



CUADRO SINOPTICO

ESTRELLA MARINA VILLATORO HERNANDEZ

UNIDAD III APRENDIZAJE Y MEMORIA, UNIDAD IV MEMORIA

PRIMER MODULO

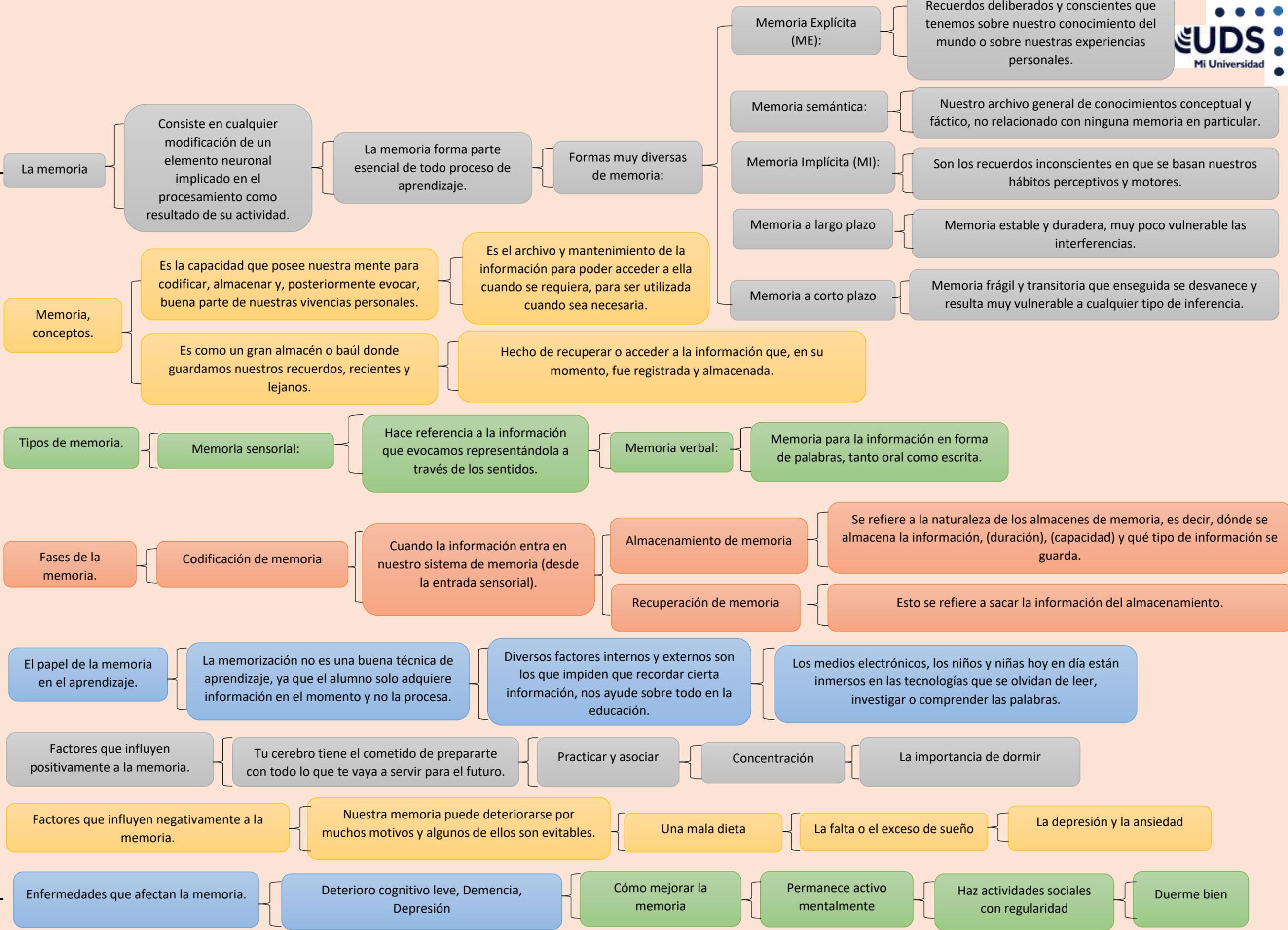
APRENDIZAJE Y MEMORIA

LIC.LILIANA VILLEGAS LOPEZ

LIC. EN PSICOLOGIA

CUARTO CUATRIMESTRE

APRENDIZAJE Y MEMORIA.



MEMORIA.

Actualmente sabemos que además de la corteza están implicadas en la memoria otras zonas cerebrales, como el sistema límbico.

Se ha comprobado que el hemisferio derecho procesa la información visual, y el izquierdo, la verbal.

Y que la capacidad para recordar imágenes es mayor que la de retener las palabras.

Cada memoria tiene su propio circuito anatómico y diferentes lesiones cerebrales borran recuerdos distintos.

Procesos básicos de la memoria.

Los seres humanos construimos y renovamos nuestra representación del mundo a partir de tres procesos cognitivos fundamentales:

La percepción, el aprendizaje y la memoria.

La memoria tiene tres funciones básicas: recoge nueva información, organiza la información para que tenga un significado y la recupera cuando necesita recordar algo.

Codificación: Es la transformación de los estímulos en una representación mental.

Almacenamiento: Consiste en retener los datos en la memoria para utilizarlos posteriormente.

Recuperación: Es la forma en que las personas acceden a la información almacenada en su memoria.

Estructura y funcionamiento de la memoria.

Richard Atkinson y Richard Shiffrin.

Desarrollaron la teoría multialmacén de la memoria, y reconocieron tres sistemas de memoria que se comunican e interactúan entre sí.

El individuo, a partir de sus experiencias de interacción, avanza en su desarrollo.

La experiencia es necesaria para que ciertas regiones neuronales generen cambios neuroquímicos y estructurales en el sistema nervioso que posibiliten la memoria a largo plazo.

Distintas memorias a largo plazo.

La memoria a largo plazo es la persistencia del aprendizaje a través del tiempo.

La memoria declarativa o explícita

Es aquella cuyo contenido podemos evocar.

Declarativa o implícita

Es aquella cuyo contenido no podemos evocar.

Niveles de procesamiento de la memoria.

Los almacenes de memoria postulados por Atkinson y Shiffrin se concebían como estructuras unitarias.

Cada una con funciones bien diferenciadas, en tanto que constituían eslabones de la cadena de procesamiento humano de la información.

La información puede ser procesada en tres niveles: superficial, intermedio y profundo.

Los recuerdos de un evento dependen de cómo fue codificado por la mente.

Recuperación de la información.

Recordar: es extraer información de la memoria de algo que hemos aprendido o vivido.

Recordamos mejor aquello que se relaciona con sucesos emocionalmente significativos.

La recuperación de un recuerdo es más fácil si acontece en el mismo contexto donde ocurrió el aprendizaje.

La memoria no procesa igual todos los estímulos, graba mejor lo interesante, lo nuevo y lo emotivo.

El olvido.

Todo lo que alguna vez estuvo en la memoria y ya no está constituye el olvido y, aunque parezca paradójico, la buena salud de la memoria depende del olvido.

Es la incapacidad de recordar nombres, fechas, hechos o conocimientos.

Se produce por una saturación de información o fallos en la recuperación, aunque recordar todo sería tan terrible como no recordar nada.

Para los psicoanalistas el olvido es un mecanismo psicológico de defensa.

Como mejorar la memoria.

Memorizar es una tarea difícil y las técnicas de memoria no la hacen más sencilla, sino más efectiva.

Es una habilidad aprendida que requiere esfuerzo.

Atención: es un proceso selectivo de la memoria por el que atendemos a los estímulos más importantes e ignoramos los irrelevantes.

Alteraciones y distorsiones de la memoria

Tiempo. La memoria se debilita con el paso de los años.

Bloqueo. Es una búsqueda de información frustrada.

Sugestibilidad.

Sueño, aprendizaje y memoria.

La investigación sugiere que el sueño juega un papel importante en la memoria, tanto antes como después de aprender algo nuevo.

La falta de sueño adecuado afecta el estado de ánimo, la motivación, el juicio y nuestra percepción de los acontecimientos.

La investigación sugiere que el sueño ayuda en el proceso de aprendizaje y la memoria de dos maneras distintas.