Бұларда ойлар аффективтiк ұғымдарға бағынады.

1. ***Ойлаудың когнитивтiк психологиясы (У. Найссер).*** Бұл тұрғы танымдық процестердi жасанды моделдеу негiзiнде белгiлi-бiр мiндеттердi шешу тәсiлдерiн табу мақсатымен қарастырған. Адам ақпаратты тасымалдау және өңдеу каналы, компьютерлiк жүйелердiң аналогы ретiнде ұғынылады. Есептердi шешу механизмдерi және оған қажеттi жағдайлар (саналы елестер, әлеуметтiк тәжiрибе, тұлғаның мағыналық аумағы және т.б.) ерекше когнитивтiк құрылымдар болып есептелiнедi. Танымдық ретiндегi адамның кез-келген iс-әрекетiн талдау тек жаңа, айрықша ғылыми нәтижелерге әкелумен қатар, бұрыс тұжырымдарды да өмiрге келтiредi. Осылайша, когнитивтiк психология тұрғысынан ойлау адам бiлiмдерiн жүйелейтiн, өңдейтiн, құрылымдайтын, реттейтiн танымдық процесс болып табылады.

**§ 4. Ақыл-ой операцияларының негiзгi түрлерi**

Ойлау әрқашан анализ бен синтез процестерiнен басталады. Ойлау - түйсiк пен қабылдаудағы анализ бен синтездiң жаңа мазмұнға ие болған түрi. *Анализ* дегенiмiз ой арқылы түрлi заттар мен құбылыстардың мәндi жақтарын жеке бөлiктерге бөлу. *Синтезде* ой арқылы заттың, құбылыстың барлық элементтерi бiрiктiрiледi. Анализ бен синтез – бiрiмен-бiрi тығыз байланысты, бiрiнсiз бiрi болмайтын құбылыс. Бұл екеуi – бiрiнен бiрi ешқашан ажырамайтын ойлау процесiнiң негiзгi компоненттерiнiң бiрi.

Анализ бен синтездiң негiзiнде салыстыру деп аталатын ойлау операциясы пайда болады. *Салыстыруда* заттардың ұқсастық, айырмашылық қасиеттерi айқындалады.

Ойлау операциясының күрделi түрi – абстракция және жалпылау. Шындықтағы заттар мен құбылыстарды жалпылау арқылы елеулi қасиеттерiн басқа қасиеттерiнен ойша бөлiп алуды *абстракция* деп атайды.

Абстракцияның келесi түрлерi бар:

1. *Шеттетушi абстракция* – белгiлi бiр тұтастылықтан құбылысты бөлiп алу.
2. *Жалпылаушы абстракция* - құбылыстардың жалпыланған сипатын беру.
3. *Идеализация* – шынайы-эмпирикалық құбылыстарды идеалды схемаға алмастыру.

Жалпы ұғымдар – абстракциялау принципiнiң нәтижесi.

Абстракцияға қарама-қарсы процестi нақтылау деп атайды. *Нақтылау* – абстракциялық ұғымды соған сәйкес келетiн жеке ұғымдармен түсiндiру, яғни жеке заттар мен нәрселер туралы ой.

*Жалпылау* дегенiмiз – бiр тектi заттардың, құбылыстардың ортақ қасиеттерiн оймен бiрiктiру. Жалпылау үшiн заттардың ерекше маңызды белгiлерiн таба бiлу керек. Жалпылаудың негiзiнде жаңа ғылыми ұғымдар, заңдар мен теориялар шығарылады.

Жалпылау арқылы шындықтағы заттар мен құбылыстарды белгiлi-бiр принцип бойынша орналастыруды *жүйелеу* дейдi. Жүйелеудiң жоғары түрi топтастыру (классификация).

**§ 5. Ойлау қасиеттерi**

Кез-келген психикалық процес тәрiздi ойлаудың да өзiндiк параметрлерi - қасиеттерi болады. Осындай ойлаудағы жекедара ерекшелiктердi бiлдiретiн ойлаудың қасиеттерi сан-алуан болады. Солардың iшiнде негiзгiлерi мыналар:

*Ойдың сыңдылығы* – адамның өз және өзге адамның ойларын объективтi бағалай алу, барлық жасалатын қағидалар мен тұжырымдарды түпкiлiктi және жан-жақты тексере алу қабiлетi.

*Ойлаудың асығыстығы* – адам сауалды, мәселенi жан-жақты ойластырып алмай, оның бiр жағын бөлiп алып, асығыс шешiм қабылдауға тырысуы, белгiлi бiр дәрежеде ойластырылмаған жауаптар мен пiкiрлердi беруi.

*Ойлаудың тездiгi* – адамның жаңа жағдаятты тез түсiне алып, тез ойлау негiзiнде дұрыс шешiм қабылдай алуы.

*Ойлаудың дербестiгi* – адамның жаңа мiндеттердi, мәселелердi шығара алумен және басқа адамдардың көмегiнсiз өзi мәселенiң дұрыс шешiлу жолын табумен сипатталады.

*Ойлаудың икемдiлiгi* – ойлаудың оны шектейтiн жатталып қалған, таптаурын шешу тәсiлдерiнен тәуелсiздiк дәрежесiн бiлдiредi.

*Ойлаудың тереңдiгi* – күрделi сауалдардың мәнiне терең шоғырланып, зерттей алуы.

*Ойлаудың кеңдiгi* дегенiмiз – адамның зерттелетiн сауалдың маңызды жақтарын түсiрмей, тұтас қамтып, талдай алу қабiлетi.

**§ 6. Ойлаудың даму ерекшелiктерi**

Кез-келген басқа да психикалық процестер ретiнде ойлау да онтогенез барысында бiртiндеп, қарапайымдыдан күрделiге қарай жетiледi. Жаңа туған балада ешқандай ойлау болмайды. Ойлау баланың сыртқы ортамен белсендi қарым-қатынас жасауының нәтижесiнде, оның өмiр тәжiрибесiмен қосақталып, дамып отырады. Мәселен, бiр жасар бала әжесiнiң саусағындағы жараға жағылған йод ерiтiндiсiне көз салады. Он бес айлық бала өзi сүйрей алмаған жәшiктiң iшiндегi нәрселердi көрiп, бiртiндеп оларды азайта бастайды, сонаң соң оны жылжытатын болады.

Тiлдiң шығуы бала ойлауының дамуында елеулi кезең болып табылады. Мектепке барғанға дейiн бала ойлауы ұзақ даму жолынан өтедi. Ойлау бұл кезеңде нақтылы-бейнелi болып, әрекетпен тығыз байланысып жатады. Балалардың ойлауын дамытуда мектептегi оқу-тәрбие процесi шешушi рөл атқарады.

Ойлау саласындағы дара айырмашылықтарға келетiн болсақ, адам ойлауына тән жалпы заңдылықтар болғанымен, тұлғаның ойлау әрекетi жекедара ерекшелiктерге толы. Әрбiр адам бiрiнен-бiрi ойының кеңдiгi немесе тарлығы, орамдылығы, ұшқырлығы, дербестiлiгi, логикалық жүйелiлiгi, сыншылдығы және т.б. сапалармен ажыратылады.

Ой өрiсi кең адам еркiн ойлайды, мәселенi ескi әдетпен, үйреншiктi жолмен шешпейдi. Ақыл-парасаты кең адам мәселенi түрлiше әдiстермен шешедi, бұрын қате деп сыналып табылған әдiске жоламайды.

Кейбiр адамдар мәселенiң барлық жақтарын көре бiледi, оны тез шеше алады, ойы аса сергек және белсендi келедi. Мұндай адамдар орынсыз асып-саспайды, жағдаймен санасады. Осындай қасиеттi ойдың ұшқырлығы дейдi. Бұған қарама-қарсы қасиет – ойдың асығыстық түрi. Мұндай адам ой жұмысымен онша басын ауыртпай ауырдың үстiмен, жеңiлдiң астымен жүредi. Бұл адамдар енжар ойлыққа әдеттенген, дайын тұжырымға жармасқыш, жеңiл ойлауға, мәселенi үстiртiн шешуге бейiм келедi.

**Семинарға арналған сұрақтар:**

1. Ойлаудың дамуына байланысты отандық ғалымдардың көзқарастары.
2. Ойлау ерекшелiктерi мен түрлерiн анықтауға байланысты жүргiзiлген эксперименттiк зерттеулер мен әдiстемелер.
3. Ойлау және интеллект.
4. Ойлаудың басқа психикалық процестермен байланысы.

**Студенттердiң өзiндiк жұмысына арналған тапсырмалар:**

1. Ойлау дамуының кезеңдерi (Л.С. Выготский бойынша ұғымға дейiнгi және ұғымдық ойлау кезеңдерiне талдау жасау).
2. М. Коул, С. Скрибнердiң ңКультура и мышлениең еңбегi бойынша реферат жазу.
3. Ж. Пиаже теориясындағы бала интеллектiсiнiң даму кезеңдерiн талдау.
4. П.Я. Гальпериннiң ақыл-ой әрекетiнiң сатылап қалыптасу теориясы.
5. Әрбiр жас шамасындағы ойлаудың даму ерекшелiктерi (Р.С. Немовтың 2-томы бойынша реферат жазу).

**СӨЖ-ге арналған әдебиеттер тiзiмi:**

1. Выготский Л.С., Сахаров Л.С. Исследование образования понятий: Методика двойной стимуляции // Хрестоматия по общей психологии: Психология мышления. – М., 1981
2. Коул М., Скрибнер С. Культура и мышление. М., 1977.
3. Обухова Л.Ф. Детская психология: теория, факты, проблемы. М., 1995
4. Гальперин П.Я. Формирование умственных действий // Хрестоматия по общей психологии: Психология мышления. – М., 1981
5. Немов Р.С. Психология: Учебн. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Кн. 2.

**Әдебиеттер тiзiмi:**

1. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2004. – 583 с.
2. Немов Р.С. Психология: Учебн. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Кн. 1: Общие основы психологии. – С. 268-311.
3. Хрестоматия по психологии мышления. М.: МГУ, 1981.
4. Петухов В.В. Психология мышления. М., 1975.
5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб., 2000.
6. Тихомиров О.К. Психология мышления. М., 1984.
7. Хрестоматия по истории психологии / Под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. М., 1976.

**Ұсынылған әдебиеттер:**

 1. А.Г. Маклаков,Общая психология. - СПб: Питер, 2015. -- 592 с. - Серия «Учебник нового века».

2. И. В. Дубровина, Психология: Учебник для студ. сред. пед. учеб, заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан; Под ред. И. В. Дубровиной. - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 464 с.

3. Р. Аткинсон, Человеческая память и процесс обучения / Пер. с англ. под общей ред. Ю. М. Забродина, Б. Ф. Ломоца. - М.: Прогресс, 2017. - 528 с.

4. Г.А. Кураев, Е.Н.Пожарская, Психология человека: Лекция 10 - Мышление. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2012. - 232 с.

5. О.Я. Гойхман, Т.М. Надеина, Речевая коммуникация. М.:ИНФРА-М, 2013. - 272 с.

**Тақырып 2**. Ес, ойлау және сөйлеу психологиясы зерттеу әдістері

 *Ес*

 **Естiң жалпы сипаттамасы мен анықтамасы.** Ес психикалық процесс ретiнде. Естiң негiзгi механизмдерi:есте сақтау,тану және қайта жаңғырту. Ес процестерiнiң зерттелу тарихы. Ассоциациациялар туралы түсiнiк. Аристотель еңбектерi. Ассоциациалардың пайда болуының заңдылықтарын эксперименталды зерттеулер. Г.Эббингауз:ассоциациациялар үшiн оқиғалардың маңыздылығы, шет эффектсi, ұмыту заңы. Гештальтпсихологиядағы ес мәселесi. Квазиқажеттiлiк. Бихевиоризм мен психоанализ өкiлдерiнiң зерттеулерiндегi ес мәселесi. А.Бине мен К.Бюлердiң мағыналық теориясы. П.Жане мен Л.Выготский зерттеулерiндегi естiң жоғарғы формаларының қалыптасу мәселесi.

 **Естiң негiзгi түрлерi.** Естiң жеке түрлерiнiң классификациясы:психикалық белсендiлiгi, iс-әрекет мақсаты бойынша,материалдың бекiп,сақталу ұзақтығына байланысты. Эмоциялық ес. Бейнелiк ес. Сөз-логикалық ес. Ырықты және ырықсыз ес. Қысқа уақыттық, ұзақ уақыттық және операциялық ес.

 **Естiң механизмдерi мен негiзгi процестерi.** Есте сақтаудың негiзгi түрлерi: ырықты және ырықсыз. Жаттау. Мнемикалық iс-iрекет туралы түсiнiк.Мағыналанған және механикалық есте сақтау. Қайталау әдiсi. Қайта жаңғырту бейне жасау процесi ретiнде.Тану және оның қайта жаңғыртудан айырмашылығы.

**§ 1. Естiң жалпы сипаттамасы мен анықтамасы**

 Адам психикасының жоғары деңгейде дамығандығының арқасында көптеген нәрселердi орындай,жасай алады. Бiздiң қоршаған ортадан алған әсерлерiмiз есiмiзде белгiлi iз қалдырады. Ол iздер жеткiлiктi ұзақ уақытқа сақталады және қажет жағдайда қайта жаңғырады. Сонымен, бұрын қабылданған түрлi әсерлердi, бейнелердi, көңiл-күйлердi, әрекеттердi және бiлiмдердi есте қалдыру, есте сақтауды, қажет кезiнде қайта жаңғыртуды немесе ұмытуды ес деп айтамыз.

Адам естiң арқасында бұрынғы бiлiмдерi мен бiлiктерiн жоғалтпай ақпаратты жинақтай алады. Осылайша, ес бiр-бiрiмен байланысты жеке процестерден тұратын күрделi психикалық процесс. Ес адамға қажет, ол жеке өмiр тәжiрибесiн жинақтап, сақтап оны пайдалануға мүмкiндiк бередi.Оны түрлi зерттеулерден бiлуге болады. Мысалы, гипнозға еңген адам есiне барлығын түсiре алады (феноменалды ес). Бұл феноменнiң себебiн ес зерттеушiлерi В.С.Ротенберг және Дж.Грезельер гипнозда бейнелеу есi басым болуының себебi мидың үлкен шарларының оң жартысының бақылаудан босатылуымен деп түсiндiредi. Канадалық нейрохирург Уайлдер Пенфилд миға операция жасаған кезiнде тоқпен мидың түрлi орталықтарын қоздырған. Сол кезде, арнайы аппарат арқылы, пациент наркозда болса да, бұрын естiген және ұмытылып кеткен әңгiмелер мен әндердi жаңғырта алғанын анықтаған. Сонымен, адамның есте сақтау қабiлетi өте мол. Адам есiнiң көлемi – 10 миллионнан астам белгiлердi сақтай алады, бiрақ қайта жаңғыртудың әр түрлi қиыншылықтарынан және бұл көлемнiң бәрiн саналы кезiнде қолдана бермегендiктен, көп нәрсенi еске түсiре алмаймыз.

 Барлық психикалық құбылыстар еске сүйенедi және ес негiзiнде жүзеге асады. Орыс физиологi И.М.Сеченов айтканындай: ''Ес барлық психикалық дамудың негiзiнде жатады''. Егер сезiмдерiмiз, ойларымыз немесе әрекеттерiмiз сақталынбаса, олардың байланысуы мен әрекеттесүi мүмкiн болмас едi.

 С.Л.Рубинштейн айтқандай: ''Бiз еске ие болмасақ бiр сәттiк тiршiлiк иесi болар едiк. Бiздiң өткен өмiрiмiз болашағымыз үшiн жоқ болар едi''.

 Естiң жүйке жүйелiк жағынан физиологиялық негiздерi, ол ми үлкен жарты шарлар қыртысымен күрделi әрекетпен байланысты болады. Сыртқы тiтiркендiргiштер мида өзiндiк ''iздер'' қалдырып отырады. Бұны ашқан И.П.Павлов болды, ол естiң негiздерiн шартты рефлекстермен түсiндiрген. Мысалы,итке тамақ беру алдында шартты қоздырғыш ретiнде жарықпен әсер етудi қолдансақ,осындай бiрнеше қайталанудан иттiң аузынан сiлекей аға бастайды, яғни шартты рефлекс қалыптасады. Осы жағдайда иттiң миында екi жүйке орталығы, бiрi - көру, екiншiсi – тамақ орталығы қозу жағдайында болып, бұл екеуiнiң арасында уақытша жүйке бекiп, бiр қалыпқа түсүi мүмкiн. Бұл механизм адамдада мидағы жүйке байланыстары арқылы қалыптасып отырады. Егер адамның желкесiне зақым келетiн болса, ол бұрын қөрген нәрсенi тани алмайды. Егер самайына зақым келсе – адам естiгенiн екiншi рет естiгенде түсiне алмайды. Осылай естiң миының үлкен жарты шарлары қыртысының әрекетiмен байланысты екендiгiн бiлуге болады.

 Ес барлық тiршiлiк иелерiнде болады, бiрақ ес адамда ғана жоғары даму деңгейiне жеткен. Адамда кездесетiн мнемикалық мүмкiндiктер жер бетiндегi ешқандай жануарда кездеспейдi. Адамға дейiнгi жануарларда екi түрлi ес болады: генетикалық және механикалық ес. Алғашқысында, өмiр сүруге қажеттi биологиялық, психологиялық және мiнез-құлықтық қасиеттердi ұрпақтан-ұрпаққа генетикалық жолмен берiледi. Екiншiсi, үйренуге, өмiр тәжiрибесiн игеруге қабiлеттiлiк формасында көрiнедi. Жануарлардың есте сақтау қабiлеттерi шектеулi.Олар шартты-рефлекторлық, оперативтi үйрену әдiстерi арқылы меңгерiлген нәрселердi ғана есте сақтап, қайта жаңғырта алады.

**§ 2. Естiң психологиялық теориялары**

 Ес туралы көптеген теориялар бар. Олар ес құбылысын әр түрлi жағынан қарастырған әрi түсiндiрген. Солардың iшiнде алғашқы рет Аристотель үсынған, бiрақ өзiнiң көкейтестiлiгiн осы күнге дейiн әлi де жоғалтпаған **ассоциациялық теория**. Аристотель бiздiң елестерiмiздiң бiр-бiрiмен байланысуына мүмкiндiк беретiн принциптердi табуға тырысқан. Артынан психологияда ассоциация принципi деп аталған бұл принциптер мыналар:

**1. Iргелес ассоциациялар**. Қабылдау бейнелерi немесе қандай да бiр елестер бұрын солармен бiрге немесе олардан соң бастан кешiрген елестердi туғызады. Мысалы, ''таң ату'' дегенде қораздың дауысын, ''қоңырау'' дегенде сабақтың басталуын немесе аяқталуын есiмiзге аламыз.

 **2. өқсастық ассоциациялары.** Қабылдау бейнелерi немесе белгiлi бiр елестер бiздiң санамызда осыларға қандай да бiр белгiлерi бойынша ұқсас елестердi шақырады. Бұларға мысалды келтiретiн болсақ,

 ''дөңгелек'' десек шарды және допты, ''асқар'' десек тауды, ''ақ'' дегенде ақ қарды немесе сүттi еске түсiремiз. Мысалы бiз қандай да бiр затты көрсек ол бiр адамды немесе құбылысты еске түсiруi мүмкiн.

 **3. Контрастық ассоциациялары.** Қабылдау бейнелерi немесе белгiлi елестер бiздiң санамызда бiр белгiсi бойынша қарама-қарсы елестер туғызады.Мысалы, ''ыстық'' дегенде суықты, ''су'' дегенде отты еске түсiремiз. Осы ассоциациялық байланыстарды жарнама жасаушылар әр кезде қолданып жатады. Мысалы, ''тазалықты'' бiлдiргiлерi келгенде суды, ақ немесе көк тустердi және жуынғанды көрсетедi.

Осылардың әсерiнен ми қабығында есте сақтау мен қайта жаңғыртудың физиологиялық негiзi болып саналатын уақытша байланыстар пайда болады.

 Ассоциация принципiнiң нағыз ғылыми негiздемесi мен олардың заңдылықтарын ашқан И.М.Сеченов пен И.П.Павлов болды. Павлов бойынша асаоциациялар дегенiмiз бiр немесе бiрнеше тiтiркендiргiштердiң бiр уақытта немесе бiрiнiң артынан бiрi әрекет етуiнен пайда болатын уақытша байланыс. Қазiргi кезде көптеген зерттеулер ассоциацияларды естiң негiзгi емес, бiр ғана феноменi деп қарастырады.

 Ес зерттеулерi психология ғылымындағы эксперименттiк әдiс қолданылған алғашқы бөлiмдерiнiң бiрi болды.  ғасырдың 80 жылдары немiс психологы Г.Эббингауз ойлау iс-әрекетiнен тәуелсiз “таза” естiң заңдарын зерттеуге болатын әдiстi ұсынды.Ол мағынасыз буындарды жаттау әдiсi едi. Ол өз зерттеулерiнiң негiзiнде материалды есте сақтаудың негiзгi қисықтарын тапты және ассоциациалардың пайда болу механизмдерiнiң кейбiр ерекшелiктерiн ашты. Мысалы, ұзақ қатарды еске сақтаған кезде соңында тұрған материал тез еске түсетiнiн тапты (“шеткi эффектсi”). Г.Эббингауздың маңызды жетiстiктерiнiң бiрi ұмытудың заңдылықтарын ашу болды. Бұл заңдылық мағынасыз үш әрiптен тұратын буынды есте қалдыру тәжiрибесi негiзiнде ашылды. Алғашқы 1 сағаттан соң алынған ақпараттың 60 ұмытылады, ал алты күннен кейiн бастапқыда да жатталған буындардың 20-дан аз бөлiгi ғана есте сақталады екен.

 Г.Эббингаузбен қатар басқа да ғалымдар зерттеулер жүргiздi.Атап айтқанда, немiс психиатры Э.Крепелин психикалық ауру адамдарда есте сақтау қалай жүретiнiн зерттеген. Келесi немiстiң белгiлi ғалымы  Г.Э.Мюллер адамдағы естiң қайта жаңғыруы мен есте қалудың негiзгi заңдылықтарына фундаменталды зерттеулер жүргiздi. Адамдағы ес процестерiн зерттеудiң алғашқы кезеңiнде арнайы саналы мнемикалық iс-әрекеттi зерттеуге (материалды арнайы жаттап, қайта жаңғырту процесi) бағытталды, кейiнiрек iздердiң өз бетiнше есте қалу механизмдерiне талдау жасалынды.

 ғасырдың аяғында ассоциациалық теорияның орнына гештальттеория келдi. Бұл теорияның негiзгi түсiнiгi заттар немесе құбылыстардың ассоциациясы емес, олардың бастапқы, тұтастай ұйымдасуы - гештальт болды. Бұл теорияны жақтаушылардың пiкiрiнше ес процестерi гештальт қалыптасуымен анықталады. “Гештальт” сөзi “тұтастық“,“құрылым”,“жүйе” деген мағынаны бередi. Бұл терминдi XX ғасырдың алғашқы ширегiнде Германияда пайда болған бағыттың өкiлдерi ұсынған. Бұл бағыттың негiзгi постулаты тұтастың жүйелi ұйымдасуы ол құралған бөлшектердiң қасиеттерi мен қызметiн анықтайды. Сондықтан бұл теорияның өкiлдерi естi зерттегенде есте сақтау және қайта жаңғыру материалы ассоциациалардың негiзiнде элементтердiң кездейсоқ жиналуы арқылы емес, тұтастай құрылым түрiнде болады дейдi.

Гештальтпсихология тұрғысынан есте сақтау мен қайта жаңғыртудың динамикасы былай жүредi. Адам үшiн сол мезетте өзектi болатын кейбiр күйлер есте сақтау мен қайта жаңғыртуға белгiлi нұсқаулар туғызады. Сәйкес нұсқау адам санасында белгiлi тұтастық құрылымдарды белсендiредi. Өз кезегiнде, олардың негiзiнде материал есте сақталады немесе қайта жаңғырады. Бұл нұсқау есте сақтау мен қайта жаңғырудың жүру жолын бақылайды, қажет ақпаратты таңдауды анықтайды.

 Гештальтпсихология негiзiнде жүргiзiлген кейбiр зерттеулерден көптеген қызықты фактлер алынған. Осылай Б.В.Зейгарниктiң зерттеулерiнде сыналушыларға бiреуiн соңына дейiн орындауға рұқсат беретiн, екiншiсiн соңына дейiн аяқтамай бiтiретiн тапсырмалар сериясын ұсынған. Нәтижесiнде сыналушылар аяқталмаған тапсырмаларды соңына дейiн жеткiзген тапсырмаларға қарағанда екi есе жиi есiне түсiре алған. Бұл құбылысты былай түсiндiруге болады. Тапсырманы алғанда сыналушыларда оны орындауға деген қажеттiлiк пайда болады. К.Левин квазиқажеттiлiк деп атаған бұл қажеттiлiк тапсырманы орындау барысында күшейедi. Тапсырма орындалса ол жүзеге асады, ал тапсырма соңына дейiн жетпесе ол қанағаттанбайды. Сәйкесiнше мотивация есте аяқталмаған тапсырманың iзiн сақтап, естiң таңдамалығына әсер етедi.

 ғасырдың басында естiң **мағыналық теориясы** пайда болды. Бұл теорияның өкiлдерi сәйкес процестердiң жұмысы мағыналық байланыстардың бар немесе жоқ болуына тәуелдi деп пайымдады. Мағыналық байланыстар есте сақталған материалды азды-көптi көлемдi мағыналық құрылымдарға бiрiктiредi. Бұл бағыттың көрнектi өкiлдерi А.Бине мен К.Бюлер болды. Олар есте сақтауда, қайта жаңғыртуда материалдың мағыналық мазмұны басты орын алатынын көрсеткен.

Алғаш балалардың есiнiң жоғары формаларын жүйелi түрде зерттеген көрнектi кеңес психологы Л.С.Выготский болды. Ол өзiнiң шәкiрттерiмен бiрге естiң жоғары формалары шығу тегi жағынан әлеуметтiк және психикалық әрекеттiң күрделi формасы екендiгiн көрсеттi. Выготский ұсынған жоғары психикалық функциялардың шығу тегi туралы теорияның шеңберiнде естiң фило- және онтогенетикалық даму сатылары анықталды.

 Выготскийдiң жұмыстары француз ғалымы П.Жаненiң зерттеулерiне ықпал еттi. Француздардың психологиялық мектебi барлық ес процестерiнiң әлеуметтiк келiсiлгендiгiн, адамның практикалық iс-әрекетiне тiкелей байланыстылығын дәлелдедi.

 Кеңес психологтары ерiктi мнемикалық iс-әрекеттiң күрделi формаларын зерттеудi жалғастырды. Онда ес процестерi ойлау процесiмен байланыстырылды. Осылайша, А.А.Смирнов пенП.И.Зинченконың iс-әрекеттiң психологиялық теориясы позициясынан жүргiзiлген зертеулерi естiң заңдылықтарын мағыналанған адам iс-әрекетi ретiнде ашуға жол бердi, есте сақтаудың қойылған тапсырмаға тәуелдiлiгiн және күрделi материалды есте сақтаудың негiзгi тәсiлдерiн тапты. Мысалы, Смирнов ойларға қарағанда әрекеттер жақсы есте сақталатындығын, ол әрекеттердң iшiнде қиындықтарды жеңумен байланыстылары ұзақ есте сақталатындығын тапты*.*

*Естiң***физиологиялық теориясын**жасағанИ.П.Павлов және П.К.Анохин зерттеулерi бойынша жүйкелiк импульстар нейрон арқылы өткенде, өзiнiң iзiн қалдырады – бұны нейрондық модель теориясы деп те атайды. Жүйке клеткаларынан таралатын аксондар басқа клеткалардағы дендриттермен жанасады немесе өзiнiң клетка денесiне қайта оралады.Жүйке клеткаларында осындай құрылымдарға сәйкес байланыс пайда болады. Сөйтiп, клеткалардың өз-өзiнен жанауы iске асады. Мұндай құбылыстар жүйесiн iздердiң сақталып қалудың физиологиялық субстраты деп есептейдi.

Естi нерв клеткаларының iшiндегi биохимиялық реакциялармен түсiндiретiн ХХ ғасырда терең зерттелiне басталған ***биохимиялық*** ***теория.*** Еске сақтау екi сатылы сипатта болады деген жорамал бар. Сонда алғашқы сатыда тiтiргендiргiштер тiкелей әсер еткеннен кейiн мида электрохимиялық қысқа реакциялар пайда болады. Олар нейронда физиологиялық өзгерiстерге әкеледi. Екiншi сатыда, бiрiншi реакциядан кейiн жаңа белоктiк заттар (протейiндер) пайда болады. Бiрiншi сатыдағы реакция секунттар мен минуттарға созылады содан оны қысқа мерзiмдi естiң физиологиялық механизiмi деп есептейдi. Ал екiншi кезеңдегi клеткада болатын химиялық өзгерiстердi ұзақ мерзiмдi естiң механизiмi деп есептейдi. Бұны атжалманндарға өткiзiлген эсперименттерде тексерген және адамдардан байқаған. Мысалы, егер адамға бiр әсерден кейiн мидағы электрохимиялық iзi биохимиялық өзгерiстерге айналмай түрғанда (10 секунттың iшiнде) бұл әрекет үзiлсе (мысалы, есiнен танып қалғанда, эпилепсия жағдайында), онда соңғы әсердi адам есiне түсiре алмайды.

Естiң зерттеулерiнiң iшiнде кибернетикалық модельдеу де бар. Бұл арқылы естiң ***биокибернетикалық теориясы*** пайда болады. Әр түрлi ЭВМнiң (электро-есеп машина) iшiндегi мәлiметтердi сақтау және солармен жұмыс iстеудi ойластырған кезiнде, адам есiнiң механизмдерiне сүенген. Сонда бұл теория бойынша адамның миының әрекеттерi бағдарламалардан (алгоритмдердiң жиынтығынан) түрады деген. Сөйтiп адам миын, сонымен бiрге естi де, кибернетикалық модельдеу арқылы зерттейдi. Бұл бағытта копьютерлердiң электронды есте сақтауларын, қайта жаңғыртуын қарастырады. Адамның есте сақтау қабылетi ЭВМнiң есiнен әлде қайда асып кетедi, бiрақ адам бұл қабылетiн саналы түрде қолдана бермейдi. Сөйтiп, ЭВМнiң адамға толық ұқсас болуы мұңкiн ба деп сұрағанда, жасанды интеллектiсi бар машиналар, мұңкiн сол деңгейге жетер, дейдi. Естi психологиялық зерттеудiң табыстарына қарамастан iздердiң есте қалуының физиологиялық механизмдерi мен естiң табиғаты толығымен зерттелмеген.

§ 3. Естiң негiзгi түрлерi

 Естiң түрлерiн жiктеуiнде белсендiлiкке, мақсаттың бар немесе жоқ болуына, негiзгi психикалық әрекеттiң сипатына, есте сақтау мерзiмiне орай келесi түрлерi болады.

1. ***Ерiктi*** және ***ерiксiз*** ес түрлерi. Сонда, белгiлi мақсат қоймай-ақ, арнайы есте қалдырмай-ақ есте сақтауды мен жаңғыртуды**, ерiксiз ес** деп атайды. Ерiксiз ес көбiнесе балаларда балалық шағында кездеседi бiрақ өсе жоғалып кетпейдi. Мысалы, жаңадан әсер еткен, қызықтырған бейнелер, адам арнайы мақсат қоймасада, ерiксiз есте қалып отырады.

 Мақсат қойып, арнайы әрекеттердi қолданып жатып есте сақтағанды *ерiктi ес* деп атайды. Адамға қажеттi деп тапқан нәрселердi еске сақтау үшiн арнайы амалдарды қолданады, ерiктi есте қалдырғанды жиi қажет етедi. Осы арнайы амалдарды мнемиқалық әрекеттер дейдi. Осыған орай, есте сақтаудың сапалылығы, нәтежиелiгi келесi факторлардан тәуелдi болады. Мысалы, алдына мақсатты қалай қоюлығынан. Егер адам әр кезде керек болатын мәлiметтi жақсылап есте сақтағысы келсе, онда бұл мәлiмет жақсы сақталады. Керiсiнше, мәлiметтi онша керектi есмес деп санаса, ол жаман сақталады.

 Арнайы амалдарды қолданып есте сақтауыда, келесi ес түрлерi болады:

 ***Механикалық ес***. Мұндай есте қалдыру ешбiр өзгерiссiз, дәлме-дәл қайталауды коздейдi. Мысалы, түрлi ережелердi жаттау барысында механикалық сақтауды қолданады. Бұған көп күш кетедi және сапасы төмен болады.

 ***Логиқалық ес.*** Бұл есте сақтау амалында логикалық түсiнұ, жүйелеу, негiзгi логикалық компоненттердi бөлiп шығару, солардың араларында мәндiк байланыстарды табу жасалынады. Сонда есте сақтаудың нәтежиелiгi, механикалық еске сақтаудан, 20 есе өседi екен.

 Бiздегi ой, ұғым, пiкiр ой қорытындылары сияқты түрлi формалар арқылы iз қалдыруын ***сөздiк-мағыналық*** ес деп атайды, ойiткенi ойдың қандай формасы болмасы да тiлмен, сөзбен байланысты болады.

 ***Бейнелi-көрнекiлiк ес.*** Мәлiметтердi бейнелерге, схемаларға, графиктерге, сүреттерге айландыру. Бейнелеу естiң бiрнеше түрлерiн ажыратуға болады: көру, естү, дәм, сипау, иiс естерi болып бөлiнедi (түйсiктердiң түрлерi сияқты). Бейнелi ес, әсiресе көркемөнер кәсiбiмен шұғылданатын адамдарда өте жақсы дамыған. Мысалы Рафаэль өзiнiң сүреттерiн салғанда көз алдында оның бейнесiн көрiп тұрады екен. Осы бейнелеу естiң түрлерiн ***эйдетикалық ес*** (''эйдос'' грек сөзi - бейне) дейдi. Мұндай адамдарда әсерлер мен бейнелер көз алдында нақты елестетiп, олардың жеке қасиеттерi мен бөлшектерi айқын ажырата алады. Осы ес түрiнде адам бәрiнде өте жақсы есiне сақтай алады. Бұны тағы феноменалды ес дейдi. Әйгiлi композиторларда В.Моцартта, С.В.Рахманиновта, сүретшiлерде – Н.Ге, Г.Доре, Дж.Рейнолдста, колбасшыларда- Юлий Цезарда, Александы Македонскийда, Наполеон Бонапарртта осы ес түрi болған.

 Ал соқыр, саңырау адамдарды алатын болсақ, бұларда жоқ сезiмдердiң есесiне сипау, иiс, дәм естерi өте жақсы дамиды, басқа естердiң кемiстiктерiн толықтырады.

 Бейнелi-көрнекiлiк естiң сонымен бiрге қимыл-қозғалыс, эмоциялық-сезiмдiк түрлерi болады. *Қимыл-қозғалыс есi* дегенiмiз ***–*** ойын, спорт, еңбек, оқу әрекеттерiне байланысты әр түрлi қимыл-қозғалыстар мен әрекеттердi есте қалдырып, оларды қайта жаңғыртып отыру. Естiң бұл түрi қозғалыс дағдыларын қалыптастырудың негiзi болып табылады. Мысалы, әрiптердi, сөйлемдердi жазу, суда шомылу, машинаны айдау. Калыптасқан дағдылар өмiр бойы есте сақталып келедi.

 *Эмоциялық-сезiмдiк ес* дегенiмiз бастан кешiрген түрлi сезiмдер мен эмоциялық күйлерiн есте қалдырып отыруы және қайта жаңғыртуы. Бұл естiң түрi, басқалармен салыстырғанды, әлде қайда күштi болады. Адам есiне ең жақсы сақталатыны ол бакстан кешiрген ең құанышты немесе өте қайғылы оқиғалары болады, өйiткенi сол кездегi сезiмдер мен күйлер өте қатты есте қалады. Бұл ес түрiнiң кәсiптiк жағынан театр немесе кино актерлардың жұмысына маңызы өте зор.

 Есте сақтау, мерзiмiне қатысты: қысқа мерзiмдi, ұзақ мерзiмдi (түпкiлiктi ес) және оперативтi ес деп бөледi. Әсер еткен әр түрлi тiтiркендiргiштердiң немесе мәлiметтердiң бейнесi адамда алдыменен тұрақсыз, құбылмалы болып тұрады (көз алдында тұрғандай, құлағында әлi естiлiп тұрғандай, оқиға бiтседе ойымызда жалғасып жататындай). Еске қалдыру үшiн ең алдыменен бұл мағлуматтар жинақталынып алынуы керек. Оған бiр шама уақыт кетедi. Бұл уахытты iздердiң консолидациясы дейдi. Есте сақтаудың ерекше бұл түрiн ***қысқа мерзiмдi ес*** дейдi. Өмiрде уақытша ғана есте сақталатын әсерлер туралы ''алғашқы ес'' немесе ''шапшаң қөрiнiс'' деп те айтады. Көбiнесе бiр әрекетте ғана керектi болатын мағлүматты қысқа мерзiмде сақталуды ***оперативтi ес*** деп айтады. Мысалы, есеп шығарғанда ойда бiр сандарды үстау. Бұл сақталған нәрсе керектi болып саналатын болса, онда ұзақ мерзiмге есте қалады немесе мұлде ұмытылады. Оперативтi естiң көлемi 7-,+ 2 белгi болады.

 Ал қабылданған бейнелердi, құбылыстарды, тиiстi мағлуматтарды ерiксiз немесе арнайы амалдар арқылы ұзақ уақыт бойы есте сақтауды ***ұзақ мерзiмдi*** немесе ***түпкiлiктi ес*** дейдi. Бұл ес түрiнде адамның ең маңызды деп бағаланған (өзiнiң өмiрiне, кәсiбiне қатысты) нәрселер сақталынады. Мысалы, ''өзiнiң аты жөнi'', ''мектеп аяқтау күнi'', ''жақындарының тұған күндерi''. Бiрақ, ұзақ мерзiмдi есте саналы түрiнде жаңғыртылатын, маңыздылығын жоғалтқан, қосымша және керектi мәлiметтердiң де бiр процентi ұмытылып отырады.

**§ 4. Естiң негiзгi процестерi мен механизмдерi**

 Естiң негiзгi процестерi: есте қалдыру, есте сақтау, қайта жаңғырту, тану және ұмыту. **Есте қалдыру** дегенiмiз - жаңадан қабылданған бейнелер мен мәлiметтердi және олардың мәнiн есте бұрыңғы сақталғандармен байланыстырып отыруды айтамыз. Жаңа бiлiмдердi алуда және iс-әрекеттердiң жаңа түрлерiне ие болуда ол орын алады. Бiрақ есте қалдыруда әр нәрсе сақтала бермейдi. Бiр экспериментте адамдарға карточкалар берiлдi. Ол жерде сүреттер мен сандар болған. Бiрiншi зерттелiнүшiлiрге сол сүреттерде заттарды танысын деп тапсырма бердi, ал екiншiлерге сандарға қарап карточкаларды реттерiмен қойсын деген. Тапсырма бiткеннен кейi, карточкадағыны есiңiзге түсiрiңiзшi дегенде, бiрiншiлер тек сүреттердi, екiншiлер сандарды ғана түсiрiптi. Осыған орай, еске қалдыру әрекеттердiң мақсаттарыменен, мотивтерiменен және тәсiлдерменен айқындалынып отырады. Бұл есте қалдырудың *таңдамалығын* көрсетедi. Өйткенi адам бастан көшiргеннен және болмыстан өмiр мен тiршiлiкке қажеттi әсерлердi, бiлiмдердi және мәлiметтердi жадысына қалдыруды мақсаттайды. Арнайы есте үшiн мынадай шарттар қажет:

* Арнайы мақсат қою, оны меңгеруге ұмтылу;
* Есте қалдырудың қоғамдық, эксперименталдық мәнiнiң адам қажетiне байланысты болуы;
* Есте қалдыруды жоспарлап, iшiндегi ой түiндiлердiң мәнiн ашу, бiрiн бiрiмен байланыстыру;
* Мән-мағыналарды түсiну үшiн ойлау құбылысы мен ұштастыру;
* Қабылдаған нәрселердi өз сөзiмен құрастыру және өз ұғымдарыменен байланыстыру;
* Сапалы түрде қайталау. Мысалы, керектi мәлiметтi жаттағаннан кейiн, сақтау үшiн 40 минуттан кейiн тағы қайталау керек. Өйiткенi бiр сағаттан кейiн есте оқылған мәлiметтiң 50% ғана қалады екен. Содан, бiрiншi күнi 2-3 рет, екiншi күнi 1-2 рет, 3-7 күннен кейiн бiр рет қайталаса, бiрiншi күнi 100 рет қайталағаннан да артық болады екен.

Мұндай талаптарды орындау адамның есте сақтауын дамытып отыруына ықпалын көрсетедi. Психологияда естi дамытуға арналған жаттау тәсiлдерiн – *мнемоника* немесе *мнемотехникалар* деп атайды. Солардың кейбiреулерi тақырыптың соңында берiледi.

Есте сақтаудың ерекшелiктерi болады. Психологтардың зерттеулерi бойынша мәлiметтiң басындағысы мен аяқталғандағысы есте жақсы сақталады екен. Сол үшiн маңызды және керектi нәрселердi жақсы есте қалдыру үшiн, мысалы, баяндаманың басына немесе соңына қою керек.

 өзақ мерзiмдi есте сақталған мәлiметтердi қайта санаға келтiрудi **қайта жаңғырту** дейдi. Ол ерiктi және ерiксiз бола алады. Ерiксiз қайта жаңғырту дегенiмiз – мақсатсыз өзiмен өзi есiне түсұдi айтады. Арнайы қайта жаңғыртуда белгiлi мақсат болады және ерiк-күш жұмсалынып, арнайы әдiс-тәсiлдер қолданады. Қайта жаңғыртудың iшiнде тануды мен есте қайта елестетудi ажыратады.

**Тану *–*** естiң бұрын қабылдағандарға кезiккенде көрiнетiн қайта жаңғыртудағы қарапайым түрi. Тану ұқсатумен байланысты болады. Мысалы, бiр нәрсенi есiне түсiргiсi келгенде, басқаларға ұқсатып барып есiне түсiредi. Тану айқын, айқын емес, толық,толық емес болады.

**Есте қайта елестету** - бейне түрiнде жаңғыртуда айтамыз. Бұрын қабылданған нәрселер мен қазiр жоқ көрiнiстiң бейнесi еске түседi. Соған орай қабылданған нәрсенiң бейнесi елестейдi. Бұл елестетулердi сөз айтып та, пiкiрлем мен ой қорытындылары арқылы тудыруға болады және олар белгiлi уақытқа және белгiлi жерге байланысты болады. Елестер қайта жаңғырғанды, бiз қашан, қай жергде, қай кезде екенiн де есiмiзге түсiремiз.

**өмыту**.Кезiнде еспен айналысқан психолог А.Р.Лурия өзiнiң ''Үлкен естiң кiшкентай кiтабы'' деген жұмысында феноменальдi естiң иесi С.В.Шерешевский туралы әңгiмелейдi. Сонда ол кiсi 50-100 саннан түратын қатарларды және сөздердi еске сақтай алатын екен. Қалаларда сол қабылетiн елге көрсетiп сахынаға шығатын. Бiрақ оның кемшiлiгi, еске сақтағанды ұмыта алмайды екен. Бұл әрекеттке ол әдеi үйренүге мәжбүр болды. Сонымен, еске сақталғандардың кей бiреүлерi жақсы сақталады, кейбiреүлерi оңай ұмытылады.

**өмыту**дегенiмiз - қабылдағанды, еске қалдырғандарды қажет болғанда еске түсiре алмау, танымау немесе еске түсiру мен танудың қателесiп жаңылысуы. Сонда миға келген мәлiметтiң барлығын есте сақтай бермей, керегiн қалдырып, маңызы жоғын ұмытамыз. З.Фрейдтiң айтуы бойынша, адамның атына кiр келтiретiн, адамгершiлiкке қарсы тұрған, ар-намысқа сәйкес келмейтiн өткен уақиғалар ұмытылады екен. Олар әр кезде мазасыздану немесе адам жанына ауырлық әкеледi де адам есiнен ығыстырылады екен.

өмытудың себептерiн көбiнесе жүйке қызметiнiң қүйлерiне және мәлiметтiң эмоцианалдылығымен байланыстырады. Мысалы, көп жұмыс iстеп шаршағанда, көп уақыт үйықтай алмағанда немесе ауырғанда, адам өте ұмытшақ болады. Қартайғанда да адам жүйесiнiң нашарлауна орай, склероз деген ұмытшақтың аурыу дамуы мүңкiн.

Бiрақ ұмыту дегенiмiз ол тек қана еске сақтаудың нашарлауы емес. Егер мұғалiм сабақты түсiндiргенде оқытушының берiлген бiлiмге қызығуы болмаса, бала көбiсiн ұмытып кетедi. Өйiткенi эмоцияға байланысқан мәлiметтер жақсы сақталады және қайта жаңғыртылынады. Бұның табиғи себебi болады. Эмоция тәнмен тығыз байланысты болғанымен, ми адамға керектiсiн қана сақтап отырады, басқасын ұмытуға жiбередi. Агата Кристи айтқанындай: ''Сенсациялар тез құрап қетедi, қорқыныш болса ұзаққа қалады''.

Әр түрлi травмалар немесе ауралар естiң бұзулуына әкелүi мүңкiн. Сол кезде естiң жоғалуын – **амнезия** дейдi. Бұл құбылыстар мидағы тежеу, өшу заңдылықтарына байланысты. Бiрақ өшкен, ұмытылған байланыстар бiр кезде жаңғырып, еске түседi. Бұны – **реминисценсия** дейдi. өмыту – жүйке клеткаларындағы тежелеу процестерiнiң дамуы. Осыған орай, уахытша ұмытуды **сақтық тежеу** дейдi. Адамның бұрынғы iс-әрекетi қазiргi есте сақтау жұмысына бөгет болып ұмытуға әкелсе, оны **проактивтiк** (тежелеу ''алдын ала әрекет ету'') дейдi. Ал кейiнгi iс-әрекеттiң бұрыннан есiнде сақталғандарына керi әсер етсе, **ретроактивтi** тежелеу (''артқа қарай әрекет ету'') дейдi. Мұндай ұмытудың көрiнiстерi бiр-бiрiне жақын материалдарды үйренуде жиi кездеседi. Оқу жұмысында, сабақ кестесiн жасауда осы мәселенi ескеру қажет.

**§ 5. Естiң индивидуалды ерекшелiктерi және дамуы**

 Естiң генетикалық және иммунитеттiк түрi адамға туылғанында берiледi, ал нервтiк түрi өмiр бақи қалыптасады және дамиды. Бiр-екi айлық балалар ең алдыменен анасын, соңынан басқаларды тани бастайды. Сол кезiнде үй iшiндегiлердiң бiреусi үш немесе көп күнге дейiн көрiнбесе, бала оны ұмытып кетедi екен. Балада естiң тану түрi бiрiншi дамиды екен. Зерттеулерге қарағанда, 3 жасар бала, жарты жыл бұрын көрген заттарын тани алса, 4 жасар бала бiр жыл бұрын, 6 жасар бала бiр жарым жыл бұрын көрген заттарын танитын көрiнедi. Мектеп жасына дейiн балаларда көбiнесе эмоциялық және эйдетикалық есi болады. Есте сақтағандарының көбiсi ұзақ мерзiмдi сақталады. Жастайынан балаларға тақпақтарды, өлеңдердi жаттатып, қайталау, айтылған ертегiлердi, әңгiмелердi айтып берүдi сүрау – естi дамытуының басты шарттары. Бұл балалардың есте сақтау және қайта жаңғыртулары ерiксiз болып келедi. Ал мектепке келгеннен кейiн балаларда ерiктi, сөздiқ -мағыналық, логиқалық естi мұғалiмдер түрлi шаралармен дамытады. Естi тәрбиелеу дегенiмiз, есте қалдыру, қайта жаңғырту жаттығуларының әдiстерiн дұрыс жолға қойып орындауымен байланысты және сонымен естiң көлемiн нығайту. Егер жаттаудың жүесiн жақсы бiлсе және орындаса, жаттағанды еске түсiруi де еске қалдыруда зор нәтижелi болмақ.

 Естiң әр адамда даралық ерекшелiктерi болады. Бiреулер түрiн жақсы еске сақтайды да, сөздердi тез ұмыта бередi. Бiреулер әңдердi тез еске сақтайды, бiреулер қимылдарды. Ал қазақ ақындарында мен жырауларында естү есi жақсы дамыған болытын едi. Осындай ерекшелiктерiне орай естiң типтерiн бөлiнедi. Есте қалдыру мен ұмытудың шапшаңдығына, олардың баяулығына орай төрт типке бөлiнедi: **есте қалдыру ұмыту**

 **Бiрiншi** - шапшаң баяу

 **Екiншi** - баяу баяу

 **үшiншi** - шапшаң шапшаң

 **төртiншi** – баяу шапшаң

Бiрiншi типтегi адамдар оқыған немеес жаттаған нәрсесiн бiр реттен ақ есiнде жақсы қалдырады. Естi дамытуға әр кезде болады.

 Адамға бiлiм алу үшiн әр кезде ес керек болып жатады. Оқудың сапасын көтеру үшiн естi дамытуға қажет. Бiздiң көргенiмiздiң, естiгенiмiздiң және сезiнгенiмiздiң көбiсi ұмытылып кетедi, өйткенi оған зейiнсiз қараймыз. Ес зейiн, қабылдау және ойлау құбылыстарымен тығыз байланысты болады. Сондықтан, есте сақтауды жақсартамын десеңiз байқағыштықты, таңдаушылықты, елестету мен түсiнудi және санаға жеткiзудi жетiлдiру қажет.

 Психологтарменен өте көп тәсiлдер ашылған. Осыларды колданғанда, мысалы, шетел тiлдердi тез жаттауға болады немесе емтихандарға дайындалуға көмектеседi. Бұл мнемотехникалар:

 *ВИЗУАЛИЗАЦИЯ.* Жаттаған сөздерден бейненi құрастырып жаттау. ''the sun shines’’ дегенде ‘’күн шықты’’ деп жаттамай, орнына күннiң жарқырағанын елестетiңiз.

 *УАҚЫТҚА БАұЫТ-БАұДАР ҚОЮ*. Егер есте сақталатын мәлiметтi тек емтихан тапсырғанға дейiн деп сақтаса, ол тез ұмытылады. Ал сол мәлiмет болашақ мамандық бойынша жұмыс iстегенде керек болады деп сақтаса, ол көп уахытқа қалады.

 *АССОЦИАТИВТi ЕСТЕ САҚТАУ.* Есте сақталатын сандарға, сөздерге, қимылдарға т.б. ассоциативтi байланыстарды табу. Мысалы, телефонның номiрiн сақтағанда, сандарды әйгiлi жылдармен байланыстыру. Бiр сөздерде, сойлемдерде белгiлi көшелердi немесе орындарды елестету. Қимылдарда бiр аңдармен байланыстыру.

 ‘*’МИНУСТЫ’’ ‘’ПЛЮСҚА’’ АУЫСТЫРУ.* Бiр нәрсенi еске сақтағыңыз келсе оны жақсы көңiл күйiңiзбен байланыстырыңыз. Немесе жаттайтын нәрсенiң қабылдауын жағымды қылып өзiңiзге көрсетiңiз. Сол кезде ол көпке дейiн сақталады.

 *ФАМИЛИЯЛАРДЫ ЕСКЕ САҚТАУ.* Басқа адаммен танысқанда фамилиясын немесе атын дұрыс еске сақтамасаңыз, сол адамды ренжiтiп аласыз. Сiзде сөздердердi еске сақтау қабылеттiң дамымағанын ол қайдан бiлсiн. Сол үшiн ең алдыменен айтылғанда дұрыс естiп алыңыз. Түсiнбесеңiз тағы қайталауды сұраңыз. Онда түрған еш нәрсе жоқ. Содан барып сол сөздiң мәнiн түсiнүге тырысыңыз немесе өзiңiз өте жақсы бiлетiн ұқсас атты адамдармен байланыстырыңыз.

 *ТӘУЛIК БОЙЫ ЕСКЕ САҚТАУЫМЫЗ ӨЗГЕРЕДI.* Табиғи адамда әр кезде жұмыс қабылетi өсiп немесе төмен түсуi қалыптасқан. Есте де күшеюi немесе әлсiреуi болады. Сонымен түнде, сағат 2-4 дейiн және күндiз сағат 12-14 арасында есте сақтауымыз нашарлайды. Ал таң ертең сағат 8-12 дейiн және күндiз 14-17 дейiн еске сақтауымыз күшеедi. Бiрақ кейбiр кездерде адамның кеш уақыттарында ойлау және еске сақтау жұмысы жақсарады.

 *ӨЗ ТIЛI³Е АУДАРУ.* Еске сақтау мәлiметтi өзiңе түсiнiктi ұғымдармен, өз сөзiңе ауыстыру. Өзiiнiң тәжиребеңнен алынған нәрселерге байланыстырғанда еске сақтау жақсарады.

Семинар сұрақтары

1.Еске психикалық танымдық процесс ретiнде анықтама берiңiз.

2.Сiз естiң қандай теорияларын бiлесiз?

3.Г.Эббингауздың еске қатысты зерттеулерiн айтыңыз?

4.Квазиқажеттiлiк дегенiмiз не және ол есте сақтаудың өнiмдiлiгiне қалай әсер етедi?

5.Естiң негiзгi түрлерiне сипаттама берiңiз.

6.Есте сақтаудың негiзгi түрлерiн сипаттаңыз.

7.Қайта жаңғырту мен тану процестерiн сипаттаңыз.

8.Г.Эббингауз тапқан ұмыту заңы туралы айтыңыз.өмыту процесiн тежеуге бағытталған қандай әдiстер мен тәсiлдердi бiлесiз?

9.Естiң индивидуалды ерекшелiктерi туралы айтып берiңiз.

10.Сiз естiң қандай бұзылуларын бiлесiз?

**СӨЖ тапсырмалары**

1.Адамдағы естiң дамуын анықтайтын факторлар.

2.Адамдағы естiң әр түрiнiң өзара байланысы.

3.Естiң индивидуалды ерекшелiктерi мен адамның қабiлеттерi.

4.Естiң негiзгi механизмдерiн психологиялық теориялар бойынша салыстырмалы талдау.

1. Адам есiн жақсартудың жолдары, әдiстерi.

 **Әдебиеттер:**

1. Тәжiбаев Т. Жалпы психология. Алматы. Алматы: Қазақ университетi, 1993, С.167-182
2. Алдамұратов Ә. Жалпы психология. Алматы ''Бiлiм'', 1996, С. 172-183
3. Жарықбаев Қ.Б. психология. Алматы.''Бiлiм'', 1993
4. А.А.Смирнов Проблемы психологии памяти. М.1966
5. Психология памяти.Под. ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.Я.Романова. М. 2000 г.
6. Познавательная активность в системе процессов памяти.Под ред И.И.×уприковой. М.1989

*А.В.Петровский, М.Г.Ярошевский Психология. М.2002 г.,С.401-411*

 **Сөйлеу мәдениеті**

**Тіл, мән-мағына мен тәжірибе**

Консультация мен психотерапияны әдетте «сөйлеу мәдениеті» деп атайды. Кейбіреулер тіпті консультантты тіл қолданысына қарай өзінің қажеткеріне көмектесе алу мүмкіндігінің қаншалықты екенін байқауға болатындығын айтады. Біздің қажеткерлермен жұмыс істеу барысында байқағанымыз, тілдік қолданыс өзге елде сол мемлекеттің жергілікті жолсерігімен саяхат жасаумен ұқсас келеді. Сіз бірнеше қадам жасайсыз да жаймен бағдарлай бастайсыз. Сіз қай жақта жүргендігіңізді білгіңіз келеді, ал жергілікті тұрғындар өздерінің сөздерін сізге ұқтырту үшін көмектеседі. Біраздан соң сіз өзіңіздің эмоцияңыздың, бет-әлпетіңіздің өзгергенін байқап, беймәлім сөздер мен сөз тіркестерін қолданасыз. Бір уақытта өзіңізді түсінетін адамды табасыз да ортақ тіл табысасыз. Осы негізде ортақ қиындықтарды жеңіп, бастайсыз. Мүмкін сіз сол бұрынғы сөздерді қолданып жатқан шығарсыз. Оның орнын басатын сөз жоқ па? Немесе бір сөздің бірнеше синонимі бар емес пе?

Тіпті НЛБ-нің көмегімен кеңес берудің бастапқы сатыларында қажеткеріңіздің ешбірі бір сөзді екінші рет қолданбайды немесе сол сөзге қатысты ол адамда бірдей сезімдер болуы мүмкін. Кейде біз бір адамның әр түрлі жағдай не оқиғаларды суреттеу кезінде жалғыз сөз айтып не бірнеше лебіз білдіруі мүмкін. Ал өзгелері бір жағдайдың өзіне әр алуан сөздер мен ойларын жеткізуі мүмкін.

**Тәжірибедегі жағдай: сөзшең емес қажеткер**

Кен: Мен бүліндім.

Кеңесші: Хмм, бүліндіңіз...

Кен: Иә, мен толықтай бүліндім.

Кеңесші: Толықтай?

Кен: Иә (қажеткер мырс етіп күліп, басын артқа қарай шалқақтатады).

Кеңесші: Мен сізді дұрыс түсіндім бе, жоқ па соны көрейік. Сіз бүлінгенсіз. Қазір сіз, Кен, бүлінгенсіз. Сіз барлық уақытта және барлық жерде бүлінгенсіз, дұрыс па?

Кен: Өте дұрыс.

Кеңесші: Бұл бүліну тәжірибесі. Сіз оны менен жақсырақ және көбірек білесіз. Сондықтан бұл мен үшін қызық жағдай. Кен ... бұл неге ұқсайды?

Кен: Жай ғана бүліну ... сіз түсінесіз.

Кеңесші: О ... жоқ, олай емес ... бірақ сіз білесіз ... иә?

Кен: Иә ... бүлінген ... маған барлық нәрсе мезі болды.

Кеңесші: Және бұл жағдай сізді ...

Кен: Мені бақытты етеді, жігіт ... бүліну – бұл мына жердегі өте керемет сезім (Кен өзінің жүрек тұсын көрсетеді). Рас па?

Кеңесші: Иә, рас ... мүмкін сіз сол бүліну сезімін дәл мына параққа салып көресіз?

Кен: (Кен сурет сала бастаған кезде бір процесс жүреді: ол көп сөйледі және әр түрлі сөздерді пайдаланды): Мынау менің әпкемнің тірі кезіндегі екеуіміз түскен сурет. Мен анама ол үшін қашанда бақытты болатындығыма уәде бердім. Және бұл уәде өзімнің қателігімді түсінген кезде және мен өзімнің бүлінгенімді сезуім керек болды. Бақытты болуым керек болды және оған деген жылы сезімдерімді сақтауым керек еді (Кен осы уақыттың бәрінде суретке бөлшектерді қоса отырып бір жаңа нәрсе айтып жатты).

Кеңесші: Уәде ... бүлінген болу жайлы сезім өте маңызды. Сіз айтып отырған дүние мына бір нәрсеге ұқсас ... (Кеңесші өз суретін салу барысында сөйлеп жатып, суретін Кеннің суретінің жанына қояды). Біз сіздің суретіңізді қалай атаймыз?

Кен: Уәде деп.

Кеңесші: Жақсы. Бұл сурет «Уәде» деп аталады. Кен, бұл атауды суреттің өзіне жазсақ қалай қарайсыз?

Кен: Әрине, мына бір бұрышына үлкен әріптермен. Мен тағы да дәл осы қалпыммен суреттер салсам деп едім.

Кеңесші: Жарайды, Кен. Тағы да суреттер салыңыз ... Енді келесі нәрселер жайлы ойлайық ... Қалай ойлайсыз, дәл қазір біз немен айналысуымыз қажет?

Тіл арқылы қажеткерлер белсенді түрде түйсікке қабылдайды, өздері жайлы айтады, өз ойын әлемге жайғысы келеді, яғни өз жағдайлары мен ұмтылыстарына жария етеді. Әдетте қажеткерлер өз-өздерімен немесе сыртқы жақтан кеңесшісімен сөйлесуі мүмкін. Осы әрекеттің бәрі де қажеткердің өзі ғана өмір сүретін әлемнің спецификалық фильтрациясында өтеді. Сондықтан НЛБ – кеңес беруде клиенттің өз әлемін ұғу үшін миын фильтрлі механизм ретінде қолданатынын ескерген жөн. Қажеткер кез келген уақытта өз тәжірибесінің тек қана белгілі құраушы бөліктерін ғана қажетсінуі мүмкін. Біз мұның дәл осылай өтуін таңдау процесі мен қоршаған ортадан ақпаратты фильтрлеу арқылы жүзеге асатынына сенеміз.

Тіл: кеңесші мен қажеткер арасындағы көпір

Біздің ұғымымызда тіл – кеңесші мен қажеткер арасындағы көпір. Бұл дегеніміз қажеткер қандай тіл қолданып, кеңес сұрауға барған кезде сол тілдік қолданысы қалай өзгеретіндігі. Тіл дегеніміз – фильтр. Ол тәжірибемізді өзгеге көрсету үшін керек. Бізге қажеткердің қай сөздерді айтатыны, сондай-ақ ол сөздер қандай екпінмен, тұрыспен, сезіммен, оймен және әрекетпен байланысты екенін білу қажет. Бізге қажеткер үшін тілдің қандай мәні бар екендігін білуіміз керек.

НЛП- кеңесші үшін қажеткердің тілдік қолданысының аясын, құрылымын айқындау маңызды болып табылады. Және сессия кезінде дәл осы тілдік қолданысты пайдалану деңгейі нендей екенін білуі керек. Біз құрылым мен процестерді біліп тұрсақ, қажеткерді өзгерту үшін барлық нәрсе дайын десек те болады.

**Түсу, бұрмалау және жалпылау процестері.**

НЛБ-кеңес беру барасында қажеткердің органдарының фильтрінен өткен ішкі және сыртқы ақпараттарын өңдеу үшін түсу, бұрмалау және жалпылау процестерін қолданып жатқанын білу өте жақсы. Шын мәнінде қажеткерлер осы процестерді өздерінің алдағы өмірлерін тиімді етіп өткізу үшін таңдайды.

ТҮСУ

Қажеткерлер түсуді өзге аспектілерді елемей (ол аспектілер бар болуы да, жоқ болуы да мүмкін), жекелеген тәжірибелеріне назар аударған кезде пайдаланады. Мәселен, сізге жиырма жасар жігіт консультацияға келді делік. Оның жаны жай таппай тұр. Ол сізге анасының өзі туралы жақсы пікірлер айтуды мүлдем қойғандығы жайлы хабарлады. Ал сіз оның үйіне барған кезде, анасының оның жақсы жұмыс тауып алғандығын және пәтерге шығу үшін жақсы жолдас тапқандығына қуанып тұрғандығын естисіз. Алайда анасы айтып тұрса да, ұлы бұл пікірлерді комплимент деп есептеп тұрған жоқ. Дәл осы жағдайда опущениені қолдану оған анасымен болған қарым-қатынаста ешбір пайдасын тигізген жоқ. Ал кейде ол өзкезегінде пайдасын тигізсе де.

 Адамдардың түсуді қолдануының классикалық үлгісі ұшақтағы саяхатпен сәйкес келеді. Түсуді қолдана отырып, жақында өткен авиаапаттар жайлы естісе де, өздерін байсалды ұстайды және ұшу кезіндегі қорқу сезімі мен фобиядан алыс болады. Жалпы түсуді пайдалану ақылдылық болмауы мүмкін, ал қажеткер үшін ол ең дұрыс таңдау болуы мүмкін. Осы кезде кеңесші үшін сабақ айқындалады. Бізге түсуді қолдану дұрыс не оғаш деп айту қажет емес, сәйкесінше қажеткер оны өзіне пайдалы етіп қолданып жатыр ма, жоқ па соны түсіну керек. Кеңесші үшін ереже сұрақты қоюында: Түсуді қолдану қажеткердің өз мақсатына жету үшін көмектесе ме? Егер көмектеспесе онда түсу қажеткер үшін қайырлы таңдау емес және ол әр түрлі проблемалар тудырып, тіпті жағдайды одан әрі ушықтыруы мүмкін.

БҰРМАЛАУ

Бұрмалау жайлы да дәл осыны айтуға болады. Яғни қажеткер өміріндегі проблемаларын шешу үшін пайдалануы мүмкін. Бұрмалауды пайдалану ол үшін бір жағынан дұрыс таңдау болуы мүмкін, екінші жағынан үлкен қауіптің алдын алу үшін қолданылуы мүмкін. Сіздің алдыңызға қауіпті операцияға тәуекел еткелі келіп тұрған қажеткерді елестетіп көріңіз. Операцияның сәтті шығуы неғайбыл және ол жайында хирург астармен түсіндіріп көрген. Ал осының барлығын түсіне тұра, қажеткер сізге келгенде хирургтің айтқанын керісінше баяндап, операцияның сәтті өтіп, бірнеше айдан соң барлығы өз қалпына келетіндігін айтады. Бұл жағдайда қажеткердің бұрмалауды пайдаланып, өзін қоршаған ортаға денсаулығы жайлы өте жақсы ақпараттар тарататындығын байқадық. Осы жерде қажеткерге хирургтің айтқанындай емес, керісінше ойлау тиімді болып тұрғанын ескеру керек.

ЖАЛПЫЛАУ

 Ыстық пешке қолдарын күйдірген кішкентай балалар екінші рет қайта оған жақындамайды. Оларға бұл тәжірибені қайта жасап керек емес. Олар оны жалпылау процесіне сәйкес үйренді. Бұны олар біржола үйренді. Біз барлығымыз жалпылауды өмірдің ең тиімді тәсілі ретінде пайдаланамыз. Егер біз жалпылауды өз деңгейінде қолданбасақ, біз өміріміздегі көп жағдайдың бізге зиян екенін байқамас едік. Мысалы, итеріп ашу қажет болған есікті біз өзімізге қарай тартып ашуға тырыссақ немесе бірінші жауап беріп, содан соң сұрақтар дайындайтын болсақ, бұл өмірімізді тым қиындатып жіберер еді. Осы мысалдардың өзі жалпылаудың психологияда және адамдардың іс-әрекеттерінде қаншалықты маңызды екенін көрсетсе керек. Тілдің өзінде жалпылаудың құрылымдары бар. Мысалы, «әрқашан», «мәңгіге», «ешқашан», «толығымен», «қашан болмаса да», «ешкім» және «бәрі» сөздері жалпылау болып табылады. Қажеткерлер кеңесшіге келсе де, келмесе де осы сөздерді үнемі пайдаланып жүреді. Мәселен, сіз қажеткерден өзіңіздің проблемаңызды суреттеуін өтінсеңіз болады. Ал қажеткеріңіз сізге жауап берудің орнына үнемі басының ауыратындығын айтуы мүмкін. Бас ауруы ешқашан тоқтамайды. Екінші бір қажеткер сізге қай кезде достарымен қыдыруға шықпасын, соңы ренішпен, ұрыспен аяқталатынын баяндайды. Үнемі, ешқашан, қашан болмасын деген үш тәсілмен қажеткерлер обобщение процесін өз тәжірибесімен құрылымдайды.

 Жалпылаудың бір жағынан пайдасы болса, екінші жағынан зияны да бар. Фобиясы бар адамдар обобщениені қолданатындардың бірден-бір мысалы бола алады. Иррационалды қорқыныш жағдайлар мен ситуациялар үшін қауіпсіз. Мамық зат жанында тұрса қорқа беретін кішкентай баланың мысалы баршамызға аян. Бәрі де ол мамық жүнді қоянды қолына алып ойнай бастаған кезде есіктің тарс етіп жабылуынан басталған. Кейін ол барлық ойыншық қояндардан, ал уақыт өткен сайын барша жұмсақ ойыншықтардан қорқа бастады. НЛП терминдерімен айтқанда, ол жалпылау арқылы өзінің қорқыныш аясын кеңейтіп, атау қойып та алды, ол «мамық» деп аталады. Ол осы модельді қолдануды үйреніп, қорқынышпен қарай бастады. Өкінішке қарай ол жалпылауды қолайсыз етіп пайдаланды. Ол қауіпсіз жағдайда фобия жасап алды. Енді тәжірибе барысында баланы шоколадпен шақырып, мамық қоян ойыншығына қарай жақындатып, ақыры ұстатты. Оның өзге мамық ойыншықтарға деген қорқыныш фобиясы жоғалды.

 НЛП позициясында кішкентай баланың қорқыныш реакциясын жеңіп, көзқарасын дұрыстады деп атайды. Дәл осы НЛБ-консультацияларында осы тектес принциптерді пайдаланып, фобиясы бар қажеткерлерге қолайлы еттік.

Таңдаудың парадоксты (қайшылықы) эффектілері

 Біз қажеткерлердің түсу, жалпылау, бұрмалау процестерін пайдалану барысында қызық дүниені байқадық. Бұл процестер қарама-қарсы нәтижелер беруі мүмкін. Бір жағынан қажеткерлер осы процестерді пайдалануда табыстарға жетсе, онда олар өмір сүрулерінде де табыстарға қол жеткізеді. Екінші жағынан бұл процестер қажеркерге қолжетімді таңдау жасауына бөгет болуы мүмкін. Қажеткерлер өздері қандай болатындығын таңдайды және нәтижесінде сондай типке айналады. Осы таңдаулардың нәтижесінде қажеркер ойланып не ойланбай ақпараттарды фильтрден өткізіп, өзінің реалды моделін құрайды. НЛБ-кеңесші өзінің клиенттерінің қай уақытта түсуді, бұрмалауды және жалпылауды өздерінің тілдерінде проблемаларын шешу кезінде қалай қолданатындықтарын байқап отыруы керек.

Тыңдау

Біз сіздерге НЛБ-ні қажеткерлеріңізге кеңес беретін рецеп түрінде қолданыңыздар демейміз. Ең алдымен қажеткерлеріңіздің өздері жайында, қарым-қатынастары мен мақсаттары хақында не айтып жатқанын мұқият тыңдап алыңыз. Тыңдай білу қабілеті НЛБ-кеңес беруде аса қажет болып табылады. НЛБ-кеңесші ең алдымен сыйластықпен тыңдай алады. Себебі қажеркерлер үшін оны ықыласпен тыңдауы өте қажет болып келеді. Тыңдап болған соң шешім жасамас бұрын, қажеткерден оны дұрыс түсіндік пе, жоқ па, соны сұрау сауаттылық болып табылады. Егер дұрыс түсінбесек, онда қажеткерден оның өміріндегі мақсаттары мен міндеттерін қайталауын өтінуіміз керек. Осы жауаптарды алған соң ғана түсінікті болады. Сондай-ақ тек құлақпен ғана емес, тыңдап отырғанымызды көзбен де білдіруіміз керек. Сондықтан НЛБ-кеңесшінің мақсаты қажеткерді барынша мұқият және барлық ықыласымен тыңдауында. Сол арқылы кеңесші қажеткер туралы және одан көптеген ақпарат ала алады. НЛБ-кеңесу, сондай-ақ, эмпатитті тыңдаумен байланысты. Біз қажеткердің өзін және онымен қосыла отырып тыңдаймыз. Біз қалай тыңдауды білеміз және онымен білу үшін тыңдаймыз.

 НЛБ-кеңесу тәжірибеде қолданысқа ие барлық кеңесу түрлерін қамтиды. Бірақ НЛБ-кеңесшілер негізінен деректі емес кеңесуден көрі, деректі стильде кеңесуді пайдаланады. Бұл дегеніміз, біз қажеткердің сөздерінен спецификалық паттерндерді іздеп, қажеткер тәжірибесіндегі аспектіде сенсорлық репрезентацияларға назар аударамыз. Демек, НЛБ-кеңесші тыңдау барысында нендей нәрселерді негізге алады?

Түсу, бұрмалау және жалпылауды іздеу барысы.

НЛБ бойынша кеңес беру барысында біз қажеткерлердің түсу, бұрмалау және жалпылауды қалай пайдаланатынына назар аударамыз. Осылар арқылы қажеткер өзінің тәжірибесін жасайды. Сол арқылы біз қажеткерлеріміздің өз проблемаларын қалай суреттейтінін, өзгелермен қалай қарым-қатынас жасайтынын және қандай жағдайда проблемалардың туындайтынын естиміз. Және бізде осыны жасайтын тамаша тәсіл бар. Бэндлер мен Гриндер сенсорлы репрезентация арқылы ақпараттарды өңдеу арқылы қажеткерлер өздерінің суреттеулерін анықтап, одан ұқсас образ жасайды.

Предикаттар

НЛБ-кеңес беруде предикат деп қажеткердің кеңесушінің алдына келгенде өз ойлары мен сезімдерінің моделін жасап шығаруын айтамыз. Сондай-ақ қажеткер кез келген уақытта қолданатын сенсорлы модальды көрсетуі мүмкін.

Қажеткердің репрезентативті жүйесімен сәйкестенуі үшін предикаттардың аударылуы.

 Кеңес беру процесінде біз қажеткерлердің үнемі бәрін түсінгісі келетінін байқадық. НЛБ-да бұл қажеткердің ішкі жан дүниесін түсіндіруімен сәйкес келеді. Және ол қажеткердің картасы болып табылады. Қажеткерлердің пайдаланылған предикаттарының аударылып, пайдаланылатын сенсорлы репрезентативті жүйесімен сәйкестенуі бізге оларды түсінуге көмектеседі. Сонымен қатар қажеткеріңіз оны түсінгендігіңізді байқайды.

|  |
| --- |
| **2-кесте: сенсорлық репрезентативті жүйесімен қажеткерлер пайдаланатын лингвистикалық предикаттар.** |
| **Визуалды предикаттар** | **Аудиалды предикаттар** | **Кинестикалық предикаттар** |
| Түсіну | Нәрсе туралы сөйлесу | Ұста |
| Елестету  | Есту | Қолыңды нәрсеге қой |
| Бір нәрсеге қарау | Тыңдау | Мені ызаландырады |
| Фокустау | Қоңырау соғылды | Маған тигізу |
| Көру | Түсіндіру | Түрту |
| Байқау | Баяулап бара жатқан дыбыс | Қысу |
| Көрсету | Нәрсе секілді саңырау | Кету |
| Бір нәрсені көре алмау | Үйлесімділік | Біреумен байланыста |
| Визуалдау | Сөйлесу | Ешкіммен байланыссыз |
| Оқыстан жарық беру | Жоғары тон | Сезімсіз |
| Шолу | Какофония | Жылы |
| Айдан анық | Анық тыңдайтын | Тұрақты |
| Мен көремін/көрмеймін | Айтылған | Суық |
| Образ | Диссонансқа ұшырау | Жабысқақ субьект |
| Күндіз секілді жарық | Сықырлау  | Сезіну |
| Түн секілді қараңғы | Шақырып жатқан | Нәрсеге жабысқақ |
| Графикалық | Әлсіз дауыс  | Аяқта нық тұру |
| Иллюстрациялау | Мені есті | Нәрсені сезінбейтін |
| Ашық | Дауысты  | Нәрсе арқылы қимылдау |
| Көзқарас | Әркез естілетін дауыс | Әлемнің жүгі |
| Мақсат | Менің құлақтарыма арналған әуен | Ауыр |
| Фотосуреттегідей | Маған айтуды жалғастыр | Тығыз |
| фильмдегідей | Дауысты бәсеңдету | Мықты  |

Бірін-бірі ұғу кеңесші мен қажеткер арасындағы раппорт пен сенімділік атмосферасын қалыптастырады. Сонымен қатар ол бізге қажеткердегі өзгерістер фундаменті жайлы ақпараттар береді.

 Кеңес беру тәжірибесінен төменде келтірілген екі мысалды меңгеріп алыңыз. Қажеткердің қолданысындағы предикаттарды белгілеп алуға тырысыңыз.

Қажеткер – кеңесші. №1 мысал.

Кеңесші: Нейл, мен сенің бүгін келгеніңе өте қуаныштымын ... Өткен жолы сен өміріңді өзгерткің келетіндігің жайлы айтқансың. Біз екеуіміздің соңғы кездесуімізден кейін не өзгерді?

Нейл: Ммм, көп нәрсе емес ... Мен өзіме эскиз салдым, бірақ ... мен өзгеруге бел будым. Мен өзгеру керекпін. Әйтпесе жолдасым менен кетіп қалады ... бірақ мен аздап көрмейтін сияқтымын ... яғни мен оған көрсеткелі жатыр едім ... мен өзгере аламын ... бірақ ...

Кеңесші: Бірақ сенде әзірге оны жүзеге асыратын анық және нақты идея жоқ.

Нейл: Жоқ, мен неден бастарымды да білмеймін ... бірақ мен ... мен басқа бағытта қарағым келеді ... біздің бүгінгі кездесуімізден осыны қалаймын.

Кеңесші: Жақсы. Ендеше сенің нені қажет етіп отырғаныңды және сен ол нәрсеге қалай жақындайтыныңды байқап көрейік.

Қажеткер – кеңесші. №2 мысал.

Кеңесші: Мэг, сен өз жағдайыңды қалай суреттеп берер едің?

Мэг: Маған былайша түсіндіріп берген қолайлы еді ... мен өзімнің Криспен өтетін қызғанышым туралы сөйлесуге тырыстым ... ол менің әріптесім ... бірақ ол менің айтқан нәрселерімді тыңдағысы келмейтін сияқты ... көп уақыт бойына бір – бірімізге үйренбеппіз ... біздің арамызда тыныштық қабырғасы орнаған сияқты (ол жылай бастайды). Кешіріңіз, мен тым көп ренішімді білдіретін шығармын.

Кеңесші: Білесің бе, Мэг, мен мында сені тыңдау барысында, Криспен өте жақсы қарым-қатынаста болсаң, бұл жағдайдың ушыққанының себебін түсінуге тырысып отырмын.

Мэг: Ммм ... біріншіден ... біз бір нәрселерді талқылай алатынбыз ... біз ... міне осымен үш аптадай өтті, әлі сөйлескен жоқпыз ...

Кеңесші: Ал маған осыған дейінгі үш апта жайлы айтып берші?

Мэг: О, ол кезде біз тамаша үйлесімділікте болдық қой. Уақытымызды жақсы өткізетінбіз.

Кеңесші: Сосын бір жағдай болып, сендердің өмірлеріңе диссонанс әкелді ме?

Мэг: Иә ... иә ... Кристің бұрыңғы әйелі араласты да барлығын құртты. Ол екеуіміздің арамызда келіспеушілік тудырды. Мен оның дауысын естігенде есімнен адасамын, тұла бойым қайнап, жан-жағымдағының барлығын қиратқым келеді. Менің жүрегім ауырып қоя береді. Мен оны жарылуы тиіс деп ойлаймын ... және ...

Предикаттарды және модальды тілді пайдалану

 Келесі жолы қажеткермен әңгімелесу барысында оның қандай предикаттарды және қаншалықты қолданатындығына назар аударып, уақыт бөліңіз. Сіз біздің және біздің қажеткерлеріміздің предикаттарды өз тілдерінде жиі қолданатынымызға таң қаласыз. Мольердің үнемі прозаны айтып, бірақ ол жайлы білмеген кейіпкеріне ұқсаймыз. Мұндай жағдайда НЛБ-кеңесші қажеткерінің таңдаған предикаттарын пайдаланып, кеңесудегі ғылыми арсеналға қосуы керек.

|  |
| --- |
| **3-кесте: қолдану үлгілері** |
| **Қажеткер** | **Кеңесші** |
| Бұл опасыздық, мен мұның шығу жолын көріп тұрған жоқпын. | Сіз қараңғы қуыстасыз. |
| Менің бар көріп тұрғаным – қара бұлттар. | Сіз көк аспанның көрінісін ұмытып қалғансыз. |
| Мынау сасық балықтың иісі секілді. | Бұзылған иіс сізді мазалауда. |
| Мен оның дауысын күн сайын естимін. | Оның дауысы сізбен бірге. |

Қажеткермен әңгімелесу барысында әркез оның сөздеріндегі сенсорлық жүйеге назар аудару пайдалы. Сонымен қатар біз қажеткеріміздің өзінің проблемалары мен міндеттерін айту барысында қандай предикаттарды пайдаланатынын білуіміз қажет. Сіз оның төрттік ВАКО матрицасын және әр қажеткер тілінің мәнін өзіне қосып алатындығын көресіз. Сондай-ақ қажеткер кеңесшіге өз тәжірибесін беру барысында субмодальдықтың үлкен наборын қолдана алады. Ал НЛБ-кеңесші оны қажеткердің ары қарайғы консультациясына оңайлату үшін қолдана алады. Бірақ біз мұны қалай жасаймыз? Біріншіден бізге қажеткердің жетекші субмодалдарын байқауымыз қажет және кеңесші ретінде өз реакцияларымызды көрсетуіміз керек. Содан соң біз ақпараттың тарылған кезінде оларға қажет мүмкіндіктерді ашып бере аламыз.

 Ақпараттың аз болуы біздің психологиялық денсаулығымызды тұрақтандыру үшін ауадай қажет. Сонымен қатар бізге қажеткердің проблемасын шешу үшін көп ақпарат керек емес болып қалады. Бір кезде оның тілді қалай қолданатынын білген соң, біз де оның тілінде еркін сөйлей бастаймыз. НЛБ-кеңесуде тіл орталық элемент болып табылады. Біз кеңесшілерге белгілі бір оқиғаны естеріне түсірейік. «Алиса в стране чудес» кітабында Алисаға Мартовский Қояны Алисаға: «Не ойлап тұрсаң, үнемі соны айту керексің» деп кеңес береді. Алиса солай жасайтындығын айтуға асығады. «Мен не сөйлеп тұрғанымды ойлап тұрамын ... ал ол екеуі бір нәрсе».

 Біз қажеткердің тілін түсінуіміз керек. Бірақ біз НЛБ-кеңесумен айналысу барысында біз қажеткердің суреттеп отырған контексінен өз тәжірибесін қалай құрастырып жатқанын түсіну үшін шығуымыз қажет. Кеңесші ретінде қажеткердің ойын ұғу үшін тілді қалай қолданатынын көру өте маңызды. Әр қажеткер үшін ойын жеткізу барысында (ойланып немесе әдетпен болсын) тілдің алар орны ерекше. Барлығы да оның өз ойын тілмен қалай жеткізгеніне байланысты. Себебі қажеткер үшін тілдің символикалық маңызы бар.

**Қажеткермен әңгіме жүргізу**

 *Егер сіз НЛБ-кеңес берудің видеожазбасын көрсеңіз, онда одан көреріңіз, еститініңіз, сезінетініңіз көп болар еді. Ол жерде қажеткер және НЛБ-кеңесші ретінде сөйлейді. Сіз бұрын да келтірілген мысалдардан байқағаныңыздай, қажеткермен әңгімелесу әр алуан пішіндес болып келеді. Кейде әңгіме өзен секілді өрбиді. Яғни кейде баяу, кейде жылдам, кейде иірімді ағыспен сарқырап ағып отырады. Кейде өзен арнасынан тасып аққан кезде, әңгіме де эмоция мен түрлі сезімдерге толы ұласа береді. Кейде өзен ақпай, суы бір орында тұрып қалған секілді болады. Алайда кейде қажеткер мен кеңесшіні беймәлім мақсаттарға жетелейтін су асты ағысының барын сезесіз. Кейбір диалогтар бір орында тұрып қалған шалшық өзен секілді болады. Ал енді бір диалогтар анық өткелдері мен түсінікті желісі бар канал тәріздес келеді. Кеңесшінің бар міндеті қажеткердің әңгімесіне дем бере отырып, диалогты сырттай бақылап, инерттігін сақтап отыру. Кеңесші мен қажеткер мақсатқа жетелейтін деңгейді сөйлеседі. НЛБ терминдерімен айтқанда, қажеткермен өрбитін әңгіме раппортты жасау, ақпарат алмасу секілді көптеген тапсырыстарды орындауы қажет. Керекті ақпараттарды алып болған соң, қажеткер мен кеңесші өздеріне керек деген тұсқа жетіп, ары қарайғы жобаларын іске асыра бастайды. Ал мұның нәтижесі жеке кеңес беру сессиясының соңын немесе терапиялық келісім-шарттың аяқталғанын көрсетеді. Ақпарат – қажеткердің алдағы мақсатын таңдаудағы НЛБ-кеңесшісінің кілті.*

**Позитивное мышление - путь к лучшей жизни**

Позитивное мышление – это склонность к видению положительных моментов в любой ситуации. Позитивно мыслящие люди не прячут голову в песок, убегая от проблем; они признают негативные аспекты ситуации, но предпочитают сосредотачиваться на положительных аспектах и возможностях выхода из конкретной неприятной ситуации.

Преимущества позитивного мышления и отношения к жизни научно доказаны. Люди с позитивным мышлением более счастливы, у них меньше проблем со здоровьем и живут они дольше, чем те, кто испытывают гнев, жалость к себе и раздражение.

Что же делать, если вы, прежде всего, обращаете внимание на отрицательные жизненные моменты? Даже если вы настроены на негативное восприятие с самого детства, все равно можно научиться смещать мышление в позитивную сторону. Использование положительных аффирмаций поможет вам мыслить позитивно, поднять себе настроение или даже пресечь негативные мысли в зародыше.

Примеры аффирмаций на каждый день
Для культивирования позитивного мышления можно использовать следующие аффирмации:

1. Я игнорирую неконструктивную критику и негативные выпады в свой адрес.
2. В каждой неприятной ситуации я вижу, прежде всего, положительный опыт.
3. Я прощаю всех своих недоброжелателей.
4. Мое сердце открыто для положительных эмоций.
5. Я расслаблен и умиротворен.
6. Я радуюсь каждому дню и просыпаюсь с положительным настроем.
7. Я испытываю искреннюю благодарность за помощь.
8. Я люблю своих друзей и родственников.
9. Каждый день моей жизни наполнен восхитительными сюрпризами.
10. Я спокойно реагирую на недовольства незнакомых людей.
11. Я привлекаю положительно настроенных людей.
12. Я чувствую себя совершенно непринужденно и комфортно в любой ситуации.
13. Я нахожусь в гармонии с окружающим меня миром.
14. Моя жизнь наполнена радостью и любовью.

Вы можете усилить эффективность положительных аффирмаций на каждый день, отслеживая все свои мысли в течение дня. Как правило, 80 процентов мыслей, приходящих обычному человеку в голову в течение дня, являются отрицательными. Вы должны отследить такие мысли и постараться выкинуть их из головы. После этого желательно повторить позитивные аффирмации. Таким образом, стойкие отрицательные мысли постепенно будут заменяться положительными высказываниями.

Можно дополнить список, придумав свои собственные аффирмации. Основные признаки удавшейся аффирмации – это яркая, сжатая, эмоциональная фраза, ориентированная на результат.

Учимся переводить негативные утверждения в позитивные
Кроме отрицательных мыслей, многие люди часто проговаривают негативные утверждения с частицей «не». Это подсознательно плохо влияет на нашу психику, ухудшает самочувствие и настроение. Для того чтобы избавиться от таких высказываний, нужно понаблюдать за тем, что вы говорите каждый день.

Например, мама предупреждает дочь или сына: «На улице такой гололед, смотри не упади!». Подсознание ребенка воспринимает эту фразу без частицы «не», как призыв к действию: «Упади!». Получается, что мама, сама того не ведая, направила в сторону любимого чада негативное послание. В этом случае лучше было бы применить такую фразу: «На улице такой гололед, будь осторожен!».

Или же вы говорите подруге: «Я не могу пойти с тобой в субботу в кино», тем самым программируя себя на то, что в любом случае встретиться с подругой в субботу и попасть в кино не удастся. Лучше перефразировать таким образом: «Я могу пойти с тобой в кино в воскресенье или в понедельник после работы».

Таким образом, можно переделать любые фразы с частицей «не» в положительные высказывания и утверждения.

Позитивное мышление поможет вам измениться в лучшую сторону, научиться радоваться мелочам, найти свою дорогу к счастью и полноценно проживать каждый день

Классификация видов памяти

Существует несколько основных подходов в классификации памяти. В настоящее время в качестве наиболее общего основания для выделения различных ви­дов памяти принято рассматривать зависимость характеристик памяти от особенно­стей деятельности по запоминанию и воспроизведению.



Понятие о памяти.

Память является одним из основных психологических процессов; ее качественные особенности неразрывно связаны со всем диапазоном человеческих проявлений — от умственной отсталости до творчества и одаренности.

Память как познавательный процесс обеспечивает целостность и развитие личности. Память изменяется с возрастом и поддается тренировке.

В свете современных исследований память рассматривается как отражение прошлого опыта.

Успешность памяти зависит:

от степени завершенности действий запоминания;

от интересов и склонностей личности;

от отношения личности к той или иной деятельности;

от эмоционального настроя;

от волевого усилия.

Память - процессы организации и сохранения прошлого опыта, делающие возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания. Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим и является важнейшей познавательной функцией, лежащей в основе развития и обучения.

. Память в системе познавательной деятельности.

Начало экспериментальному изучению памяти положили в конце прошлого века работы немецкого психолога Г. Эббингауза, который в опытах на себе наметил количественные законы заучивания, удержания и воспроизведения последовательностей, состоявших из бессмысленных слогов. Этот подход был продолжен затем в бихевиористических исследованиях “вербального научения”. Почти одновременно началось изучение памяти на сложный осмысленный материал. В начале 20 века французский философ А. Бергсон противопоставил “памяти привычке”, которая формируется в результате механического повторения, “память духа”, фиксирующую осмысленные единичные события биографии субъекта. Роль организации материала при запоминании подчеркивалась гештальтпсихологией. В психоанализе предпринята попытка объяснения явлений забывания “вытеснением” неприятных, травмирующих впечатлений из сферы сознания.

Английский психолог Ф. Бартлетт показал сложный процесс припоминания рассказов и зависимость его от существующих в данной среде культурных норм. Значение социокультурных факторов в формировании высших форм памяти человека подчеркивали французский психолог П. Жане и французский социолог М. Хальбвакс.

Отечественными психологами на основе методологии диалектического материализма было разработано представление о памяти как о “действии” в собственном смысле слова”, имеющем сознательную цель и опирающемся на использование общественно выработанных знаковых средств (культурно-историческая теория; Знак).

Наряду с запоминанием произвольным изучались также процессы непроизвольного запоминания. Так, П.И. Зинченко и А.А. Смирнов исследовали зависимость успешности процессов запоминания от их места в структуре деятельности. В ходе онтогенетического развития происходит смена способов запоминания, возрастает роль процессов выделения в материале осмысленных, семантических связей. Различные виды памяти - моторная, эмоциональная, образная, словесно-логическая - иногда описываются как этапы такого развития (П.П. Блонский, Дж. Брунер, Ж. Пиаже.).

Анализ нарушений памяти и восприятия в клинике локальных поражений мозга (А.Р. Лурия, Х.Л. Тойбер, Р. Сперри) позволил установить факт преимущественной связи процессов в левом полушарии головного мозга со словесно-логическими способами запоминания, а в правом полушарии - с наглядно-образными.

