



**U. D.S
MI UNIVERSIDAD**

DOCENTE: JANETH FABIOLA SOLÓRZANO PENAGOS.

ALUMNA : NANCY CAROLINA MONTOYA HERNÁNDEZ.

CARRERA : PSICOLOGÍA .

MATERIA: MEMORIA Y APRENDIZAJE.

TEMA: UNIDAD IV.

FECHA DE ENTREGA: 15/10/2024.



BIBLIOGRAFÍA : antología U.D.S(memoria y aprendizaje)-edición2024.pagina:102-123.

MEMORIA

4.1 NEUROPSICOLOGÍA DE LA MEMORIA

Los neuropsicólogos investigan los mecanismos que convierten la actividad bioquímica de las neuronas en experiencias subjetivas, emociones, recuerdos y pensamientos.

4.2 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.

4.3 ESTRUCTURA Y FUNCIONAMIENTO DE LA MEMORIA

Los psicólogos tratan de explicar cómo la memoria, que es una función cerebral superior, registra los sucesos como recuerdos y cómo asociamos unos recuerdos con otros.

ACTUALMENTE

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

POR CONSIGUIENTE

Benja Miller demostró que la pérdida de masa en células correspondiente al estrés temporal y al aprendizaje.

- La memoria tiene tres diferentes niveles: MLP, MAP y MCP.
- Cabeñe: La neurobiología pretende entender los mecanismos de la psicología cognitiva con los neurocientíficos.

CODIFICACIÓN

Es la transformación de los estímulos en una representación mental.

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

ESTÍMULOS

son procesados en función de la forma, tamaño, color y el tipo de procesamiento recibido.

Superficial: en este nivel se atiende a los rasgos sensoriales (aspecto, sabor, color, etc.).

Intermedia: involucra el reconocimiento de alguna característica.

Profundo: Este nivel atiende su significado, es duradero porque se ha procesado con la mente.

LAS INTERCONEXIONES

Registra, guardan y recuperan información mediante el aumento de probabilidad de activar una representación similar a la experiencia anterior.

ESTÍMULOS EXTERNOS

Registros sensoriales: vista, gusto, sonido, tacto, olfato.

Memoria a corto plazo: práctica, codificación, decisión, estrategias de recuperación.

Memoria largo plazo: huellas perdurables, episódica, semántica, perceptual, procedimental.

MEMORIA

4.4 DISTINTAS MEMORIAS A LARGO PLAZO

La memoria a largo plazo es la persistencia del aprendizaje a través del tiempo. Los conocimientos organizados en nuestra memoria permiten ordenar y dar sentido a la realidad, y al mismo tiempo predecir qué es lo que va a suceder.

ACTUALMENTE

Memoria a corto plazo: almacena información de manera temporal (7 segundos).

Memoria a largo plazo: almacena información de manera permanente (a lo largo de la vida).

Memoria de trabajo: memoria temporal (memoria operativa).

POR CONSIGUIENTE

Memoria sensorial: almacena información que ingresó por los sentidos (memoria a corto plazo).

Sistemas de memoria: memoria sensorial, memoria a corto plazo, memoria a largo plazo.

4.5 NIVELES DE PROCESAMIENTO DE LA MEMORIA

Consideran que la memoria es una, y no un simple almacén pasivo, y que la forma en que se procesa la información influye sobre el recuerdo posterior.

SE DIVIDE EN 3 NIVELES

superficial: nivel superficial de la memoria que guarda información por un tiempo corto (segundos).

profundo: nivel profundo de la memoria que guarda información por un tiempo largo (años).

INTERMEDIO

Elaboración en el recuerdo de alguna característica, y el nivel profundo atiende el significado.

profundo: La fuerza del recuerdo profundo es duradera porque se ha procesado con mayor esfuerzo.

4.6 RECLIPERACIÓN DE LA INFORMACIÓN

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

PODEMOS RECONSTRUIR

nuestro pasado combinando fragmentos de información según nuestras expectativas actuales.

MEMORIA

Recordamos el mundo a través de la memoria, que almacena información que nos ha pasado, en momentos que nos afectan.

También es la memoria que nos permite vivir en el presente y proyectar el futuro.

MEMORIA

4.7 EL OLVIDO

Es la incapacidad de recordar nombres, fechas, hechos o acontecimientos. Se produce por una saturación de información o fallos en la recuperación.

SEÑALES

Se produce porque nuestro cerebro no puede almacenar y recuperar toda la información.
Se produce: cuando tenemos demasiada información de un momento a otro, cuando estamos distraídos, cuando estamos cansados.
Falta de procesamiento: no podemos almacenar tanta información.
Estrés: el estrés afecta a la memoria porque interfiere con el procesamiento de la información.

PUEDEN SER PROVOCADOS POR:

- Estrés
- Déficit de atención
- Desorganización
- Falta de interés de los datos

4.8 COMO MEJORAR LA MEMORIA

Para mejorar la memoria existen algunos principios generales y algunas reglas mnemotécnicas:

PRINCIPIOS GENERALES

- **Atención:** no puedes recordar lo que no estás atento a que suceda. Se necesitan más repeticiones y grabaciones para recordar.
- **Interés:** lo que nos interesa lo recordamos mejor. Una información repetitiva se olvida.
- **Organización:** lo que nos interesa lo recordamos mejor. Una información repetitiva se olvida.
- **Repetición:** cuando nos interesa lo que sucede, recordamos mejor. Una información repetitiva se olvida.

VISUALIZAR

Hacer fichas de lo que aprende.
Utilizar colores para estudiar lo que aprende.
Fraccionar en caso de agitación de visualización.
Crear un tablero con pines.
Dibujar.
Organizar:
- Organizar los temas.
- Ordenar cuadros de datos o pautas.

4.9 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.

EXISTE UNA GRAN DIFERENCIA ENTRE LA MEMORIA COLECTIVA Y LA INDIVIDUAL

- La memoria colectiva es una construcción de pensamiento colectivo natural.
- La memoria colectiva se sitúa dentro del grupo, mientras que la memoria individual.
- Los datos de la memoria colectiva son fijos e inmutables.

COLECTIVA E HISTÓRICA

- La memoria colectiva es un tipo de memoria que se transmite de generación en generación.
- La memoria colectiva se transmite de generación en generación.
- La memoria colectiva es un tipo de memoria que se transmite de generación en generación.

MEMORIA

4.10 ALTERACIONES Y DISTORSIONES DE LA MEMORIA

Los siete pecados de la memoria" escrita por Daniel Schacter describe los siete errores de la memoria.

ALTERACIONES DE LA MEMORIA

- Tiempo
- Dirección
- Bloqueo
- Activación errónea
- Suggestibilidad
- Propensión
- Persistencia

DISTORSIONES DE LA MEMORIA

- 1. Amnesia es la pérdida total o parcial de la memoria.
- Amnesia anterógrada o de fijación es la incapacidad para adquirir nueva información.
- Amnesia retrograda es la incapacidad de recordar el pasado.
- Amnesia psicógena: los síntomas de amnesia, surgen a algunos eventos.

DEMENCIA

Demencia senil, es un declive gradual de las funciones intelectuales.

Amnesia funcional: la memoria de una persona puede verse afectada por su estilo de vida.

HIPERAMNESIA

Es una exageración de la facultad de la memoria. Estas personas recuerdan datos inútiles, como páginas completas de una guía telefónica.

PARAMNESIA

Es la elaboración de "falsos recuerdos", se recuerda algo que no ocurrió.

4.11 SUEÑO, APRENDIZAJE Y MEMORIA

El sueño, el aprendizaje y la memoria son fenómenos complejos que no se entienden completamente.

EL SUEÑO

Una persona con privación de sueño no puede controlar 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.

3 FUNCIONES DEL SUEÑO

1. Adaptación en relación a la intensidad de las estimaciones del ambiente.
2. Consolidación: representa los procesos por los que se consolidan nuevas ideas.
3. Recuerdo en relación a la capacidad de recordar en el futuro.