

Tipos de memoria

Trabajo

- La estructuración nos ayuda a recordar
 - Manipular información de forma que se recuerda fácil
- Proceso de sobrescritura
- Ejemplos
 - Recordar un nombre a marcar
 - Hacer operaciones aritméticas
- Características
 - Acceso rápido
 - Baja capacidad
 - Alta recaída
 - Variable según el individuo
 - Alta decaída

• Simultaneidad de tareas

• ¿Cómo funciona?

- Componentes
 - Agenda visoespacial
 - Especializado en información verbal
 - Ejecutivo central
 - Un sistema supervisor
 - Lazo articulatorio
 - Especializado en información visual y espacial
- Cantidad máxima a recordar, entre 5 y 9 elementos (importa en los menus)
- Huella
 - Facilita recordar más cosas
 - Agrupación
 - Asociación
 - La huella se forma con cada asociación exitosa
 - Si la huella no se forma correctamente pierde el acceso a la información

• ¿Qué recordamos?

- Mejor
 - Inicio final listas
 - Elementos relacionados

- Peor
 - Elementos parecidos

• Interferencia

• Consecuencias del exceso de información

- Memoria limitada
- Alamacenes distintos (llego memorias distintas, más espacio que llenar solo una)
- **Consecuencias de la falta de información**
- **Experimento de Salame y Baddeley**
- Las interferencias provocan errores, alteran la memoria para mal

Largo plazo

- MLP(Meoria a Largo Plazo)
- Capacidad casi ilimitada
- Perdidas lentas
- Acceso más lento (1/0s)
- Aquí está todo lo que sé
- Tipos
 - **Procedimental**
 - Reglas de actuación
 - Estrategias
 - Es la que más permanece
 - **Declarativa**
 - **Episódica**
 - Experiencias
 - Eventos
 - Forma seriada
 - **Semántica**
 - Conclusiones
 - Me da experiencia
 - Genero opiniones
 - Habilidades obtenidas de mi experiencia
 - Se olvida menos que la episódica
 - Es más de hechos

• Proceso de captura y almacenamiento

- La información de la memoria de trabajo se transfiere a la MLP
 - Refrescar
 - Hacer consistente
- Memorización mejorable (técnicas trabajo)
 - Hipótesis tiempo total
 - Hipótesis tiempo distribuido
 - Información con significado
 - Sentencias (frase memotécnica)

• Proceso de olvido

- Proceso
 - **Decaimiento**
 - **Interferencia**
- **Factor emocional**
 - Negativo (traumas)
 - Positivo

• Proceso de recuperación

- **Recuerdo**
 - Información reproducida
 - Hago un esfuerzo por buscar
- **Reconocimiento**

- Menos compleja
- La presentación de información suministra pistas

Memoria sensorial

Relación con los sentidos

Memoria iconica

Canal visual

Memoria coica

Canal auditivo

Utilidad memoria

Sperlig

Veo más de lo que puedo recordar

Proceso de atención

- La atención es selectiva
- La atención solo está en un tipo de memoria

Modelo mental

- Es un sistema que me permite interpretar el mundo
 - Consecuencia de la memoria semántica
 - El modelo mental principal es el del mundo donde me muevo
 - Formados a partir de la experiencia, el entrenamiento y el aprendizaje
 - Expectativas de como funciona el mundo
- **Características**
- Parciales
 - Inestables
 - Inconsistentes
 - Acienttíficos