Memoria

Seconda parte

Dott. Giuseppe Muscianisi

Quali sono le informazioni o eventi ricordiamo con maggiore facilità e per quale motivo risulta più semplice tenerli in mente?

Dott. Giuseppe Muscianisi

È impossibile separare la memoria dall'apprendimento poiché tali capacità sono strettamente correlate tra loro

Dott. Giuseppe Muscianisi

La modalità con i cui immagazziniamo ed elaboriamo i contenuti, cambia la qualità di ciò che siamo capaci di memorizzare

Dott. Giuseppe Muscianisi

Cono d’apprendimento

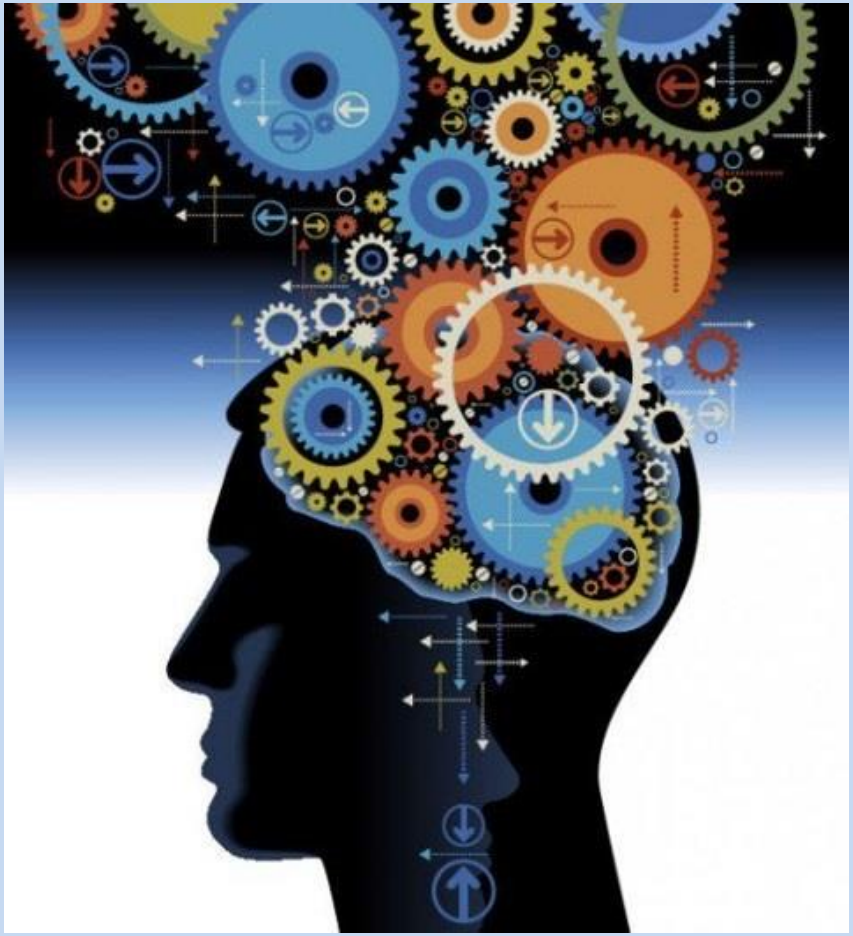
Dott. Giuseppe Muscianisi

“Più l’evento o ciò che devi ricordare è emozionale, ti fa viver situazioni particolari, mai vissute, o ti fa provare emozioni forti, più sarà semplice da memorizzare e più a lungo rimarrà impresso nella tua memoria”

Marco Tardia
I segreti della Memoria

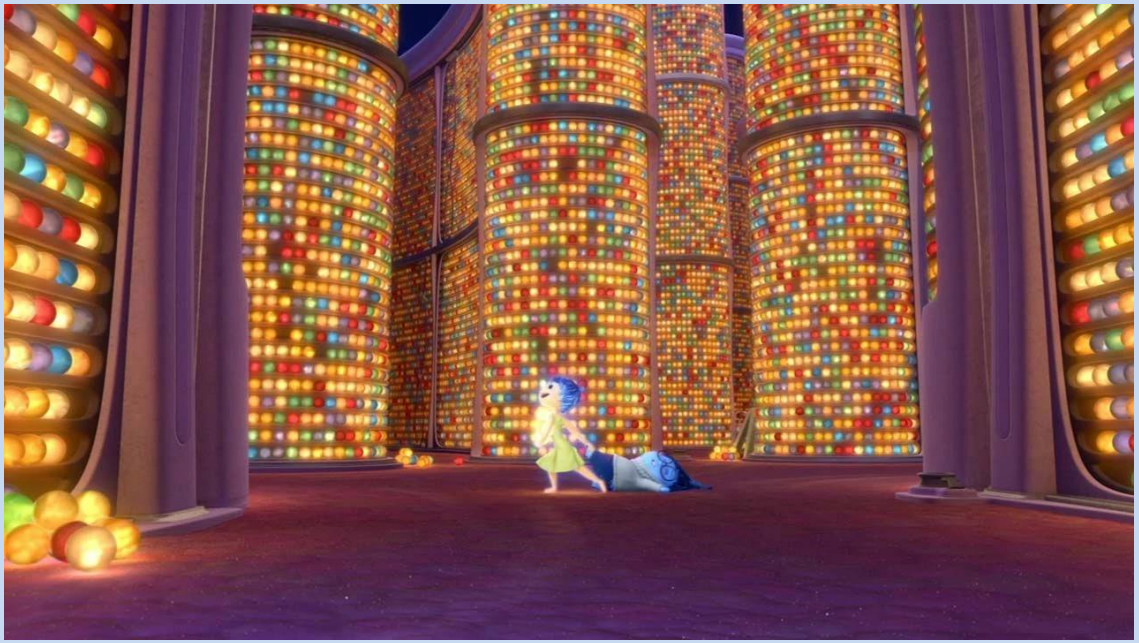
Dott. Giuseppe Muscianisi

I magazzini della memoria



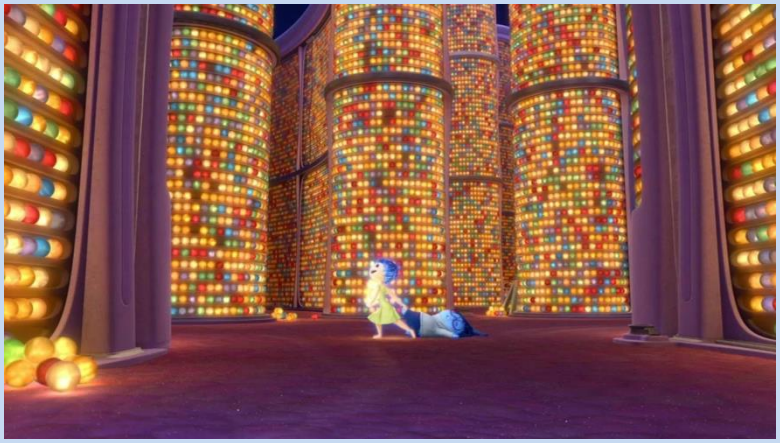
Dott. Giuseppe Muscianisi

Il più diffuso criterio di classificazione si basa proprio sulla durata della ritenzione del ricordo



Dott. Giuseppe Muscianisi

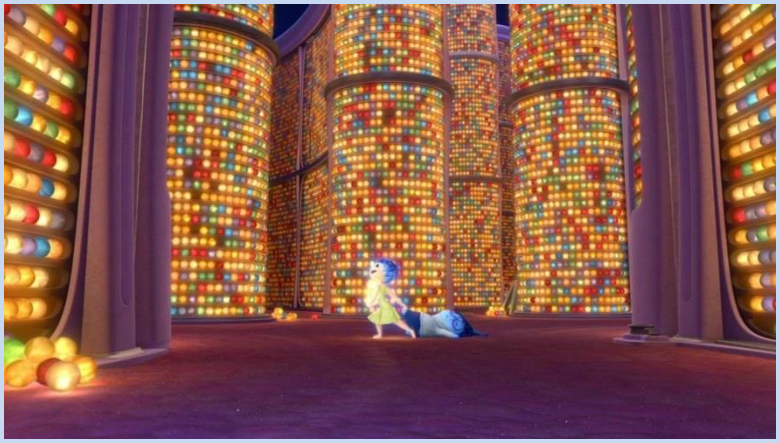
Classificazione della memoria



Dott. Giuseppe Muscianisi

Classificazione della memoria

Memoria sensoriale

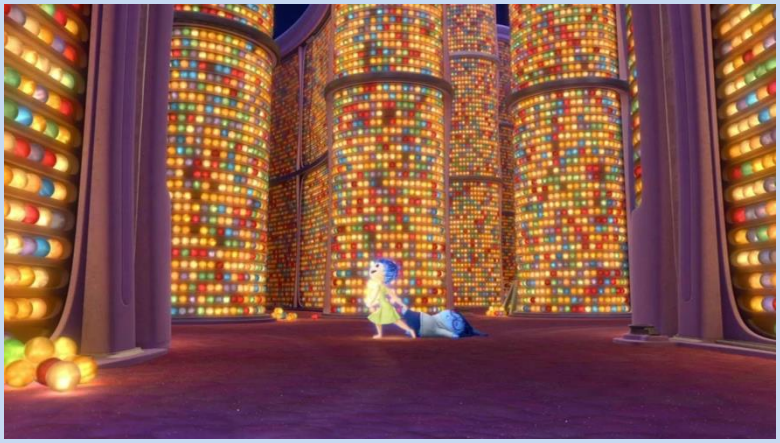


Dott. Giuseppe Muscianisi

Classificazione della memoria

Memoria sensoriale

Memoria a breve termine



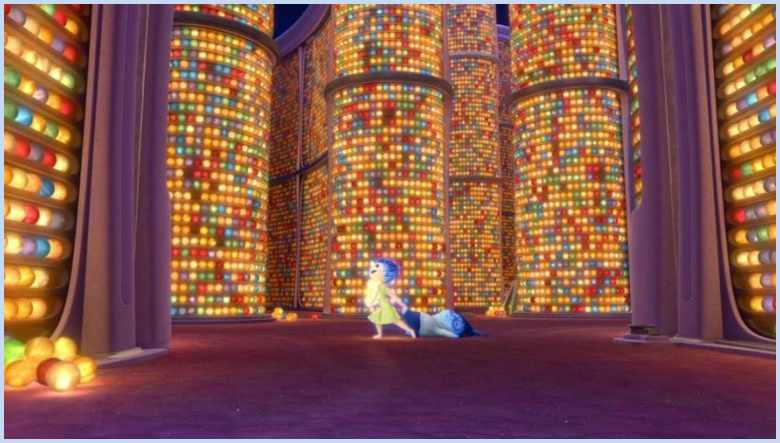
Dott. Giuseppe Muscianisi

Classificazione della memoria

Memoria sensoriale

Memoria a breve termine

Memoria a lungo termine



Dott. Giuseppe Muscianisi

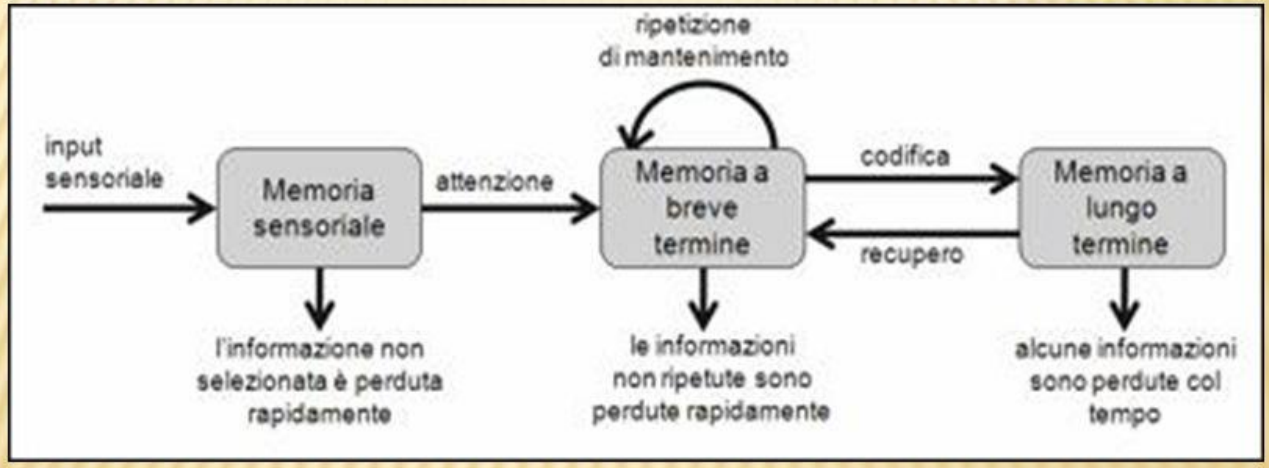
Tale distinzione viene spesso travisata nel linguaggio comune, che considera (erroneamente) la memoria a breve termine come la capacità di ricordare eventi recenti e la memoria a lungo termine quelli remoti

Dott. Giuseppe Muscianisi

In realtà sia gli eventi recenti che remoti vengono elaborati dalla memoria a lungo termine. I termini "breve" e "lungo" non si riferiscono alla collocazione temporale degli avvenimenti appresi, ma alla loro durata di conservazione

Dott. Giuseppe Muscianisi

IL MODELLO DI ATKINSON E SHIFFRIN



Dott. Giuseppe Muscianisi

Memoria sensoriale

Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria sensoriale è il primo tipo di approccio che abbiamo con l'ambiente, grazie alla quale è possibile conservare le informazioni utilizzando i cinque sensi

Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria sensoriale permette di conservare le informazioni per un tempo brevissimo, e registra molti dati, seppure in maniera limitata

Dott. Giuseppe Muscianisi

Le informazioni rilevanti, ricevute attraverso i sensi, vengono immagazzinate nella memoria a breve termine

Dott. Giuseppe Muscianisi

Memoria a breve termine

Dott. Giuseppe Muscianisi

Memoria a breve termine

La memoria a breve termine è in grado di conservare una piccola quantità di informazioni per una durata di 20 secondi circa

Dott. Giuseppe Muscianisi

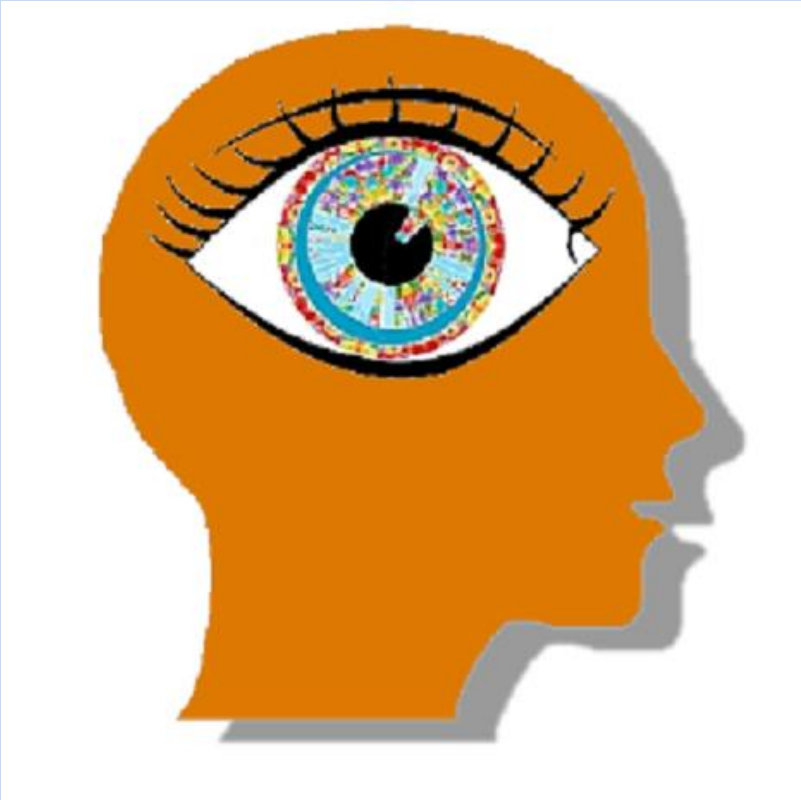
La memoria a breve termine elabora i dati ricevuti sotto forma di suoni (memoria verbale) e di immagini visive (memoria visiva)

Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria a breve termine verbale è così chiamata perché lo stimolo viene presentato sotto forma di suono (verbale o non verbale) e come tale è stato immagazzinato nel cervello

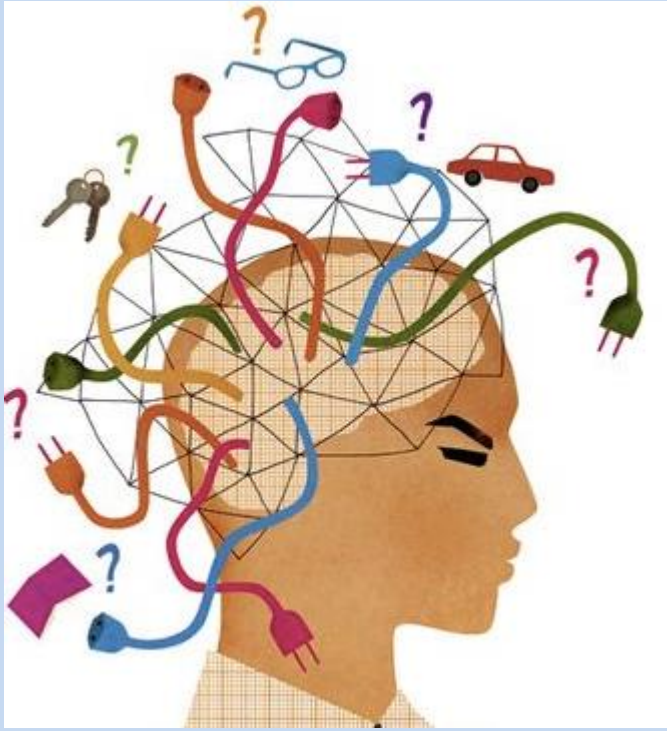
Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria visiva elabora le informazioni attraverso immagini



Dott. Giuseppe Muscianisi

Le informazioni elaborate dalla memoria a breve termine devono, successivamente, essere trasferite nella memoria a lungo termine per essere definitivamente memorizzate



Dott. Giuseppe Muscianisi

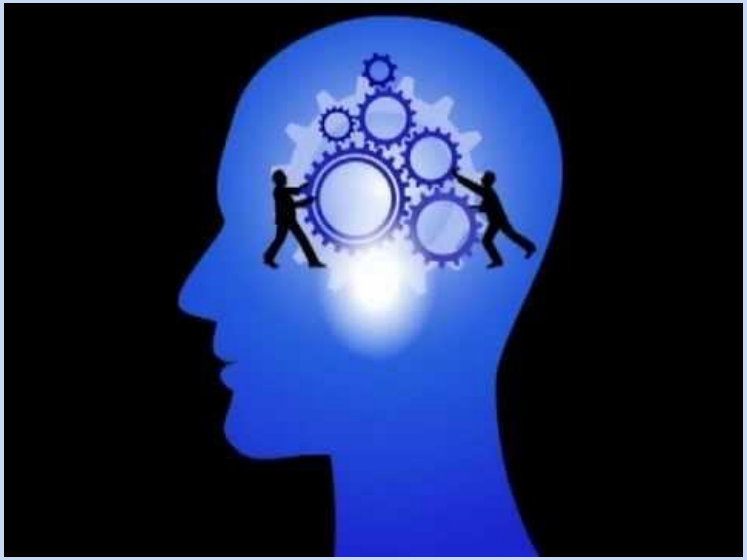
Memoria a lungo termine

Dott. Giuseppe Muscianisi

Tutte le informazioni memorizzate per una durata superiore ad alcuni minuti vengono, in seguito, posizionate nella memoria a lungo termine dove persistono per un lungo arco di tempo

Dott. Giuseppe Muscianisi

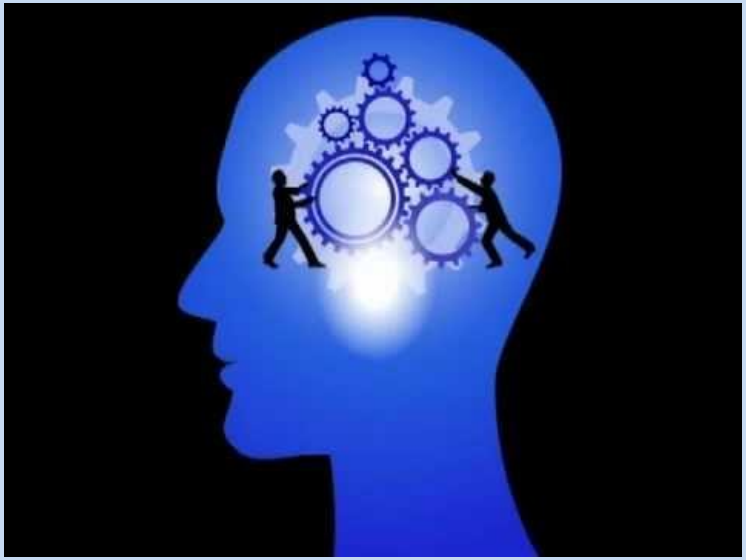
La memoria a lungo termine è definita prevalentemente da tre parametri che ne delineano le caratteristiche peculiari, differenziandola da quella a breve termine



Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria a lungo termine è definita prevalentemente da tre parametri che ne delineano le caratteristiche peculiari, differenziandola da quella a breve termine:

Durata del ricordo illimitato

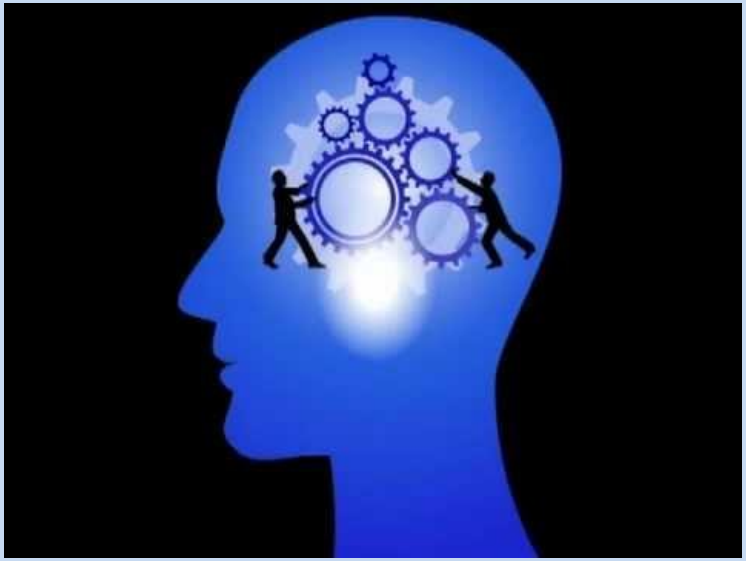


Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria a lungo termine è definita prevalentemente da tre parametri che ne delineano le caratteristiche peculiari, differenziandola da quella a breve termine:

Durata del ricordo illimitato

Magazzino molto ampio



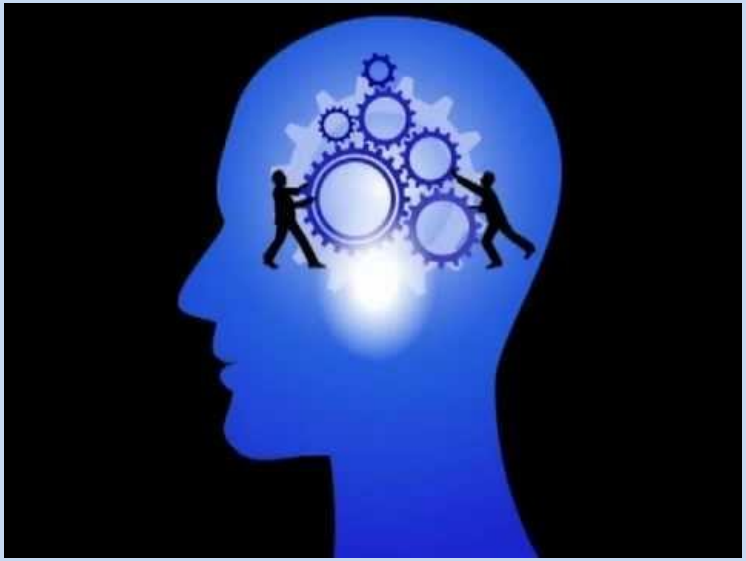
Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria a lungo termine è definita prevalentemente da tre parametri che ne delineano le caratteristiche peculiari, differenziandola da quella a breve termine:

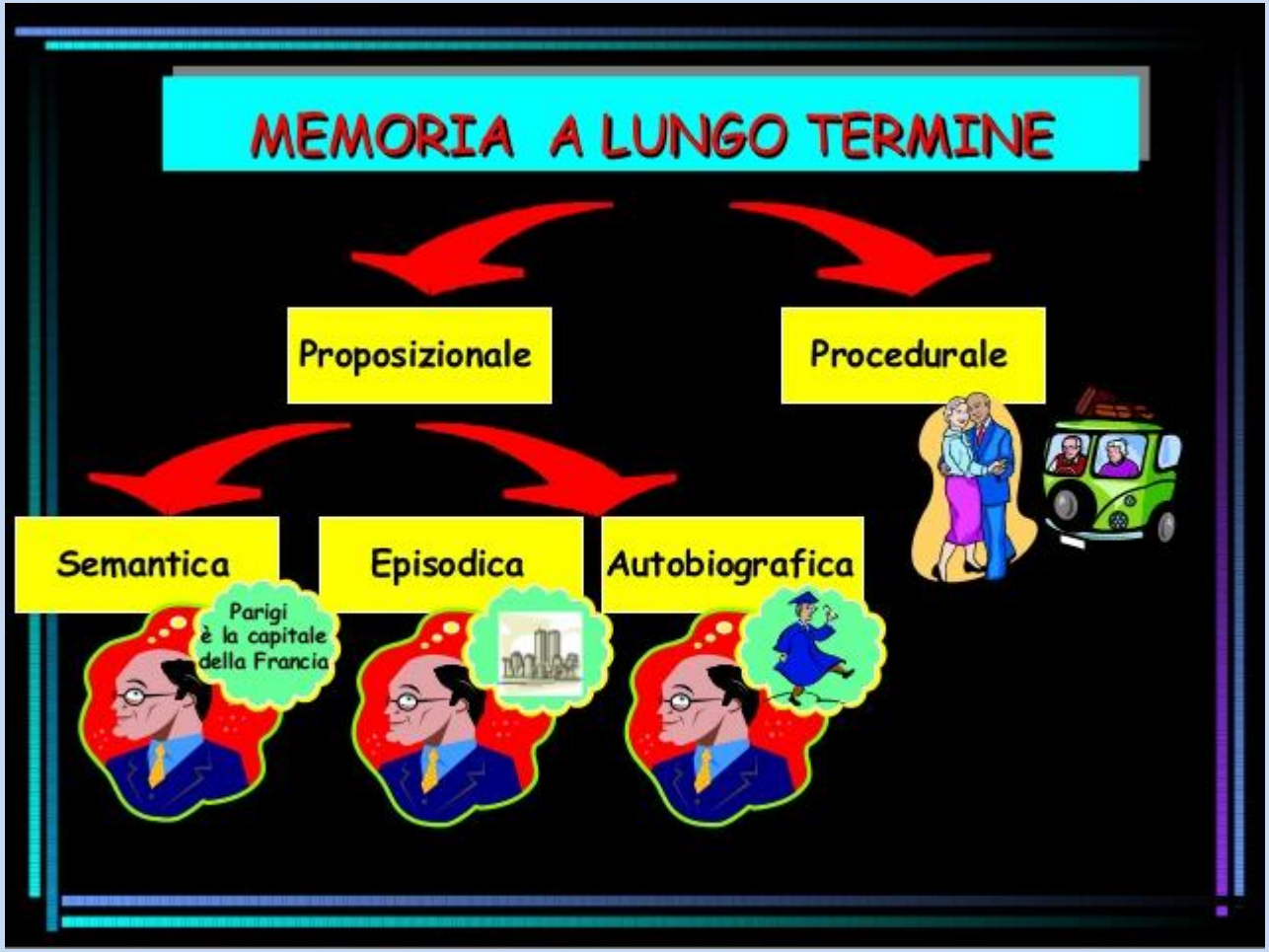
Durata del ricordo illimitato

Magazzino molto ampio

Lenta discesa verso l'oblio



Dott. Giuseppe Muscianisi



Dott. Giuseppe Muscianisi

Il passaggio dalla memoria a breve termine a quella a lungo termine è favorito da:

Dott. Giuseppe Muscianisi

Il passaggio dalla memoria a breve termine a quella a lungo termine è favorito da:

PARTECIPAZIONE ATTIVA

Dott. Giuseppe Muscianisi

Il passaggio dalla memoria a breve termine a quella a lungo termine è favorito da:

PARTECIPAZIONE ATTIVA

TIPOLOGIA ELABORAZIONE

Dott. Giuseppe Muscianisi

Il passaggio dalla memoria a breve termine a quella a lungo termine è favorito da:

PARTECIPAZIONE ATTIVA

TIPOLOGIA ELABORAZIONE

ORGANIZZAZIONE delle informazioni

Dott. Giuseppe Muscianisi

Percentuali di memorizzazione per tipologia di elaborazione

Dott. Giuseppe Muscianisi

Percentuali di memorizzazione per tipologia di elaborazione

Memoria verbale 18%

Dott. Giuseppe Muscianisi

Percentuali di memorizzazione per tipologia di elaborazione

Memoria verbale 18%

Memoria visiva 82%

Dott. Giuseppe Muscianisi

La ripetizione è l'ingrediente principe della memoria verbale per consentire il passaggio alla memoria a lungo termine

Dott. Giuseppe Muscianisi

Riscrivere , rileggere , fare dei riassunti, ripetere verbalmente o mentalmente sono forme di ripetizione

Il sabato del villaggio

di Giacomo Leopardi

La donzelletta vien dalla campagna,
in sul calar del sole,
col suo fascio dell'erba; e reca in mano
un mazzolin di rose e di viole,
onde, siccome suole,
ornare ella si appresta
dimani, al dì di festa, il petto e il crine.

Siede con le vicine
su la scala a filar la vecchierella,
incontro là dove si perde il giorno;
e novellando vien dal suo buon tempo,
quando al dì della festa ella si ornava,
ed ancor sana e snella
solea danzar la sera intra di quei
ch'ebbe compagni dell'età più bella.

130 —

Dott. Giuseppe Muscianisi

La ripetizione è un metodo passivo

Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria verbale ha forti limitazioni

Dott. Giuseppe Muscianisi

La maggior parte delle persone si limita a “imparare a memoria”

Dott. Giuseppe Muscianisi

Si rischia di disegnare sulla sabbia in riva al mare

Arriva un’onda più violenta e cancella tutto

Dott. Giuseppe Muscianisi

Provate a leggere una sola volta la seguente lista
e poi tentate di ripeterla senza guardare:

L – 4 – A – 1 – Z – D

Provate a leggere una sola volta la seguente lista e poi tentate di ripeterla senza guardare:

L – 4 – A – 1 – Z – D

Provate ora, sempre leggendola una sola volta, a imparare quest'altra lista ma questa volta ripetete prima le lettere in ordine alfabetico e poi i numeri in ordine decrescente:

M – 8 – I – 9 – R – 5

Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria visiva consente di collegare stabilmente le immagini con le parole corrispondenti

Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria visiva è più ‘’efficace’’ consentendo di collegare stabilmente le immagini con le parole corrispondenti

Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria visiva funziona attraverso:
immagini mentali
associazioni di immagini mentali

Dott. Giuseppe Muscianisi

Non occorre più memoria ma si deve imparare ad utilizzare al meglio la nostra

Dott. Giuseppe Muscianisi

La memoria ha quattro canali

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canali della memoria

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canali della memoria

Visivo

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canali della memoria

Visivo

Associativo

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canali della memoria

Visivo

Associativo

Fantasia

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canali della memoria

Visivo

Associativo

Fantasia

Emozionale

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canale visivo

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canale visivo

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canale associativo

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canale della fantasia

Dott. Giuseppe Muscianisi

Canale emozionale

Dott. Giuseppe Muscianisi

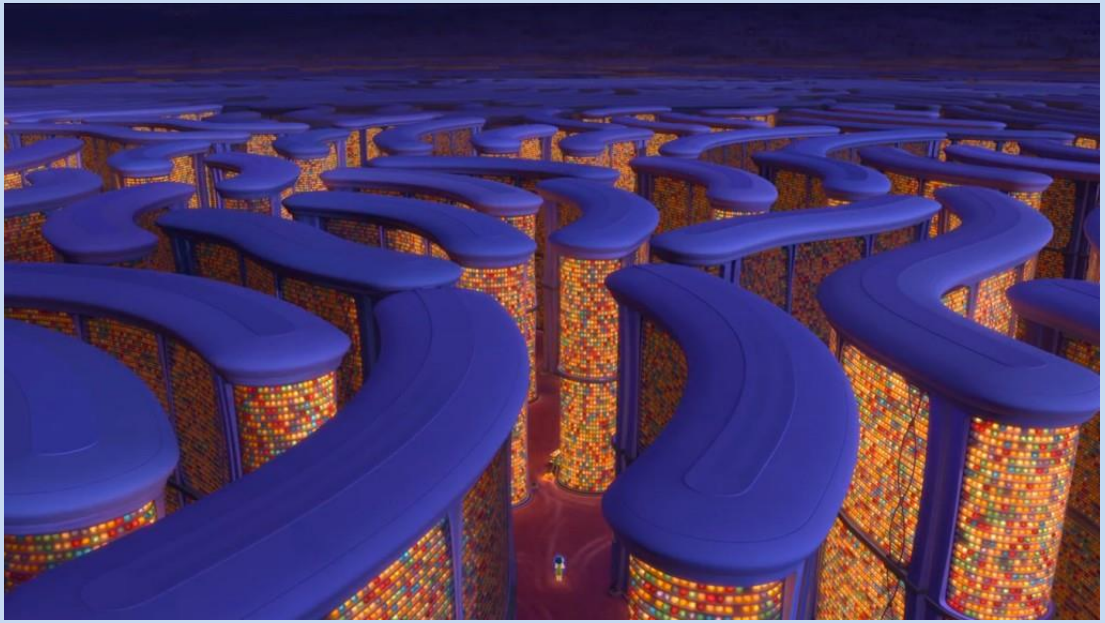
Il passaggio dalla memoria a breve termine a quella a lungo termine, infatti, non dipende tanto dal processo di ripetizione quanto dalla tipologia di elaborazione dell'informazione stessa

Dott. Giuseppe Muscianisi

L’importanza delle strategie di memoria non risiede solo in un incremento diretto delle prestazioni mnestiche ma soprattutto nella possibilità di stimolare le modalità di acquisizione del ricordo

Dott. Giuseppe Muscianisi

Per memorizzare un’informazione si devono coinvolgere tutti e quattro i canali sviluppando nessi associativi e associando una forte emozione che hanno il compito di aiutare l’istinto concatenante della mente



Dott. Giuseppe Muscianisi

L’organizzazione del “materiale” è alla base di un buon funzionamento mnestico

Dott. Giuseppe Muscianisi

Metodi cognitivi

Sistemi di organizzazione personale dell'informazione in entrata riallacciandosi alla rete di conoscenze e alle elaborazioni che favoriscono il riconoscimento del materiale immagazzinato e il suo recupero

Dott. Giuseppe Muscianisi