Le fonctionnement de la mÉmoire

# DÉFINITION

Mémoire :

* Fonction instrumentale qui permet d’encoder une information et de l’évoquer en souvenir à la demande, tout en le situant dans le temps et dans l’espace.
* Capacité à l’esprit de pouvoir apprendre, conserver puis restituer ou rappeler une information.
* Fait partie d’autres fonctions cognitives avec l’attention et la concentration, le langage, les praxies (capacités à réaliser un geste), les gnosies (connaissances).

# les difFÉRENTES FORMES DE MÉMOIRE

## LA MÉMOIRE SENSORIELLE

Mémoire à très court terme, on l’estime à une seconde. Elle fait appel à nos sens. Elle correspond au prolongement de l’activité nerveuse de l’origine sensorielle.

On distingue :

* La mémoire **iconique** ou visuelle
* La mémoire **échoïque** ou auditive

## la mÉMOIRE À COURT TERME

On en a besoin tout le temps. Elle va durer de 30 secondes à 1 minute. Son rôle est de maintenir temporairement un nombre limité d’information et les restituer immédiatement.

Classiquement c’est le numéro de téléphone que l’on vous donne. C’est une mémoire qui a une capacité limitée on dit qu’elle est labile car elle ne dure pas longtemps et elle est à capacité limitée.

## LA MÉMOIRE DE TRAVAIL

Elle introduit la notion d’attention. Elle permet un stockage utile et transitoire (exemple la place de parking normalement on la retrouve toujours).

Elle correspond à l’aptitude de garder une information le temps de la manipuler et de la restituer. C’est la première qui est altérée dans la maladie d’Alzheimer.

## LA MÉMOIRE À LONG TERME

Elle est mise en jeu quand il existe une phase interférentielle entre le moment de l’apprentissage et le moment du rappel de l’information.

Elle passe par trois phases :

* L’apprentissage ou un encodage d’une information
* Le stockage ou une consolidation (fait soit par répétition, soit par sommeil)
* Le rappel (libre ou indicé = avec un indice)

Cette mémoire à long terme est constituée de deux registres :

* D’un registre **conscient ou déclaratif**
* D’un registre **inconscient ou non déclaratif**

### LA MÉMOIRE DÉCLARATIVE

C’est une mémoire dont on a conscience. Il y a deux types :

* Mémoire épisodique : mémoire évènementielle, tous les évènements biographiques
* Mémoire sémantique : correspond à la mémoire des connaissances générales

### LA MÉMOIRE NON DÉCLARATIVE

C’est une mémoire non consciente :

* Mémoire procédurale : mémoire d’une habilité gestuelle (faire du vélo), c’est la mémoire la plus solide.
* Mémoire d’amorçage (le « priming ») : elle fait appel à un rappel implicite
* Mémoire de conditionnement : fait appel aux réflexes de Pavlov (quand on sent les odeurs à 11h30, on commence à avoir faim)

**Dans la maladie d’Alzheimer, l’altération commence par la mémoire à court terme puis épisodique et enfin, la mémoire à long terme.**

BUFFERS

SENSORIELS

Performance

Rappel de l’info

Mémoire de travail

Mémoire à court terme

Perte d’information

STOCKAGE À LONG TERME

CONSOLIDATION

ENCODAGE

INFORMATIONS SENSORIELLES