

Г. И. ЧЕЛПАНОВ

**ПОСОБИЕ
ПО ПАМЯТИ
И МНЕМОНИКЕ**



Георгий Челпанов
Пособие по памяти
и мнемонике

Серия «Лучшие советские учебники»

<https://litres.ru/71353729>

*Пособие о памяти и мнемонике:
ISBN 978-5-17-170352-3*

Аннотация

Настоящая книга – практическое руководство, написанное выдающимся философом и психологом Г.И. Челпановым, которое поможет читателю освоить техники запоминания, активировать внимание и улучшить свои когнитивные способности.

Сильная память – основа успешной учёбы, любой карьеры и личной жизни. Она позволяет легко усваивать информацию и принимать решения, достигать поставленных целей наиболее быстрым путём. После прочтения вы узнаете:

- Как работает память.
- Можно ли её улучшить, заучивая тексты.
- Какие есть методы для её развития.
- Что такое мнемоника и многое другое.

«Пособие по памяти и мнемонике» будет интересно студентам и педагогам, психологам и всем тем, кто готов шагнуть в мир эффективного запоминания и дать раскрыться своему

потенциалу.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Предисловие	6
Глава первая	8
Конец ознакомительного фрагмента.	10

**Георгий Иванович
Челпанов
Пособие о памяти
и мнемонике**

© ООО «Издательство АСТ», 2025

Предисловие

Предлагаемая книга составлена частью из статей, помещённых в «Мире Божьем» за 1892 год, №№ 11 и 12, под заглавием: «Что такое память и как её развить?», частью – из публичных лекций по психологии, читанных в Киеве в весеннем полугодии 1900 года.

Если в этой книге, посвящённой вопросу развития памяти, автор уделяет много места мнемонике, являвшейся до сих пор достоянием любочной литературы, то делает это на основании следующих соображений.

Хотя мнемоника как искусство почти всегда отвергалась людьми науки, однако интерес к ней у интеллигентной публики не ослабевает: учителя мнемоники всё ещё находят для себя учеников. Это обстоятельство показывает, что очень многие совершенно не знают, что такое мнемоника.

Автору приходилось убеждаться в том, что даже представители высшей интеллигенции: учителя, врачи, адвокаты, инженеры, студенты – обыкновенно бывают незнакомы с тем, что такое мнемоника. Ему неоднократно приходилось слышать заявления вроде следующего: мне, по моей профессии, очень многое приходится удерживать в памяти; к сожалению, память у меня очень плохая, и я не знаю, не обратиться ли мне к учителю мнемоники, чтобы он укрепил мне память?

Все эти обстоятельства делают очевидным то, что у нашей интеллигентной публики нет правильного представления, что такое мнемоника. Да если бы кто-нибудь и захотел познакомиться с сущностью и значением мнемоники, то это оказалось бы делом в высшей мере трудным, потому что сочинения по педагогике и психологии, где он пожелал бы найти указания по этому вопросу, обыкновенно совершенно его не затрагивают. Это и послужило для автора поводом дать в настоящем сочинении место вопросу о сущности и значении мнемоники.

Глава первая

Физиологические основы памяти

Краткий очерк физиологии нервной системы. – Сущность нервного возбуждения. – Функции головного мозга. – Значение кровообращения для нервной деятельности. – Гипотезы о физиологических основах памяти: гипотеза «следов», гипотеза «движений», сохраняющихся в нервном веществе, гипотеза «предрасположения». – Физиологическое объяснение привычных движений.

Конечно, многие из читателей этой книги слышали о *мнемонике*, или «искусстве приобрести хорошую память», но, наверное, очень немногие знают, что такое мнемоника на самом деле. Если бы такое искусство в действительности было возможно, то оно было бы полезнейшим искусством для человечества, потому что приобрести хорошую память – значит сделаться способным легко усваивать различные знания и, раз усвоив, сделать их своим прочным достоянием; если бы такое искусство было в самом деле возможно, то всякий мог бы без труда приобрести большой запас знаний; но, к сожалению, обещание учителей мнемоники в несколько приёмов улучшить память есть заблуждение.

В настоящей книге я намерен показать своим читателям, что такого искусства не существует, что, правда, выработаны

целесообразные способы запоминания, но что нет способов улучшения, или «развития», памяти в том смысле, как это предлагают учителя мнемоники.

Чтобы можно было говорить о том, может ли память «развиваться», нам необходимо прежде всего ознакомиться с тем, что такое память. Ответ на этот вопрос мы должны искать в физиологии, или науке, которая исследует то, что совершается в нашем теле, и в психологии, или науке, которая исследует то, что совершается в нашей душе.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

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

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