



**RÉSZLETES TEMATIKA A
„MEMORIZÁLÁS, EMLÉKEZETBE VÉSÉS”
TÁRGYBÓL**

12X2 ÓRÁS TANFOLYAM

TÉMA

A TANFOLYAM CÉLJA: A hallgatót képessé tenni idegen nyelvű szövegek memorizálására is a készség szintjére emelésig.

Minden előadóművész (hangszeres, énekes, előadóművész, színművész) pályáját végigkíséri a memóriazavartól való félelem. Ez a félelem erősíti a lámpalázat, ami minden előadóművésznél kisebb – nagyobb mértékben jelen van.

A biztonságos, tartós emlékezetbe vésés és a lámpaláz leküzdése érdekében szándékozott Intézetünk megszervezni egy speciális memorizálási tanfolyamot.

TEMATIKA

Memorizálás – tudatos emlékezetbe vésés

1. Alapvető pszichológiai ismeretek az emlékezésről.
emocionális emlékezés
2. A rövid idejű és tartós emlékezet pszichológiai alapjai.
3. Az inger erőssége és a figyelem felerősítő szerepe az emlékezet tartósságában.
4. A reverberációs idő növelése az emlékek megőrzése érdekében.
5. A pszichológiában a megerősítési elmélet gyakorlati alkalmazása.
6. A konszolidációs periódus fontossága az emlékek biztonságos megőrzésében.

A memorizálás két irányzata:

- a) Az inger erőssége határozza meg az emlékezést,
- b) A figyelem felerősítés szerepe a hosszú távú emlékezésre



Memorizálás szakaszai

- a) Reverberáció
- b) Konszolidációs periódus
pihentetési szakasz

A megerősítési **elmélet** és **gyakorlat**

Bármily jó a rövid távú emlékezés, a helyes szöveget, zenét, mozdulatot hosszú távra még nem biztosítja. A hosszú távú emlékezetbe vésés szakaszai: ciklikus szakaszai: reverberáció, hosszú távú megerősítés, újra felidézés, tartós rögzítés, újbóli magasabb szintű koordinációs periódus.

A pro és retro aktív gátlás hatása a memorizálásra

A memória zavarai:

1. A természetes felejtés (használatlanság, inaktivitás)
2. Negatív interferenciák pro és retroaktív gátlás.
3. A konszolidációs periódus mellőzése.

A Budapesti Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem Tanárképző Intézetében e témakörben több alkalommal indított speciális kollégiumok résztvevői (magánének tanszakos hallgatók szöveg memorizálása, hangszeres hallgatók zenei anyag memorizálása) bizonyíthatják a módszer hatékonyságát.

A tanfolyamon az ELMÉLETI HÁTTÉR bemutatása mellett egyenrangú szerephez jutnak a GYAKORLATI MEGVALÓSÍTÁS feladatai is.

AJÁNLOTT IRODALOM:

O. Hebb: A pszichológia alapja
Dr. Kardos Lajos: Az emlékezéstől a cselekvésig

