



Memoria

Proceso emocional-mental a través del cual podemos almacenar información interesante, y también rescatarla y recuperarla cada vez que la necesitamos.



- Las áreas del cerebro que registran cualquier acontecimiento no se desarrollan de modo completo hasta los 2 años de edad. Así que lo ocurrido anteriormente sí estará registrado, sólo que de una manera inconsciente. Eso sí, la memoria inconsciente desempeña un papel importante en la memoria consciente.



Aprendizaje

Proceso a través del cual una información es memorizada, y además dichos recuerdos influyen en los aprendizajes futuros. Así que memoria y aprendizaje interactúan mutuamente.



- "Cuando las neuronas de la cadena fortalecen sus enlaces entre sí, empiezan a reclutar neuronas vecinas para que se unan al esfuerzo. Cada vez que se repite la actividad, los lazos se vuelven un poco más fuertes y participan más neuronas, hasta que finalmente se desarrolla una red entera que recuerda la destreza, la palabra, el episodio o el color. En esa etapa queda codificado el asunto de que se trate como recuerdo."

John Ratey (2002). El cerebro: manual de instrucciones. Mondadori (p.240)



Recuerdo

Recuperación efectiva de una información almacenada en la memoria.



Olvido

Incapacidad de recordar. El olvido es un proceso natural de la memoria; es más, cada vez que actualizamos nuestros esquemas de conocimiento, solemos desechar información redundante o innecesaria.



Reconocimiento

Conciencia de haber recibido anteriormente el mismo estímulo.



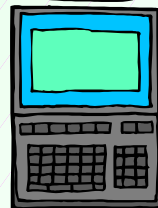
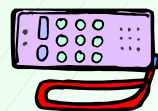
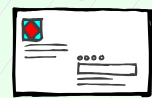
Mnemotecnia

Técnicas destinadas a fomentar tanto la capacidad de memorización como de recuperación de la información almacenada.



¿Técnicas o estrategias?

Aunque no son lo mismo, ambas cosas tienen relación con la mnemotecnia. Las **técnicas** de mnemotecnia son acciones, trucos concretos que ponemos en marcha en un momento determinado para, como quien dice, salir del apuro. Las **estrategias** van más allá; suponen una toma de decisión consciente, una planificación minuciosa a fin de incorporar e interiorizar técnicas varias, de tal manera que nos lleven a aprender a aprender (autorregulación de las condiciones de aprendizaje). En ese sentido, las técnicas de mnemotecnia las incorporaremos en lo que se ha dado en llamar estrategias de aprendizaje.



Aprender a aprender

Estrategias que permiten que uno pueda regular las condiciones de su aprendizaje (evaluando el proceso, modificando aquello que va mal...), y así aprender a pensar, seguir aprendiendo. Por decirlo de una forma sencilla, el aprender a aprender convierte a uno en su propio maestro a fin de seguir aprendiendo. Las estrategias de aprender a aprender son de varios tipos:



- ◆ **Cognitivas:**

- De elaboración: aprender a resumir un texto, por ejemplo.
- De organización: por ejemplo, haciendo un cuadro sinóptico a partir de un resumen.
- De recuperación: muchas de las que veremos en esta unidad didáctica.

- ◆ **Motivacionales.**

- ◆ **Metacognitivas:** referidas al "caer en cuenta" de los procesos cognitivos de que disponemos, implementando el más adecuado para la tarea en cuestión.

