

# Minnisstarf

## Fyrirlestur í Sálfræði

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Hvað er minni?

- Mikilvægi í daglegu lífi
- Undirstaða alls náms
- Hvað gerist ef minnið hverfur?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Nokkrir eiginleikar minnis

### Kennsl og upprifjun

Í aðalatriðum eru tvær aðferðir til að muna og mæla minni. Það er auðveldara að bera **kennsl** á áður munuð atriði, heldur en að **rifja upp**.

Í kennslum höfum við alla möguleika fyrir okkur og þurfum aðeins að velja þann rétta úr. Í upprifjum þurfum við hins vegar að endurgera minninguna frá grunni.

Hve mörg geta lýst bilnum sínum svo aðrir þekki hann úr? Flestöll berum við þó auðveldlega kennsl á hann.

### Tvær tegundir minnis

Við vitum um margt sem við munum og annað sem við gætum aldrei rifjað upp. Minni er því oft **meðvitað**, þ.e. við rifjum upp eða berum kennsl á minnisatriðin.

**Ómeðvitað** (*implicit*) minni felst í atriðum sem ég sannarlega man en veit ekki af.

Ef fyrra nám auðveldar mér seinni verkefni, hlýt ég að muna eitthvað jafnvel þó svo að ég geti á engan hátt gert grein fyrir minnisatriðunum.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Ómeðvitað minni

**Endurnám** er að jafnaði auðveldara en þegar efnið er lært í fyrsta skipti. Þetta bendir til þess að einhver stoð er í fyrra námi, jafnvel þó svo að það virðist gleymt.

Ég hef einu sinni lært þýsku en hef hana ekki á valdi mínu og get t.d. ekki beygt algengar þýskar sagnir. Ef þetta fyrra nám verður til þess að ég á tiltölulega auðvelt með að ná valdi á tungumálinu, m.a. sögunum, er það visbending um að eitthvað hafi verið munar, þó svo að ég hafi engan vitnisburð annan um minningarnar.

### Orðhlutaáferð

Orðalisti sem er lesinn en ekki lagður á minnið.

Kosning | Atlaga | Verðbólga | ...

Gengið úr skugga um að þátttakendur muni ekkert af listanum.

Geymd athuguð með því að láta botna algengar byrjanir orða.

Algengara að bregðast við „at- með „ataga“ en ekki t.d. „athöfn“ en hjá þeim sem fengu annan upphafslista.

## Eðli minnis

### Leikmannshugmyndir

- Minni sem nákvæm skráning

### Minni sem þekkingarvinnsla

- Upplýsingar umbreytast
- Kóðun
- Geymd
- Endurheimt

## Þrískipting minnis

**Skynminni** (*iconic memory*)

**Stundarminni** (*short-term memory*)

**Langminni** (*long-term memory*)







