



**Nombre de alumno: ESTEFANI YOCELIN
AGUILAR HERNANDEZ**

**Nombre del profesor: LUIS ANGUEL
GALINDO ARGUELLO**

Nombre del trabajo: MAPA CONCEPTUAL

Materia: APRENDIZAJE Y MEMORIA

Grado: 4° CUATRIMESTRES

Grupo: "A" PSICOLOGIA

MEMORIA

Neuropsicología de la memoria

La neuropsicología estudia los mecanismos bioquímicos de la memoria. Actualmente, sabemos que además de la corteza están implicadas en la memoria otras zonas cerebrales.

Cuando se piensa en la naturaleza de la conducta humana, se entra en una etapa de evocación, recuerdo, construcción de eventos, recuento de emociones, aprendizajes, historias y pensamientos, que nos lleva a un proceso complejo llamado "memoria".

Procesos básicos de 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.

El recuerdo de rostros, datos, hechos o conocimientos consta de tres etapas: codificación, almacenamiento y recuperación.

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.

- Memoria sensorial (MS): registra las sensaciones y permiten reconocer las características físicas de los estímulos.
- Memoria a corto plazo (MCP): guarda la información que necesitamos en el momento presente.
- Memoria a largo plazo (MLP): conserva nuestros conocimientos del mundo para utilizarlos posteriormente. Es nuestra base de datos permanente.

Distintas memorias a largo plazo.

Existen dos grandes sistemas de memoria a largo plazo:

el sistema de memoria declarativa (conocimiento consciente) y el sistema de memoria procedimental (conocimiento automático):
Declarativa (saber qué): constituye el caudal de conocimientos de una persona y permite expresar nuestros pensamientos.

MEMORIA

Niveles de procesamiento de la información.

La información puede ser procesada tres niveles:

- Superficial atiende a los rasgos sensoriales. Deja una huella frágil que pronto desaparece.
- Intermedio: introduce el reconocimiento de algunas características.
- Profundo: atiende al significado. Deja huella duradera porque se ha procesado con mayor esfuerzo mental.

Recuperación de la información.

La recuperación de información es un proceso de comunicación.

Es un medio por el que los usuarios de un sistema o servicio de información pueden encontrar los documentos, registros, imágenes gráficas, o registros de sonido que satisfagan sus necesidades o intereses.

El olvido.

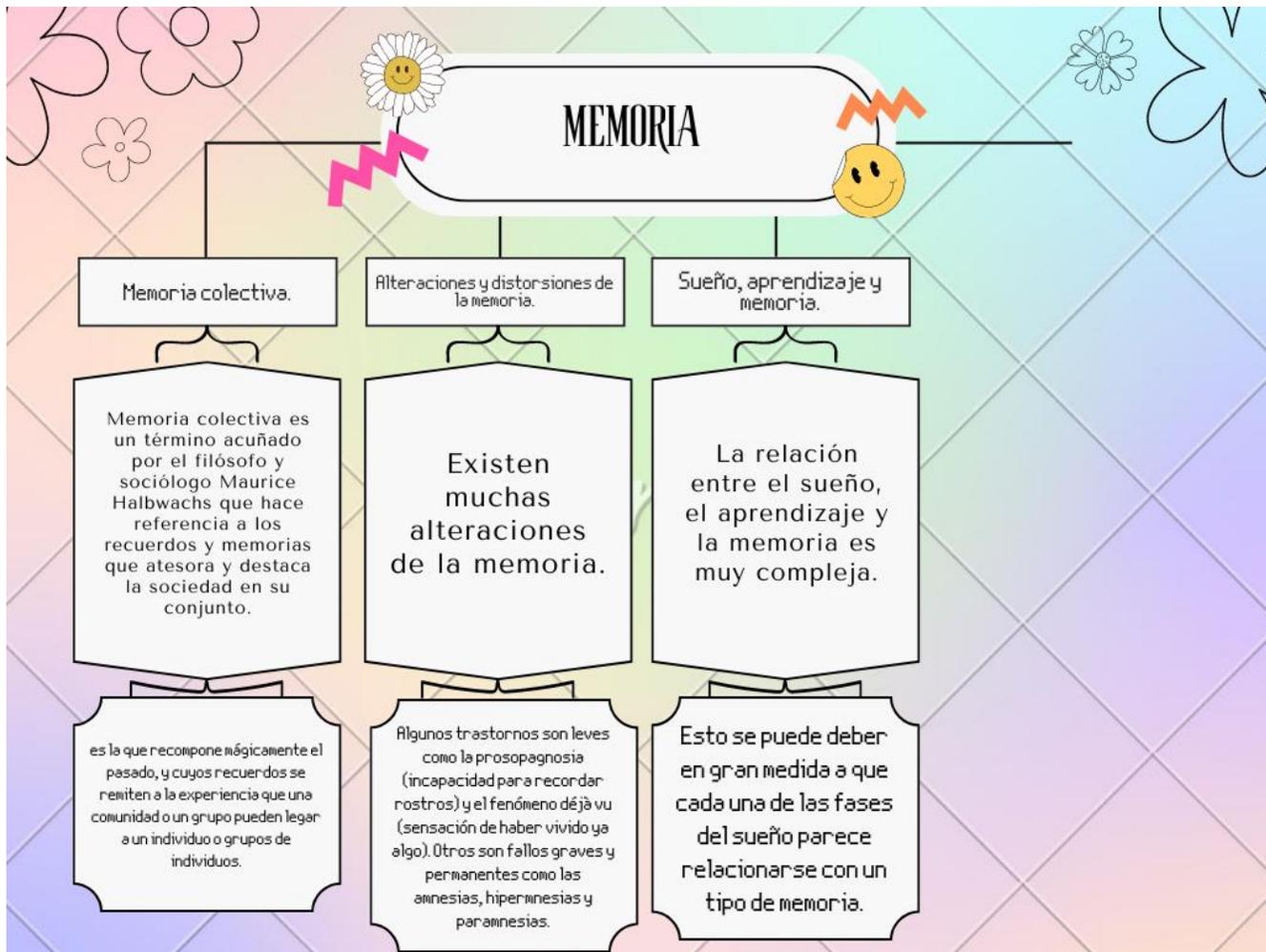
El acto de olvidar es una acción involuntaria que consiste en dejar de recordar (o de almacenar en la memoria) la información adquirida.

Menudo el olvido se produce por el aprendizaje interferente, que es el aprendizaje que sustituye a un recuerdo no consolidado en la memoria, y lo "desaparece" de la conciencia. Hay que recordar que uno recuerda que ha olvidado algo, es decir, que sabe que tenía un conocimiento que ya no está allí, es decir, tener conciencia de haber tenido eso. Así, los recuerdos olvidados no desaparecen, sino que son sepultados en el inconsciente.

Como mejorar la memoria.

1. Duerme.
2. Mantener el estrés a raya.
3. Mantén una dieta saludable.
4. Mantener un buen equilibrio trabajo / vida.

1. Reír a menudo y de corazón.
2. Dale a tu cerebro un entrenamiento.
3. No evites el gimnasio.
4. Trata cualquier problema de salud de manera apropiada.



FUENTES BIBLIOGRAFICAS

ANTOLOGIA DE APRENDIZAJE Y MEMORIA

Dorothy, C. (2001). "Cómo aprenden los niños", Ed. Fondo de Cultura Económica".

Ellis, J. (2005). "Aprendizaje Humano". Ed. Pearson.

Jayne, S. (2007). "Como aprende el cerebro". Ed. Ariel.

López, S. (2018). "Estilos de aprendizaje y métodos de enseñanza". Ed. Uned.

Manzanero, A. "La memoria Humana". Ed. Pirámide.