

Использование чувств

Не каждый человек думает или запоминает одним и тем же способом. Некоторые люди учатся, мысленно повторяя слова, им нужно слышать звук или слово, чтобы запомнить его. Другим нужно увидеть вещи для запоминания написанными. Некоторые полагаются на касания. Проверьте себя с помощью эксперимента с завтраком.

Эксперимент 5

Что у вас было на завтрак?

Подумайте, что вы ели на завтрак сегодня утром. Опишите это вслух, настолько точно, насколько сможете, закройте глаза, если вам это необходимо. Делайте это прямо сейчас, до того как продолжите читать!



Вопрос/Ответ

Вы мысленно **ВИДЕЛИ** картину завтрака?

ДА/НЕТ

Какой-то **ЗВУК** сопровождал воссоздание в памяти завтрака?

ДА/НЕТ

Вспомнили ли вы **ОЩУЩЕНИЕ** от вашего завтрака, может, какое-то ощущение у вас на языке?

ДА/НЕТ

Вы подумали о **ЗАПАХЕ**?

ДА/НЕТ

Вы **ДВИГАЛИСЬ**, трогали что-то руками, вспоминая свой завтрак?

ДА/НЕТ

Что пришло первым в вашу голову:
ВИДЕНИЕ, ОЩУЩЕНИЕ, ЗВУК или **ЗАПАХ**?

Вы, скорее всего, ответили «да» на первый вопрос, потому что обычно человек запоминает изображения.

Тем не менее некоторые люди в основном фиксируют в памяти звуки, а другие — осязательные и другие ощущения. Люди с самой хорошей памятью, вероятно, используют все эти чувства, ощущения в их сочетании.

Случалось вам когда-нибудь, зайдя в комнату, ощутить запах мебели и сразу что-то вспомнить?

«Вау, будто я у бабушки дома» или «Помнишь тот старый отель?»

Хотя обычно люди вспоминают с помощью картинок в своей голове, наиболее тесно с памятью связано обоняние. Это происходит потому, что место, где находятся анализаторы запахов, расположено очень близко от участка мозга, контролирующего память.

Ученые выяснили, что обоняние может помочь сдать экзамены! Они проводили эксперимент, в котором группа детей обучалась в классе со специфическим запахом. Экзаменационная комната обладала таким же запахом. Результаты экзаменов этой группы оказались выше, чем у группы, учебный класс которой не имел запаха. Считаете, знакомые запахи помогут вам сдать экзамены? Если захотите испытать подобную технику на себе, в первую очередь об этом стоит спросить вашего учителя!

Крысиный Человек

У знаменитого психоаналитика Зигмунда Фрейда был пациент по прозвищу Крысиный Человек (из-за его страха перед крысами), так он любого своего знакомого мог узнать по запаху. Многие хотели бы понять, как такое возможно. Парфюмеры же, к примеру, используют хорошо развитое чувство обоняния, что помогает им ориентироваться среди сотен запахов, а некоторые матери могут по запаху узнать футболку своего ребенка.

Фотографическая память

Существует еще один редкий, но очень специфический тип памяти, известный как фотографическая. В серии детективных историй, написанных Дэвидом Адлером, девочка по имени Кэм Дженсен говорила «Клик!», когда запоминала информацию, а в фильме «Так держать... Шпион» действовал персонаж, который «фотографировал» документы, закрывая глаза и щелкая, как фотоаппарат.

Все это звучит чудесно, но возможно ли в действительности? Людям с реальной фотографической памятью не нужно издавать особых звуков, запоминая информацию, но они точно хранят в своей голове невероятное количество деталей в виде «умственных картинок». Не подлежит сомнению, что детям это удастся лучше, чем взрослым. Пожалуй, правильнее всего фотографическую память считать хорошей визуальной памятью.

Настоящие шпионы должны хранить информацию в своей голове, потому что держать при себе документы слишком опасно.



Во время Второй мировой войны выдающийся советский разведчик Рихард Зорге работал под видом журналиста в Японии. Все это время он тайно собирал разведданные в Японии и отправлял их в свою страну. Он мог быстро запоминать содержание документов, сообщения, а затем уничтожал их (часто даже съедая!), чтобы не осталось никаких улик.

Хорошая визуальная память зачастую присуща художникам. Известный британский художник-пейзажист XIX века Уильям Тёрнер часто ходил на рыбалку, и в это время формировались идеи для его картин. Вернувшись в студию и полагаясь на свою мощную память, он создавал яркие самобытные полотна.

Скорее всего, вы тоже обладаете мощной визуальной памятью. Во время одного научного исследования группе людей показали 2500 фотографий, позволяя смотреть на каждую лишь несколько секунд. Затем испытуемым показали 280 пар изображений и просили вспомнить, какую картинку из пары они видели до этого. Средний результат был 250 из 280. Значит, большинство людей смогли вспомнить почти каждое изображение, которое видели до этого лишь в течение пары секунд.

Способность запоминать человеческие лица еще более впечатляющая. Считается, что обычный человек может узнать до 10 тысяч различных лиц!

Фотографическая память стала ключом

В 1998 году в Англии один молодой заключенный на несколько секунд увидел ключи от тюремных замков и сумел запомнить их точный размер и форму. Затем он разрезал пластиковое зеркало и изготовил из него дубликаты ключей! Когда это было обнаружено, офицерам пришлось поменять все замки в тюрьме. Им пришлось также следить, чтобы наблюдательный арестант снова, даже мимоходом, не увидел их ключи!



Музыкальная память

Если вы когда-нибудь, послушав радио или компакт-диск, напевали про себя мелодию, значит, вы определенно обладаете музыкальной памятью. Из всех типов воспоминаний, которые застревают в голове, музыка, похоже, хранится дольше всего. Возможно, именно поэтому музыкальные заставки столь же популярны в рекламе, как и рифмованные слоганы. В фильме «Леди исчезает» Альфреда Хичкока шпион передает сообщение как мелодию. Что ж, это проще, чем развить навыки фотографической памяти!

У многих людей невероятная музыкальная память. Когда великому композитору Моцарту было 14 лет, он в первый раз услышал фрагмент церковного хора *Miserere*. Музыка была создана для конкретного хора, и ее ноты никогда не записывались. Послушав ее единственный раз, Моцарт мог безошибочно воспроизвести ее, нота за нотой.

Люди, страдающие от болезни Альцгеймера, постепенно все забывают, даже имена самых близких родственников. Дольше всего они обычно помнят песни и мелодии, услышанные в молодые годы. Это еще раз доказывает, сколь сильна музыкальная память.

Так хорошо, что может делать это даже во сне

Вот удивительная, но имевшая место в действительности история о пианисте, который заснул за клавишами прямо во время выступления. К удивлению публики, спящий пианист продолжил безупречно играть вплоть до пробуждения!

Некоторые пианисты считают, что часть их памяти хранится в кончиках пальцев.





[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

