



Mi Universidad

Mapa Conceptual/Cuadro

Sinóptico

Nombre del Alumno: Samuel Gómez Arias

Nombre del tema: UNIDAD IV: MEMORIA

Parcial: Único

Nombre de la Materia: Aprendizaje y Memoria

Nombre del profesor: Antonio Galera Pérez

Nombre de la Licenciatura: Psicología General

Cuatrimestre: 4°

UNIDAD IV.- MEMORIA.

NEUROPSICOLOGÍA DE LA MEMORIA

SU ENFOQUE

Es el estudio del cerebro, así como en la relación que existe entre órgano y la conducta humana. Proceso psicológico que nos permite aprender

La memoria no es una entidad unitaria y homogénea, sino que consta de varios sistemas que nos permiten adquirir, retener y recuperar la información que nos llega del entorno.

DISTINTAS MEMORIAS A LARGO PLAZO

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

❖ **IMPLICITA:** Información que recordamos de forma inconsciente o involuntaria, tus habilidades y destrezas

Manejar bicicleta.

PROCESOS BÁSICOS DE LA MEMORIA.

Construimos y renovamos nuestra representación del mundo a partir de 3 procesos cognitivos fundamentales:

- ❖ Percepción
- ❖ Aprendizaje
- ❖ 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.

- ❖ Codifica
- ❖ Almacena
- ❖ Recupera

❖ **EXPLICITA:** información que queremos recordar de manera consciente y voluntaria nos conlleva trabajo y esfuerzo recordarla.

Examen, contraseña, etc.

ESTRUCTURA Y FUNCIONAMIENTO DE LA MEMORIA.

Aprendizaje, se entiende como el proceso mediante el cual las experiencias generan modificaciones en el sistema nervioso del individuo y, consecuentemente, modifican sus formas de conocer y de comportarse.

Lo que se aprende constituye la memoria.

NIVELES DE PROCESAMIENTO DE LA MEMORIA.

- El nivel superficial de procesamiento atiende los rasgos sensoriales (aspecto, sabor, color, etc.).
- El nivel intermedio introduce el reconocimiento de alguna característica, y el nivel profundo atiende el significado.
- La huella del nivel profundo es duradera porque se ha procesado con mayor esfuerzo mental.

- ❖ **Episódica:** recordar acontecimientos, experiencias, eventos
- ❖ **Semántica:** conocimiento que tenemos sobre el mundo

UNIDAD IV.- MEMORIA.

RECUPERACIÓN DE LA INFORMACIÓN.

RECORDAR

Es extraer información de la memoria de algo que hemos aprendido o vivido.

Conocer es siempre recordar, pero no lo que fuimos o supimos, sino lo que somos y sabemos ahora.

La memoria depende del contexto. El estado de ánimo y el recuerdo influyen notablemente. Recordamos rellenando los huecos de la memoria

EL OLVIDO.

ES LA

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

- Lesión o degeneración cerebral
- Represión
- Interferencia
- Falta de procesamiento
- Contexto inadecuado

LA

MEMORIA COLECTIVA.

ES UN

Proceso psicológico que se nutre de influencias socioculturales. Pertenece al individuo, pero es también un patrimonio del grupo. La memoria forma parte de la identidad comunitaria, de la vida social y de la historia de los grupos.

La memoria colectiva es uno de los signos de la identidad grupal. Es el conjunto de recuerdos de un grupo o comunidad, que se transmiten de generación en generación. Es una fuente de enseñanzas y origina cambios sustanciales en la memoria individual; gracias a ella cada persona consolida sus recuerdos colectivos.

En la memoria colectiva se guardan hechos heroicos, incluso míticos, importantes para el grupo, y se minimizan o desaparecen los hechos negativos o que no confluyen con el destino aceptado para todo el grupo.

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. Todos los ejercicios memorísticos tienen como base alguno de estos principios generales: atención, sentido, organización y asociación.

Alteraciones de la memoria

- 1. Tiempo { La memoria se debilita con el paso de los
- 2. Distracción { Los fallos de la memoria por distracción, se producen porque estamos preocupados en otros asuntos y no atendemos a lo que debemos recordar.
- 3. Bloqueo. { Es una búsqueda de información frustrada.
- 4. Atribución errónea. { Consiste en asignar un recuerdo a una fuente equivocada, por ejemplo, confundir la fantasía con la realidad o recordar cosas que no han pasado.
- 5. Sugestibilidad { Es la tendencia de un individuo a incorporar información engañosa que procede de fuentes externas –otras personas, imágenes, medios de comunicación- a sus recuerdos personales (formar memorias falsas).
- 6. Propensión { Refleja la influencia de nuestros conocimientos y creencias actuales sobre el modo de recordar el pasado.
- 7. Persistencia { Consiste en recordar sucesos del pasado que preferiríamos desterrar de nuestra mente, porque están ligados a nuestra vida emocional.

Alteraciones de la memoria

- 1. Amnesia { Pérdida total o parcial de la memoria, originada por un problema neurológico o por causas psicológicas.
Amnesia anterógrada o de fijación: es la incapacidad para adquirir nueva información y recordar los sucesos.
Amnesia retrógrada: es la incapacidad de recordar el pasado.
Amnesias psicógenas: las víctimas de violaciones, torturas o abusos sexuales pueden tener mucho tiempo una amnesia psicógena respecto al trauma, que les impide recordar la experiencia traumática.
Demencia senil: es un declive gradual de las funciones intelectuales.
Amnesias funcionales: la memoria de una persona puede verse afectada por su estilo de vida: el estrés, la ansiedad y las emociones negativas.
- 2. Hiperamnesia { Es una exageración de la facultad de la memoria. Estas personas recuerdan datos inútiles, como páginas completas de una guía telefónica. Suele presentarse en jóvenes autistas
- 3. Paramnesia { Es la elaboración de “falsos recuerdos”, se recuerda algo que no ocurrió. Hay personas que cuentan recuerdos falsos confabulaciones o son mentirosos patológicos.

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.

En primer lugar, una persona con privación de sueño no puede centrar la atención de manera óptima y por lo tanto no puede aprender de manera eficiente.

En segundo lugar, el sueño en sí tiene un papel en la consolidación de la memoria, que es esencial para el aprendizaje de nueva información.

SUEÑO, APRENDIZAJE Y MEMORIA.

1. Adquisición

Se refiere a la introducción de nueva información en el cerebro.

2. Consolidación

Representa los procesos por los que un recuerdo se vuelve estable.

3. Recuerdo

se refiere a la capacidad de acceder a la información (ya sea consciente o inconscientemente) después de haber sido almacenado

Los investigadores del sueño estudian el papel del sueño en la formación de aprendizaje y la memoria de dos maneras.

- El primer enfoque se ve en las diferentes etapas del sueño (y los cambios en su duración) en respuesta a aprender una variedad de nuevas tareas.
- El segundo enfoque examina cómo la falta de sueño afecta el aprendizaje. La falta de sueño puede ser total (sin sueño permitido), parcial (dormir temprano o tarde no siempre es posible), o selectivos (etapas específicas del sueño se ven privados).

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

- 1.- Aparicio, J. , “El aprendizaje humano y la memoria”. Ed. Pirámide.
- 2.- Baddeley, A. (1998). “Memoria Humana teoría-práctica”. Ed. Mc Graw Hill.
- 3.- Ballesteros, S. (2012). “Psicología de la memoria: estructuras, procesos y sistemas”.Ed.

Universitas.

- 4.- Dorothy, C. (2001). “Cómo aprenden los niños”, Ed. Fondo de Cultura Económica”.
- 5.- Ellis, J. (2005). “Aprendizaje Humano”. Ed. Pearson.
- 6.- Jayne, S. (2007). “Como aprende el cerebro”. Ed. Ariel.
- 7.- López, S. (2018). “Estilos de aprendizaje y métodos de enseñanza”. Ed. Uned.
- 8.- Manzanero, A. “La memoria Humana”. Ed. Pirámide.

UNIVERSIDAD DEL SURESTE 124

- 9.- Morris, C. (2005). “Introducción a la Psicología”. 7a Edición. Prentice Hall Hispanoamericana.
- 10.- Ortiz, A. (2015). “Neuroeducación”.Ed. Educación.
- 11.- Ortiz, T. (2009). “Neurociencia y Educación”. Ed. Alianza.
- 12.- Redolar, D. (2013). “Neurociencia cognitiva”. Ed. Médica Panamericana.
- 13.- Robledo, I. (2018),”Memoria práctica: una guía sencilla para recordar”.
- 14.- Universidad Católica Silva Henríquez. (2007). “La comprensión del cerebro”. Ed.

OCDE.

- 15.- Varela, M. (2005), “Memoria”. Ed. Médica Panamericana