



حافظه دیداری

دبستان و پیش دبستان الف آفرین

گردآورنده: مریم علیپور

از دل برود هر آنکه از دیده برفت!

مثل معروف پارسی، که کنایه از بی‌وفایی است، که ریشه علمی دارد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند آنچه دیده‌ایم ساده‌تر و سریع‌تر از آنچه شنیده‌ایم در خاطرمان می‌ماند. آنچه می‌بینیم در ذهن نقش می‌بندد، که این همان چشم ذهن یا حافظه دیداری است.

نقش حافظه دیداری در آموزش و یادگیری

هنگام خواندن: برای پیوند دادن واژه‌ها با معنی‌شان، از حافظه دیداری استفاده می‌کنیم. این کار را با تجسم تصویر واژه‌ها انجام می‌دهیم. البته این رویه در مورد واژه‌های غیرانتزاعی صدق می‌کند. واژه‌های انتزاعی در بخش دیگری از مغز پردازش می‌شوند.

هنگام نوشتن: برای به یاد آوردن شکل حروفی که می‌خواهیم بنویسیم، از حافظه دیداری همراه با توانایی ثبات فرم دیداری استفاده می‌کنیم.

*هجی کردن کلمات هم به لطف یادآوری شکل کلمه و حروف ممکن می‌شود. فردی که حافظه دیداری ضعیف دارد، ممکن است حافظه شنیداری را به کار بگیرد که اثربخشی کمتری دارد.

● نشانه‌های ضعف در حافظه دیداری

ضعف حافظه دیداری اغلب در کودکی و به‌ویژه دوران تحصیل خود را نشان می‌دهد. نشانه‌هایی

مانند:

(۱) ضعف در هجی کردن

(۲) ضعف در درک مطلب

(۳) کندی در نوشتن با دست

(۴) ضعف در مهارت‌های ریاض

(۴) دشواری در تشخیص حروف و اعداد

(۵) اختلاط حروف و اعداد هنگام نوشتن

(۶) دشواری در استفاده از ماشین حساب

(۷) ضعف در به‌یادسپاری نام یا چهره افراد

(۸) تنبل به‌نظر آمدن در فعالیت‌های نوشتاری

(۹) خواندن با صدای بلند (اغلب با هدف به‌خاطر سپردن)

(۱۰) دشواری در به‌یادسپاری مسیرها یا واژه‌ها حتی بلافاصله پس از خواندن آنها

حافظه دیداری یا بصری

یادآوری چیزهایی است که به طور عینی دیده‌ایم. که به لطف این حافظه می‌توانیم چیزها را در لحظه تجسم کنیم بدون اینکه نمونه واقعی آنها را ببینیم. وقتی چیزی را می‌بینیم، می‌توانیم بدون نیاز به قوه تخیل آن را به خاطر بسپاریم. بعدتر، با شنیدن نام آن، بدون زحمت، آن شیء در ذهنمان تجسم می‌کنیم.

حافظه دیداری کوتاه‌مدت و بلندمدت

حافظه بصری کوتاه‌مدت برای به یادماندن چیزهایی است که در لحظه می‌بینیم. از آن به روش‌های مختلف استفاده می‌کنیم.

حافظه دیداری کوتاه‌مدت مسیر آغازین شکل‌گیری حافظه بلندمدت است. اگر مفاهیم در حافظه کوتاه‌مدت به اندازه کافی تکرار شوند یا بار عاطفی داشته باشند، در خاطر می‌مانند و به حافظه بلندمدت تبدیل می‌شوند.

حافظه بصری بلندمدت حافظه دیداری به‌جامانده از گذشته است. ما دائم در حال استفاده از آن هستیم.

۲. تکنیک به خاطر سپاری نام‌ها 🐱

به خاطر سپردن نام‌ها با ترکیب حافظه دیداری و شنیداری ممکن می‌شود. حتی اگر نام فرد تصویری در ذهنتان خلق نکند، سرانجام نوشته آن نام به ذهنتان خطور می‌کند. بهترین کار، پیوند دادن نام‌ها با تصاویر ذهنی است.

تصویر ذهنی می‌تواند معنی و مفهوم آن نام باشد (مثل پیوند دادن تصویر گل مریم با خانمی به نام مریم) یا نخستین تصویری که با فکر کردن به آن نام به ذهنتان خطور می‌کند (مثل پیوند دادن تخت جمشید با نام آقای جمشیدی). مهم نیست پیوندتان مهمل و پوچ باشد، هر چه پیوند جالب‌تر باشد، به یادآوری آسان‌تر می‌شود.

۳. تکنیک به خاطر سپاری مکان‌ها 🏠🏡🌴

پیش آمده که فراموش کنید خودروتان را کجا پارک کرده‌اید؟ برای اینکه دیگر چنین اتفاقی نیفتد، باید محل موردنظر را با تصاویر ذهنی مربوط به محیط اطراف پیوند دهید.

● نتیجه گیری

ما می توانیم از حافظه دیداری در فرایند یادگیری بهره گیری کنیم.

روشن است که استفاده از برخی ابزار یادگیری دیداری برای تجسم بهتر در یادگیری کمک می کند. استفاده از ابزارهای بصری برای ارائه اطلاعات مهم نقش پررنگی در ماندگاری این داده ها در حافظه بلندمدت دارد.

مثال: بنده در آموزش نشانه ها و صدا ها از قصه هایی استفاده می کنم که تصویر هایی دارد و تصویر ها به نشانه ها تشبیه شده اند. دانش آموزان در صورت فراموشی شکل نوشتاری نشانه ها، با یاد آوری قصه و تصویر آن، شکل نشانه ها را به یاد می آورند .

یا در بخاطر سپاری کلمات با نشانه های خاص مثل کلمات ص،ث،ح،ع

با به تصویر کشیدن چند نقاشی مثل صدف و صندوق و صابون و نوشتن باقی کلمات در دل نقاشی و تماشای مداوم کلمات و نقاشی ، کلمات با تاثیر حافظه دیداری در ذهن می مانند.

و در به خاطر سپاری شکل اعداد می توان کد گذاری کردو یا برای به خاطر سپاری مکان ها می توان با نگاه کردن به موقعیت مکان در نقشه و کد گذاری ، آن را در ذهن نگه داشت.

پس در بسیاری موارد در زندگی روزمره و به خصوص آموزش به دانش آموزان می توان از حافظه دیداری استفاده کرد.

منابع