



Memorização do aprendizado

Questões sobre conhecimento cognitivo

Esse deve ser o verbo a ser conjugado quando se quer obter bons resultados na aprendizagem. Mas, para que isso ocorra é também necessário adotar alguns métodos e hábitos que sistematizem o estudo.

O aprendizado é algo que permeia a vida de qualquer indivíduo, independente de sua formação escolar, e ocorre a todo instante, pois é incrível a capacidade de captura e armazenamento de informações que possui o cérebro. Por exemplo, você sabia que mesmo durante o sono o cérebro está ativo? E que o sono é fundamental para o aprendizado? Pois é, muitas vezes as pessoas não se dão conta, mas o aprendizado abrange muitas situações desde o psíquico da pessoa como o comportamento, a postura, a atenção até o físico-corporal como a saúde, o sono, a alimentação etc.

No entanto, é bom saber também, que o fato de o aprendizado ocorrer quase que ininterruptamente, nada impede que o homem possa interferir neste processo para abstrair um aproveitamento mais vantajoso para si. Até porque, quem é que nunca sentiu a sensação de que não está aprendendo o que gostaria de aprender? A experiência é com certeza a melhor prova de que o aprendizado ocorre conforme a vivência, e que varia de caso para caso.

Em alguns casos, o aprendizado é natural e instintivo como ocorre na fobia por algo, em que são necessários apenas poucos instantes com uma situação que aspira negativamente para que o cérebro capture a mensagem de perigo e armazene uma informação de medo. Já em outros casos, como aprender uma fórmula de matemática ou compreender as regras de gramática, os poucos instantes serão insuficientes para guardar de forma completa e correta a informação, nestes casos é necessário buscar o aprendizado com vontade, dedicação e curiosidade.

Memorizar é aprender, guardar e evocar informações. O fenômeno ocorre com estímulos externos – algo que vemos ou ouvimos – e internos – como uma dor ou um pensamento. Toda a vida animal depende da memória, tanto para saber as atividades que devem ser feitas sempre como aquelas que precisam ser evitadas. Até mesmo os seres unicelulares memorizam que não devem se dirigir a um determinado lugar ao perceber que ali a temperatura, a densidade ou acidez do meio não são convenientes. Nos animais que possuem sistema nervoso, a formação da memória é bem complexa e depende da atividade elétrica e molecular de milhares de neurônios ligados entre si. Cada um deles participa de processos moleculares complexos chamados sinapses, que modificam as estruturas e as funções das conexões entre neurônios e levam e guardam as memórias. Os aprendizados vividos e todas as informações processadas durante o dia são fixados no período de três a seis horas seguintes a sua aquisição. As memórias podem ser classificadas de acordo com o conteúdo – a que conhece a realidade e o contexto, outra que abrange fatos e eventos e ainda a que guarda os procedimentos e hábitos. Pela duração – a curta, retida por segundos ou no máximo seis horas, e a de longa duração, que persiste por muitas horas ou mesmo por anos, como o caso dos aprendizados acadêmicos, quando o seu receptor tem a oportunidade de legitimá-lo profissionalmente.