

Atención, concentración y memoria

Procesos cognitivos del aprendizaje



Cuando nos focalizamos en algún estímulo o información estamos dirigiendo nuestra atención.



Si somos capaces de mantener la atención durante algún periodo de tiempo, lo que estamos trabajando es la concentración.



La memoria codifica la información atendida que considera relevante, para almacenarla en nuestra mente en forma de recuerdos y conocimientos.

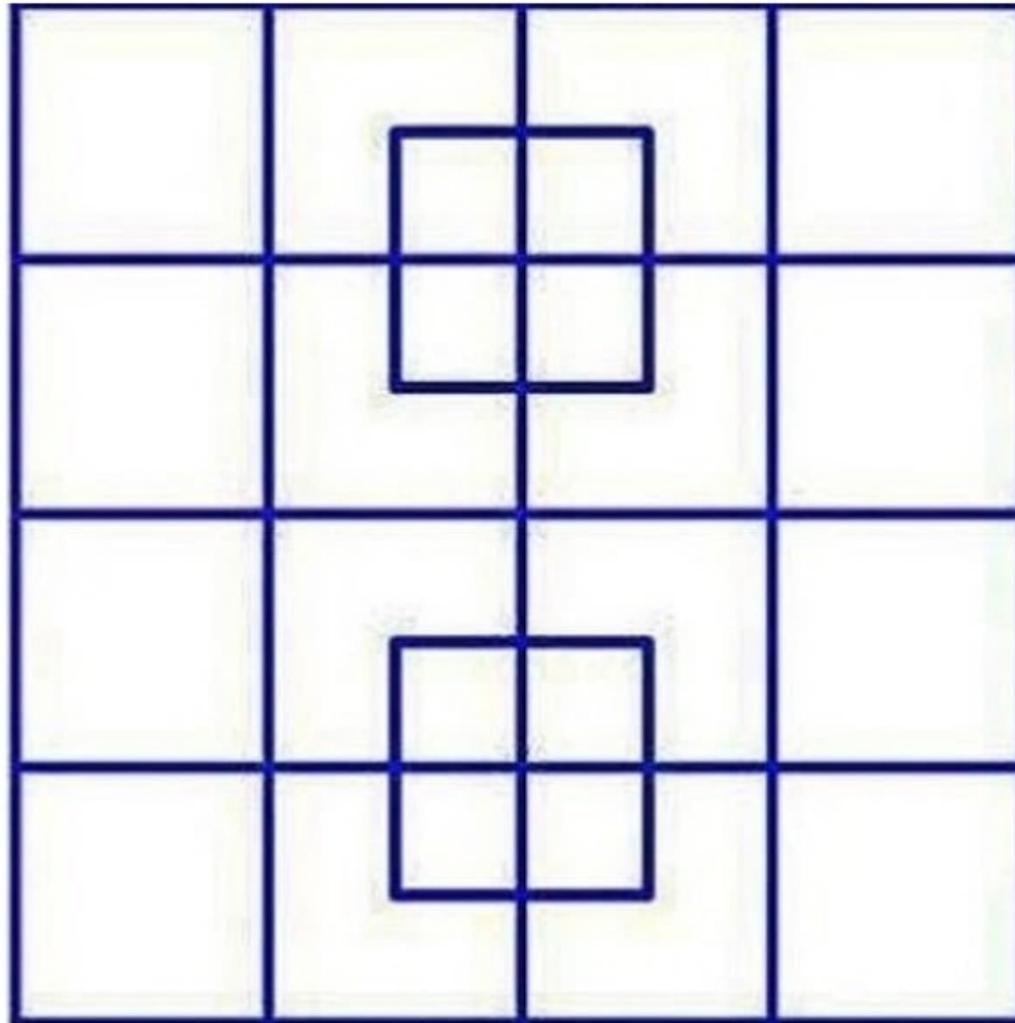
A través de ejercicios como los siguientes, podemos desarrollar nuestras capacidades de atención, concentración y memoria:



Encuentre
estos
objetos:



¿Cuántos cuadrados hay en la figura?



Observe la siguiente imagen durante unos segundos



Intente recordar:

- Los elementos de una fila en orden
- La mayor cantidad de elementos

Si desea asesoría acerca de este tema, puede comunicarse con el CASE que le corresponde.