Différents types de mémoires

3 TYPES DE MÉMOIRE

- La mémoire de travail
  - l'attention
  - logique
  - effacement rapide
  - présent mêlé au passé
- la mémoire à long terme
  - souvenirs
- La mémoire procédurale
  - répétitions
  - inconsciente
  - automatismes
  - peu d'énergie pour le cerveau

À CONNAITRE

- Pour mieux apprendre
  - sur le long terme
  - + agréable
  - - de temps pour apprendre
- Pour mieux se comprendre

MIEUX MÉMORISER

- Comprendre comment fonctionne la mémoire
- Créer le bon environnement
- Actif grâce à des outils efficaces

DÉCLARATIVE OU IMPLICITE

- déclarative (explicite)
  - consciente
  - verbalisée
- non déclarative (implicite)
  - habitudes
  - automatismes
  - non consciente

PROSPECTIVE OU RÉTROSPECTIVE

- mémoire rétrospective
  - faits passés
  - souvenirs
- mémoire prospective
  - intention
  - dans le futur

Document confidentiel. Tous droits réservés : ANNE ESTELLE DAL PONT | Plaisir d'apprendre