

Мнемотехника как способ стимуляции запоминания

Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники
г. Минск, Республика Беларусь

Гизюк Д. Г.

Карпович Е.Б. – м-р техники и технологии, ст. преподаватель

Мнемоника, или мнемотехника - это набор способов и приёмов для запоминания информации. Она была известна уже со времён античности и как тогда, так и сейчас использует для запоминания мысленное упорядочивание (расположение) запоминаемой информации и связывание её между собой с помощью ассоциаций, обеспечивая надёжное запоминание информации. Для расположения и связывания используются возможности мышления (особенного воображения), воображения, внимания. Одним из достоинств мнемотехники является то, что начинать её использовать можно практически сразу после знакомства с ней. Используя мнемонику, можно запоминать большие объёмы информации: наборы чисел, слов, текстов [1].

Цель проведенного исследования – доказать эффективность методики запоминания слов с помощью метода ассоциаций.

Объект исследования — методика, стимулирующая запоминание слов посредством ассоциаций.

Испытуемые: 10 человек в возрасте от 17 до 20 лет.

Процедура исследования: Испытуемым предъявлялся стимульный материал в виде списка из 10 слов (имен существительных), не связанных по смыслу. Требовалось их запомнить в течение 1 минуты и воспроизвести желательно в той последовательности, в которой они были изначально даны. Никаких инструкций о способе запоминания испытуемым не давалось.

Второй этап эксперимента — формирующий. Испытуемые были ознакомлены с мнемотехникой, а именно с методикой запоминания посредством ассоциаций. После чего был предъявлен стимульный материал, также состоящий из 10 не связанных по смыслу слов, а также дана инструкция по использованию в процессе запоминания мнемотехники.

Сравнительный анализ полученных данных позволил выявить динамику, выразившуюся в увеличении запоминаемых слов при использовании мнемотехники испытуемыми. Результаты эксперимента представлены на рисунке 1.

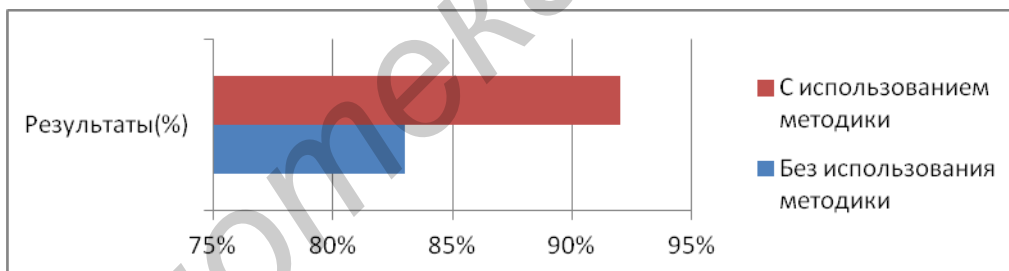


Рис.1 – Приращение количества запомненных слов в результате использованной методики.

Результаты проведенного исследования позволяют оценить эффективность мнемотехники. Так, заметно процентное приращение результатов, полученных уже с применением методики (у 50% испытуемых). У 40% опрошенных результат остался прежним, что можно объяснить интуитивным использованием данной методики, отразившимся на высоких результатах на первом этапе. Только у 10% было замечено снижение результатов в сравнении с полученными в первый раз, причиной этого могло стать неправильное применение на практике данного метода, плохое объяснение его сути наблюдаемому, неудобство в применении.

Результаты исследования доказывают, что метод ассоциаций может использоваться для стимулирования запоминания и развития памяти.

Список использованных источников:

1. Развитие памяти и внимания в сети [Электронный ресурс]. – Электронные данные. – Режим доступа: <http://www.mnemonic.ru/>
2. Большая психологическая энциклопедия [Электронный ресурс]. – Электронные данные. – Режим доступа: <http://psychology.academic.ru/>