



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ

Γνωστική Ψυχολογία 3

Ενότητα #2: Μνημονικές Δομές και Λειτουργίες

Διδάσκων: Οικονόμου Ηλίας
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται στην άδεια χρήσης **Creative Commons** και ειδικότερα ***Αναφορά – Μη εμπορική Χρήση – Όχι Παράγωγο Έργο 3.0 Ελλάδα*** (***Attribution – Non Commercial – Non-derivatives 3.0 Greece***)



[ή επιλογή ενός άλλου από τους έξι συνδυασμούς]

[και αντικατάσταση λογότυπου άδειας όπου αυτό έχει μπει (σελ. 1, σελ. 2 και τελευταία)]

- Εξαιρείται από την ως άνω άδεια υλικό που περιλαμβάνεται στις διαφάνειες του μαθήματος, και υπόκειται σε άλλου τύπου άδεια χρήσης. Η άδεια χρήσης στην οποία υπόκειται το υλικό αυτό αναφέρεται ρητώς.

Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «**Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Πανεπιστήμιο Κρήτης**» έχει χρηματοδοτήσει μόνο τη αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Λειτουργίες και μηχανισμοί της μνήμης

Κωδικοποίηση (encoding)

Αποθήκευση (storage)

Ανάσυρση (retrieval)

Επανάληψη (repetition, rehearsal)

Συνένωση (chuncking)

Οργάνωση (organization)

Λήθη (forgetting)

Στάδια μνήμης

Η μνήμη μας για να λειτουργήσει σωστά, πρέπει να εκτελεί τρεις βασικές λειτουργίες:

1. **Κωδικοποίηση** πληροφοριών.

2. **Αποθήκευση** πληροφοριών.

3. **Ανάπλαση** (ανάσυρση) πληροφοριών.

Κωδικοποίηση

Κωδικοποίηση είναι η λειτουργία η οποία μετατρέπει φυσικά ερεθίσματα του περιβάλλοντος σε **νοητικές αναπαραστάσεις** έτσι ώστε να είναι αποθηκεύσιμες.

Υπάρχουν διάφορα είδη κωδικοποιήσεων:

1. **Φωνολογική** κωδικοποίηση
2. **Σημασιολογική** κωδικοποίηση
3. **Οπτική** κωδικοποίηση

Φωνολογική Κωδικοποίηση

Όταν χρησιμοποιούμε τον **ήχο** μιας λέξης για να την καταχωρήσουμε στη μνήμη μας, έχουμε φωνολογική κωδικοποίηση.

Δηλαδή μεταφράζουμε τα ψηφία της λέξης στον ήχο στον οποίο αντιστοιχούν.

Σημασιολογική Κωδικοποίηση

Όταν χρησιμοποιούμε το **νόημα** μιας λέξης για να την αποθηκεύσουμε, τότε έχουμε σημασιολογική κωδικοποίηση.

Όλων των ειδών οι πληροφορίες είναι δυνατόν να κωδικοποιηθούν σημασιολογικά.

Οπτική Κωδικοποίηση

Όταν χρησιμοποιούμε την **εικόνα** μιας λέξης για να την αποθηκεύσουμε, τότε έχουμε οπτική κωδικοποίηση.

Κωδικοποίηση

Και τα τρία είδη κωδικοποίησης είναι δυνατό να χρησιμοποιηθούν από το μνημονικό μας σύστημα για να αποθηκεύσουν πληροφορίες.

Το ποιο είδος κώδικα θα επιλεγεί κάθε φορά είναι συνάρτηση διαφόρων παραγόντων όπως το είδος και η μορφή της πληροφορίας.

Αποθήκευση

Το επόμενο στάδιο λειτουργίας της μνήμης μετά την κωδικοποίηση είναι η αποθήκευση.

Τα ερωτήματα που θα μας απασχολήσουν σε σχέση με την αποθήκευση είναι:

η χωρητικότητα,

η τοποθεσία,

η οργάνωση κλπ.

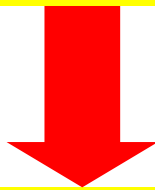
Ανάσυρση

Για να χρησιμοποιήσουμε μία πληροφορία που έχουμε αποθηκεύσει, πρέπει να την ανασύρουμε από τη μνήμη μας.

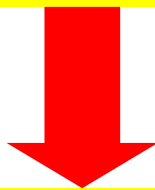
Η διαδικασία με την οποία «φέρνουμε» μια αποθηκευμένη πληροφορία στη συνείδησή μας ώστε να τη χρησιμοποιήσουμε, ονομάζεται ανάσυρση.

Τα στάδια της μνήμης

Κωδικοποίηση



Αποθήκευση



Ανάσυρση

Σε περιπτώσεις που δε μπορούμε να θυμηθούμε κάτι, είναι πιθανό να ευθύνεται κάποιο πρόβλημα σε οποιοδήποτε από τα στάδια λειτουργίας της μνήμης μας

Διαχωρισμοί της μνήμης

Η μνήμη έχει χωριστεί σε υποκατηγορίες ανάλογα:

1. Με τη **διάρκεια παραμονής** των πληροφοριών στη μνήμη.
2. Με το **είδος** των αποθηκευμένων **πληροφοριών**
3. Με το αν η **ανάσυρση** των πληροφοριών είναι **αυτόματη** (ασυνείδητη) ή **συνειδητή**

Διάρκεια παραμονής

Οι πληροφορίες που αποθηκεύονται στη μνήμη μας δεν έχουν όλες την ίδια διάρκεια.

Ανάλογα με τη διάρκεια παραμονής των πληροφοριών, έχουμε τρία είδη μνήμης:

1. Αισθητήρια καταγραφή
2. Βραχύχρονη ή εργαζόμενη μνήμη
3. Μακρόχρονη μνήμη

Αισθητήρια καταγραφή

Η αισθητήρια καταγραφή (ή μνήμη) συγκρατεί πληροφορίες για ελάχιστο χρόνο (από χιλιοστά του δευτερολέπτου έως 1-2 δευτερόλεπτα).

Πολλοί ερευνητές θεωρούν ότι είναι περισσότερο μία αντιληπτική λειτουργία, παρά ένα είδος μνήμης.

Βραχύχρονη Μνήμη

Η βραχύχρονη μνήμη συγκρατεί πληροφορίες για μερικά δευτερόλεπτα έως και λίγα λεπτά.

Το πιο διαδεδομένο μοντέλο λειτουργίας της βραχύχρονης μνήμης, είναι το μοντέλο της «εργαζόμενης μνήμης» του Baddeley.

Η βραχύχρονη μνήμη είναι ιδιαίτερα σημαντική δομή, διότι εμπλέκεται και στη χρήση των πληροφοριών που ανασύρουμε από τη μνήμη μας.

Μακρόχρονη Μνήμη

Η μακρόχρονη μνήμη συγκρατεί πληροφορίες για μεγάλα χρονικά διαστήματα.

Αποτελεί τον κύριο αποθηκευτικό χώρο της Μνήμης.

Η χωρητικότητα της ΜΜ είναι απροσδιόριστη

Διαφορετικές πληροφορίες

Ανάλογα με το είδος των πληροφοριών που περιέχει, η μνήμη χωρίζεται σε σημασιολογική και επεισοδική.

Σημασιολογική είναι η μνήμη για συγκεκριμένες πληροφορίες.

Επεισοδική είναι η μνήμη για γεγονότα και περιστατικά.

Ποιότητα ανάσυρσης

Κάποιες πληροφορίες χρειάζεται να προσπαθήσουμε συνειδητά για να τις θυμηθούμε. Κάποιες άλλες τις θυμόμαστε με ένα αυτόματο τρόπο.

Η έκδηλη μνήμη αφορά σε πληροφορίες που θυμόμαστε συνειδητά.

Η άδηλη μνήμη αναφέρεται σε πληροφορίες που θυμόμαστε αυτόματα, και κυρίως σε δεξιότητες (οδήγηση, δέσιμο παπουτσιού, κλπ).

Τέλος Ενότητας



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

