

**Колмикова О.О.**

Дунайський інститут

Національного університету «Одеська морська академія»

## ТРЕНУВАННЯ ДОВГОТРИВАЛОЇ ПАМ'ЯТІ ЯК НЕОБХІДНА ВИМОГА ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ ЗА ПРОФЕСІЙНИМ СПРЯМУВАННЯМ МАЙБУТНІМИ ФАХІВЦЯМИ МОРСЬКОЇ ГАЛУЗІ

*У статті розглядається пам'ять як психологічна категорія в її взаємозв'язку з методикою викладання англійської мови за професійним спрямуванням у морських академіях. Відомо, що без гарного знання морської англійської мови майже неможливо уявити роботу в сучасному торговельному флоті. Тому важливість тренування довготривалої пам'яті важко переоцінити, особливо коли йдеться про вивчення фахової термінології. Метою дослідження є окреслення основних прийомів (прийом «losі», прийом «слів-вішалок» і прийом ключового слова) і розгляд базових методів тренування довготривалої пам'яті, які допомагають запам'ятовуванню професійних термінів і фраз іноземною мовою та сприяють їх використанню в подальшій роботі протягом тривалого часу майбутніми фахівцями морської галузі. Методи дослідження – теоретичні (аналіз і синтез наукової літератури з педагогіки та методики викладання іноземної мови) та емпіричні (спостереження, порівняння та експеримент на заняттях із морської англійської мови, узагальнення досвіду тренування довготривалої пам'яті в процесі вивчення іноземних мов). Результатами проведеного дослідження можна вважати виокремлення трьох найбільш ефективних методів тренування довготривалої пам'яті, спрямованих на запам'ятовування іншомовної інформації – вдумливість та осмислення, інтерес до теми та асоціації. Висновки: тренування довготривалої пам'яті – це складний процес, який вимагає зусиль як із боку викладача (пояснення здобувачам вищої освіти основних механізмів пам'яті з метою формування в них осмисленого підходу до запам'ятовування необхідної професійної інформації, створення сприятливих умов на заняттях), так і з боку курсантів (формування зацікавленості темою та осмислення важливості такої інформації для подальшої роботи за спеціальністю). Саме осмислений підхід до матеріалу, який підлягає запам'ятовуванню, значно допомагає розвинути довготривалу пам'ять.*

**Ключові слова:** запам'ятовування, асоціації, вдумливість, осмислення, зацікавленість.

**Постановка проблеми.** Пам'ять відіграє ключову роль у навчально-професійній діяльності людини. Як зазначає М. Бойчук, «психологічні особливості пам'яті необхідно враховувати під час раціональної організації навчально-пізнавального процесу у виші, спираючись на сильні сторони пам'яті студентів і коректуючи, удосконалюючи відносно слабкі» [2, с. 2]. Справді, основною проблемою, з якою стикаються здобувачі вищої освіти під час вивчення англійської мови за професійним спрямуванням, є нездатність зберігати в пам'яті важливу професійну інформацію протягом тривалого періоду часу. Під час навчання в морських академіях майбутні спеціалісти морської галузі повинні запам'ятовувати численні лексичні одиниці та фрази (Standard Marine Communication Phrases) англійською мовою. Відомо, що гарне знання морської англійської мови має велике зна-

чення для роботи у торговельному флоті. Тому важливість тренування довготривалої пам'яті важко переоцінити.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Пам'ять – це «психічний процес, що полягає в здатності людини закріплювати, зберігати і відтворювати образи сприймання та відчуття, думки і поняття, рухи і дії, почуття і слова, накопичувати так званий індивідуальний психічний досвід» [7, с. 197].

Об'єктом психологічного інтересу пам'ять є вже близько 150 років – від самого моменту виділення психології як самостійної галузі науки. В Україні найбільш глибоко дослідженням цієї проблеми займалася так звана Харківська школа, заснована в 1930-х роках (А. Леонт'єв, П. Гальперін, А. Запорожченко, П. Зінченко, А. Лурія). Феномен пам'яті цікавив таких учених, як

П. Невельський, Г. Серета (1950–70-ті), А. Дуса-вицький, В. Репкіна, Ф. Боганський (1970–90-ті). На сучасному етапі пам'ять досліджують Є. Заїка, Г. Серета, Н. Шаповал та інші. Асоціативна теорія пам'яті є предметом студій В. Борщовецької, В. Кондратьєвої, В. Лопатки, К. Митрофанової, Д. Терехової, О. Чепіль.

Психологічні механізми пам'яті досліджувалися в роботах Р. Аткинсона, П. Жане, Л. Занкова, Б. Зейгарника, Р. Клацкі, П. Ліндсей, Д. Нормана та багатьох інших. Учені – представники асоціативної психології (Д. Юм, Г. Спенсер, У. Джеймс) – виокремили принцип асоціації (за суміжністю, подібністю, контрастом) для пояснення процесів запам'ятовування та відтворення. Психолінгвіст Дж.А. Мюллер класифікував асоціації з урахуванням таких аспектів, як філософія, лінгвістика, логіка та психологія. Адепти смислової теорії пам'яті (А. Віне, К. Бюллер) вважали необхідним створення смислових зв'язків, які об'єднували б інформацію, яку треба запам'ятати, в смислові структури. Г. Еббінгауз розробив метод запам'ятовування безглузких складів. Дослідженнями законів закріплення та відтворення слідів пам'яті займався Г. Мюллер.

**Постановка завдання.** Метою статті є виокремлення основних методів тренування довготривалої пам'яті, які сприяють запам'ятовуванню професійних термінів і фраз іноземною мовою та використанню їх у подальшій роботі протягом тривалого часу майбутніми фахівцями морської галузі.

Дослідження ґрунтується на таких методах: теоретичних (аналіз і синтез наукової літератури з психології та методики викладання іноземних мов) та емпіричних (спостереження, порівняння та експеримент на заняттях із морської англійської мови, узагальнення досвіду тренування довготривалої пам'яті в процесі вивчення іноземних мов).

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Пам'ять – це суто психологічна категорія, проте варто наголосити на важливості вивчення основних механізмів її тренування та застосування в процесі викладання іноземних мов. Взаємозв'язок психології та методики викладання іноземних мов полягає в необхідності враховувати психологічні особливості пам'яті під час вивчення іншомовних лексичних одиниць, оскільки кінцевою метою є формування «стійких слухо-зоро-моторних і семантичних образів, які виникають у вигляді цілісних структур унаслідок розвитку навички» [4, с. 6].

Як зазначає І.Ю. Гусленко, «розвиток мовленнєвих навичок і вмінь має відбуватися з розумінням того, як вони формуються» [6, с. 13]. Оскільки

ефективне засвоєння іноземної мови безпосереднє залежить від пам'яті здобувача вищої освіти, саме тут на допомогу приходить психологія, яка вивчає такі процеси пам'яті, як запам'ятовування, відтворення та забування. Особливо гостро постає проблема пам'яті тоді, коли йдеться про вивчення професійної термінології. За тривалістю утримання інформації пам'ять поділяють на оперативну, довготривалу та короткочасну [7, с. 197]. Довготривала пам'ять – це така, у яку відкладається інформація після того, як вона була проаналізована та організована. Така інформація зберігається в пам'яті протягом досить тривалого часу. На відміну від довготривалої, короткочасною пам'яттю вважають нетривале збереження інформації після одно-дворазового відтворення. Термін зберігання інформації залежить від того, за який час можна розв'язати якесь завдання. Обидва види пам'яті взаємопов'язані: спочатку виникає пам'ять короткотривала, а потім вона трансформується в довготривалу.

Практика викладання англійської мови за професійним спрямуванням свідчить про те, що, вивчивши напам'ять нові лексичні одиниці або фахові фрази, здобувачі вищої освіти в морських академіях зазвичай можуть досить успішно застосувати їх під час виконання тренувальних вправ в усній або письмовій формі на заняттях. Але через деякий час вони забувають майже третину вивченого матеріалу, а іноді навіть не можуть перекласти знайомі слова, коли натрапляють на них у письмовому тексті, не кажучи вже про використання цих слів у процесі говоріння. Причиною цього, вочевидь, є той факт, що під час навчання більшість курсантів використовує короткочасну пам'ять, яка не завжди навіть трансформується в пасивну.

Процес тренування пам'яті є доволі складним. У сучасному «цифровому» столітті курсанти зазвичай недооцінюють важливість читання та письма, надаючи перевагу сприйманню інформації на слух або друкуванню на гаджетах. Переважна більшість здобувачів вищої освіти воліє виконувати тільки усні вправи та вкрай неохоче записує потрібну інформацію в зошитах. Викладачам іноземної мови треба враховувати той факт, що люди мають різні домінуючі типи сприйняття: слухове, зорове й механічне. Деякі курсанти можуть запам'ятати матеріал, тільки якщо вони щось читають, інші – якщо вони слухають інформацію або записують її. Ось чому для запам'ятовування нових лексичних одиниць необхідно використовувати всі три когнітивних навички: зачитувати нову лексику, повторювати її за

викладачем, записувати ручкою або друкувати на комп'ютері. Як відомо, повторення – один із найкращих способів запам'ятовування інформації. Саме тому, готуючись до занять, викладачі зазвичай підбирають багато тренувальних вправ для курсантів для виконання на уроці. Проте відомо, що одна тільки робота в класі з вчителем є недостатньою задля оволодіння іноземною мовою. Значна частина часу випадає на самостійну підготовку. Отже, стратегії вивчення іноземної мови значною мірою пов'язані із саморегуляцією. Тобто такі стратегії можна вважати свідомим вибором курсантів, які самостійно розв'язують завдання та організують власні знання та вміння [10; 13; 14].

Ефективність процесу запам'ятовування залежить від багатьох чинників. Наприклад, М. Бойчук приводить дані проведеного експерименту та зазначає, що на психологічні особливості пам'яті впливають навіть стать і вік. Дослідник дійшов висновку, що в жінок вищі показники за такими типами пам'яті, як зорова, слухова, моторно-слухова, комбінована, а в чоловіків вищі показники пам'яті на сюжетний матеріал. До того ж у молодших респондентів «виявлено переважання за значною кількістю досліджуваних показників пам'яті – як на розрізнений, так і на зв'язаний матеріал порівняно зі старшими (типи пам'яті: слухова, зорова, моторно-слухова; оперативна слухова пам'ять; слова візуального, аудіального, кінестетичного, дискретного значення; запам'ятовування тексту)»; проте у старших – «вищі показники короткочасної зорової пам'яті на числа та запам'ятовування віршів» [2, с. 14]. Як бачимо, для успішного тренування довготривалої пам'яті викладач іноземної мови повинен враховувати не тільки типи сприйняття курсантів, але й такі показники, як стать і вік.

Психолінгвістика пропонує численні прийоми запам'ятовування, серед яких можна виокремити такі:

1. Прийом «лосі» («місце» латинською), сутність якого полягає в «створенні» фону (наприклад, кімната або знайомі місця), де розміщуються образи предметів, назви яких треба запам'ятати. Відповідно, відтворюються асоціативні зв'язки: місце – предмет – назва.

2. Прийом «слів-вішалок» (peg words), у ролі яких вибираються десять слів, які потрібно добре запам'ятати та які римується з числами (1–10). На кожне таке слово «вішається» елемент, який підлягає запам'ятовуванню.

3. Метод ключового слова, який базується на принципі асоціювання звучання лексичної оди-

ниці рідної мови з іншомовним словом, у результаті чого формується певний образ, який об'єднує ключове слово та його переклад.

Зазвичай існування різноманітних прийомів тільки підтверджує той факт, що жоден із них не є і не може бути універсальним. Це означає, що кожна людина індивідуальна та має знайти особистий метод, який підійшов би саме їй.

Практичний досвід викладацької діяльності дає змогу виокремити такі методи, які можна вважати найбільш ефективними під час вивчення англійської мови за професійним спрямуванням та які сприяють тренуванню довготривалої пам'яті:

1. Вдумливість та осмислення. Відомо, що процеси пам'яті тісно пов'язані з процесами розуміння. Тому цей метод базується на розумінні внутрішніх логічних зв'язків між окремими частинами матеріалу.

Як свідчить практика, основною помилкою під час вивчення фахових текстів іноземною мовою є спроба запам'ятати великий за обсягом і незрозумілий текст. Бездумно запам'ятавши інформацію, здобувач вищої освіти зазвичай може досить добре відтворити її на занятті. Проте практичної користі від такого навчання немає, тому що вивчена таким способом інформація навряд чи збережеться в пам'яті. Перед курсантом постає завдання – відповісти на уроці й отримати гарну оцінку. Вмикається короткотривала пам'ять – коли завдання виконано, мозок сприймає це як сигнал, що більше інформація не потрібна.

За потреби запам'ятати текст іноземною мовою спочатку бажано його уважно прочитати, намагаючись якомога глибше вникнути в написане. По-перше, потрібно прочитати текст без перекладу. Якщо в ньому дуже багато незнайомих слів, то його треба перекласти рідною мовою. По-друге, буде доречно розділити інформацію на семантичні блоки. Наступним кроком є пошук заголовка для кожного блоку та викидання всіх непотрібних подробиць. Інколи корисно поставити запитання до тексту та записати відповіді на них. Запитання потрібно ставити так, щоб відповіді на них сформували стислий переказ тексту. Найостанніший етап – саме процес запам'ятовування основної інформації. Такий підхід базується на принципі «чим легший текст для розуміння, тим легше його запам'ятати».

2. Інтерес до теми. Відомо, що діяльність людини буде відбуватися успішно тільки тоді, коли є певна мотивація, внутрішнє спонукання та усвідомлення доцільності такої діяльності. Пам'ять людини працює саме так: запам'ятовується

тільки те, що цікаве або має велике значення. І навпаки – усе, що не є необхідним, забувається набагато швидше. Тому якою б нудною не здавалася інформація, найкращий спосіб запам'ятати її – зацікавитися нею. Єдиний вихід – це змінити особисте ставлення до того, чому варто навчитися. Наприклад, якщо потрібно вивчити команди до машинного відділення, курсант може уявити себе головним механіком, який видає накази. Якщо є можливість тренувати фрази в парі, то це буде набагато ефективніше.

3. Асоціації. У процесі досліджень процесів пам'яті було з'ясовано, що найкраще лексичні одиниці запам'ятовуються в сітці асоціацій. В. Борщовецька зазначає: «Слова в нашому семантичному просторі пов'язані не тільки значенням, формою й звучанням, але і їх баченням. Ми пов'язуємо схожі форми слів між собою на рівні психічних процесів з іншими частинами контексту, у якому вони вводилися та засвоювалися. Отже, знання значення слова полягає в асоціюванні його з іншими словами, які вже існують у нашому семантичному просторі» [3, с. 207].

Використання процесу асоціації – один із найкращих способів тренування довготривалої

пам'яті. Більш спрощено можна пояснити принцип так: для того щоб щось запам'ятати, доцільно співвідносити слово із зображенням. Наприклад, щоб запам'ятати слово «spray» (морські бризки), можна уявити собі спрей-освіжувач повітря «Морський бриз». Звісно, у кожного здобувача вищої освіти буде своя система асоціацій, основана на індивідуальному світосприйнятті, уяві та життєвому досвіді.

**Висновки.** Тренування довготривалої пам'яті – це складний процес, який залежить від багатьох чинників. Для кожного індивідууму є своя власна система запам'ятовування, яка базується на головному типі сприйняття. Деякі люди краще сприймають інформацію на слух, інші – краще запам'ятовують, якщо читають друкований текст, у третіх – домінуючий тип сприйняття – механічний. Тому кожен має знайти свою особисту систему запам'ятовування, яка не може бути універсальною для всіх. Оскільки завдання викладача англійської мови – допомогти здобувачам вищої освіти запам'ятати якомога більше лексичних одиниць для використання їх у подальшій роботі, він повинен створити найбільш комфортні умови для пошуку найефективнішого методу тренування довготривалої пам'яті кожного здобувача вищої освіти.

#### Список літератури:

1. Беляева О.М. Ефективні мнемонічні прийоми навчання іншомовної лексики. URL: [http://elib.umsa.edu.ua/jspui/bitstream/umsa/2539/4/Efektivni\\_mnemonichni\\_pryiomy.pdf](http://elib.umsa.edu.ua/jspui/bitstream/umsa/2539/4/Efektivni_mnemonichni_pryiomy.pdf).
2. Бойчук М.П. Психологічні особливості пам'яті студентів: залежність від статі, віку і зв'язок зі спеціальністю. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2014. Вип. 49. С. 5–15. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu\\_psykhol\\_2014\\_49\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2014_49_3).
3. Борщовецька В.Д. Когнітивні основи навчання іншомовної фахової лексики. URL: <http://rep.btsau.edu.ua/bitstream/BNAU/783/1/Kohnityvni%20osnovy.pdf>.
4. Бухбиндер В.А. Основы обучения лексике в средней школе (на материале немецкого языка) : автореф. дисс. ... д-ра пед. наук : спец. 13.00.02 (739) «Теория и методика обучения». Москва, 1972. 35 с.
5. Выготский Л.С. Собрание сочинений. Вопросы теории и истории психологии. Москва : Педагогика. Т. 1. 1982. 487 с.
6. Гусленко І.Ю. Конспект лекцій з дисципліни «Методика навчання іноземних мов» : для студентів V курсу ф-ту «Референт-перекладач». Харків : Вид-во НУА, 2018. 64 с. URL: <https://nuu.kharkov.ua/wp-content/uploads/2020/08/Gyslenko-metodika.pdf>.
7. Психологічний словник / авт.- уклад. В.В. Синавський, О.П. Сергєєнкова / за ред. Н.А. Побірченко. URL: <https://docplayer.net/82924448-Psihologichniy-slovník-avt-uklad-v-v-sinyavskiy-o-p-sergieienkova-za-red-n-a-pobirchenko.html>.
8. Методы обучения иностранному как науки / Г.Ю. Хужаниязова, Д.Н. Жумабаев. *Молодой ученый*. 2016. № 29.3 (133.3). С. 48–50. URL: <https://moluch.ru/archive/133/37300> (дата обращения: 20.02.2021).
9. Brown G.D.A. Cognitive Psychology and Second Language Processing: The Role of Short-term Memory / Harris R. J. Cognitive Processing in Bilinguals. Amsterdam : North-Holland Elsevier Science Publishers B.V., 1992. P. 105–121.
10. Cohen A.D. Strategies in learning and using a second language. London : Longman. 1998. 295 p.
11. English for Specific Purposes. A learning-centred approach / T. Hutchinson, A. Waters. Cambridge : Cambridge University Press, 1996. 183 p.
12. Miller G.A. The magical number seven, plus or minus two: some limits on our capacity for processing information. *Psychological Review*. 1956. N 63. P. 8–97.
13. McDonough S.H. Learner strategies. Language Teaching, 1999. P. 1–18.
14. Wenden A. Learner Strategies for Learner Autonomy. New York, London : Prentice Hall. 1991. 299 p.

**Kolmykova O.O. TRAINING OF LONG-TERM MEMORY AS A NECESSARY REQUIREMENT WHILE STUDYING ENGLISH FOR SPECIFIC PURPOSES BY WOULD-BE SPECIALISTS OF THE MARINE INDUSTRY**

*The article considers memory as a psychological category in its relationship with the methods of teaching English for professional purposes in maritime academies. It is known that without good knowledge of maritime English it is almost impossible to imagine working in the modern merchant fleet. Therefore, the importance of long-term memory training is difficult to overestimate, especially when it comes to learning professional terminology. The purpose of the study is to outline the basic techniques (“loci”, “peg words” and “key words”) and to consider the basic methods of long-term memory training, which help the would-be specialists in the maritime industry to memorize professional terms and phrases in a foreign language and use them in their further work for a long period of time. The following methods are used – theoretical (analysis and synthesis of scientific literature on pedagogy and methods of teaching a foreign language) and empirical (observation, comparison and experiment in marine English classes, summing up the experience of training long-term memory while learning foreign languages). The results of the study include the three most effective methods of training long-term memory, aimed at memorizing foreign language information – thoughtfulness, consideration and understanding, interest in the topic and association. Conclusions: long-term memory training is a complicated process that requires efforts on the part of the teacher (explaining the basic mechanisms of memory to students in order to form a meaningful approach to memorizing the necessary professional information, creating favorable conditions in the classroom), and on the part of the cadets (formation of interest in the topic and understanding the importance of such information for further work in the specialty). It is the meaningful approach to the material to be memorized that helps to develop long-term memory most effectively.*

**Key words:** memorization, associations, thoughtfulness, understanding, interest.