

# MÉMOIRE

Merci à Chloé Deslée, étudiante en psychologie à Lille, pour ce chapitre !

Hector, te souviens-tu du sujet de ce chapitre ?



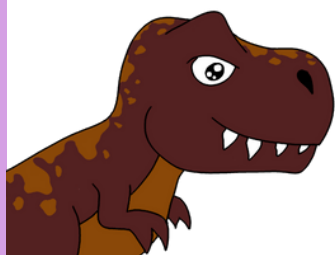
...

Ne serais-tu pas en train de faire une blague un peu nulle sur le fait que l'on va aborder la mémoire ?

Je me disais bien...



Certes... Bon déjà, pour démarrer, difficile de parler de LA mémoire...

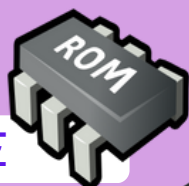


On évoquera plutôt LES mémoires, parce qu'elles sont nombreuses...



Et pour décrire les différents systèmes de mémoire, rien de tel que de démarrer par un moyen de les classer : leur **temporalité**.

**COURT TERME**



Registre sensoriel  
Mémoire à court terme  
Mémoire de travail

**LONG TERME**



Mémoire épisodique  
Mémoire sémantique  
Mémoire procédurale  
Mémoire autobiographique



Et si on commençait par le court terme ?



Le **registre sensoriel** (RS) capte l'information sur une durée de **quelques millisecondes** (oui, c'est très court) : sons, images et odeurs... **ce qui nous vient de nos sens**, quoi ! Et dans ce registre, les stimuli que l'on retient le mieux sont les odeurs... Comme l'a souligné Marcel Proust !



Juste après le registre sensoriel, on a la **mémoire de travail (MDT)**.

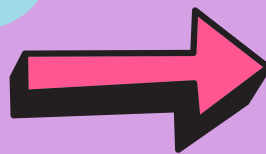


Elle concerne un stockage plutôt limité dans le temps, sur **quelques secondes**. Elle va aider à maintenir l'information sur le court terme, avec une capacité réduite (7 éléments en moyenne) et sensible aux interférences.

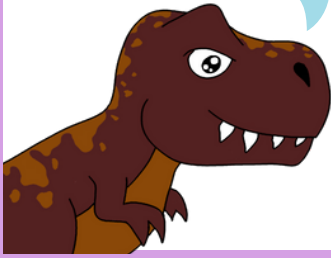
Le stockage est « actif » : la mémoire de travail a pour rôle de **prendre les informations et de les manipuler** pour en faire quelque chose (comme la répétition, avant que l'information retourne dans l'oubli). C'est en quelque sorte un passage vers la mémoire à long terme, pour l'information que l'on souhaite retenir.

Créée afin de mettre en avant une certaine **dynamique** de la mémoire à court terme (MCT), considérée plus "passive".

Pour faire une métaphore, disons que si l'on avait que cette mémoire-là...



Quant à la mémoire à long terme (MLT)...



Elle a une durée de stockage et une capacité à stocker potentiellement illimitée ! Les estimations de la capacité en termes d'octets sont chiffrées à...

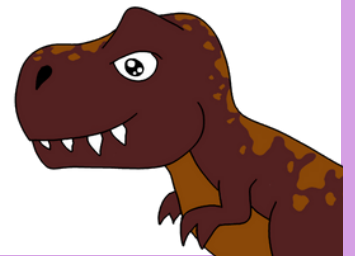
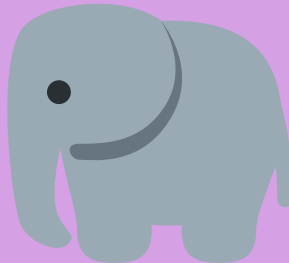
**1 PÉTA-OCTET\***

C'est 1 million de Go ou 1 000 disques durs d'1 Téraoctet

Endel Tulving, psychologue et neuroscientifique, a consacré sa vie à son étude.



On retrouve mémoire **épisodique**, **sémantique** et **procédurale** !



Pour expliquer à quoi sert chacune d'elles, on peut décrire les difficultés que peuvent entraîner leurs dysfonctions.

## Mémoire Episodique

Ne plus se rappeler les moments vécus et ne plus pouvoir le revivre en contexte (amnésie, maladie d'Alzheimer...).



Correspond aux **souvenirs particuliers vécus**, propre à l'expérience individuelle. Permet la "reviviscence d'un événement" en **CONTEXTE** (accident, premier bisou...).

Cette mémoire nous permet de nous souvenir de **QUOI**, **OÙ** et **QUAND**, c'est-à-dire des détails et du contexte de l'événement. Tulving (1983) la décrit comme la mémoire qui « voyage dans le temps ».

\*Source : [https://www.sciencesetavenir.fr/sante/cerveau-et-psy/question-de-la-semaine-peut-on-estimer-la-capacite-de-notre-memoire-en-octets\\_120157](https://www.sciencesetavenir.fr/sante/cerveau-et-psy/question-de-la-semaine-peut-on-estimer-la-capacite-de-notre-memoire-en-octets_120157)

## Mémoire Sémantique

Détérioration des connaissances ou trouble de l'information sémantique. Oubli de noms ou de l'identité des personnes, difficultés à retrouver un mot...



Correspond aux **connaissances stockées**. Il n'y a pas d'information liée à l'expérience ou aux informations spatio-temporelles. C'est la « **conscience de savoir** ».

Par exemple, si je vous demande la capitale du Japon, vous allez me dire « Tokyo ». Cependant, on ne se souvient pas comment, quand et dans quel contexte exactement nous avons retenu cette information. On n'arrive pas à se représenter mentalement le moment où on a retenu que Tokyo était la capitale du Japon.

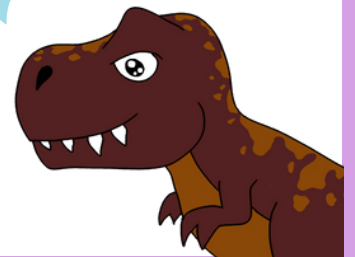


## Mémoire Procédurale

Il n'y a pas de prise de conscience de savoir : c'est la mémoire du savoir-faire !

Elle s'exprime dans les comportements et actions automatisés et qu'on n'oublie pas, comme faire ses lacets, faire du vélo, nager... C'est une mémoire inconsciente et automatique.

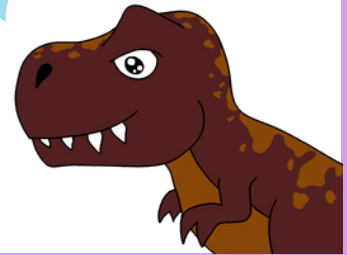
Hé oui Jamy !



Une petite illustration pour y voir un peu plus clair ?



Cela me semble inévitable !



RS



MCT  
MDT



MLT

Organisation des mémoires dans le temps

Organisation des mémoires selon leur état de conscience

Mémoire épisodique

Mémoire sémantique

Mémoire procédurale

Et il y a encore tellement de choses à dire sur les mémoires !



Mais nous allons devoir vous laisser sur votre faim !

D'ailleurs j'ai la dalle...



L'équipe du Raptor Neuropsych pense notamment à la **mémoire autobiographique**... Pour une prochaine fois ?

