Práca s pamäťou, typy pamätí, upratovanie pamäti (spomienok) :)

Práca s pamäťou je mimoriadne dôležitou schopnosťou mozgu. Ukladať, upratať a vyhľadať objekty na neskoršie použitie je nevyhnutné preto, aby sme sa vôbec niečo naučili.

Rozoznávame:

- krátkodobú a dlhodobú pamäť,
- epizodickú (udalosti) a sémantickú (fakty)...[1]

Pre **dlhodobú pamäť** platí, že prepojenia sa po opakovaných stimuloch zosilňujú[2]. Spomienky sa udržiavajú opakovaným používaním. **Krátkodobá pamäť** má veľmi obmedzenú kapacitu. Bežne sa do nej vmestí 7 vecí[3].

Upratovanie spomienok je dôležitou činnosťou (fázou) mozgu, ktorú vykonáva najmä v noci, keď spíme. Mozog sa snaží všetky cez deň získané informácie usporiadať.

[1] Okrem už uvedených rozoznávame aj viac druhov (typov) implicitných (nedeklaratívnych) druhov pamätí.

[2] Mozog postupne zosilní „káble“ medzi neurónmi.

[3] Preto používame papieriky, keď ideme na nákup.

Prevzaté a upravené z:

- **Ľudovít Ódor, *Rýchlokurz geniality*, N Press, s. r. o., ISBN 978-80-8230-091-1.**

Copyright © 2013 - 2026 Encyklopédia poznania