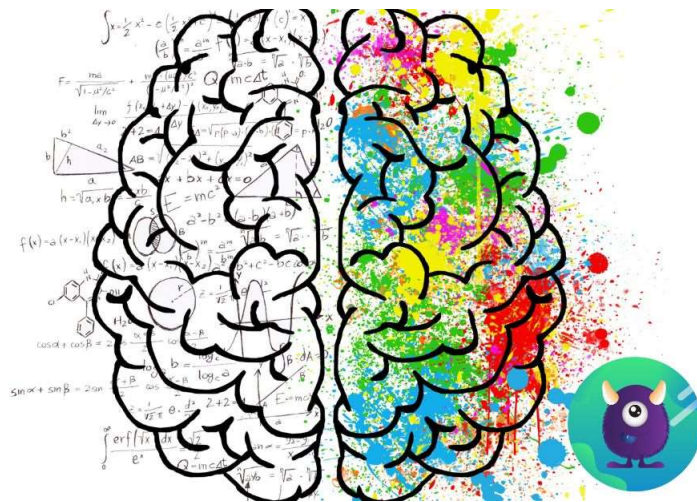




Comment fonctionne la mémoire

Alors, c'est parti, on démarre notre voyage dans l'extraordinaire monde de la mémoire!



Tu sais, il nous est tous arrivé d'aller chercher quelques chose dans notre chambre et de se demander "Mais, qu'est-ce que je suis venu chercher ?" ou d'ouvrir le frigo et de ne plus se rappeler ce qu'on voulait prendre. Ça arrive aux enfants et aux adultes.

Peut-être que notre cerveau est comme un sac à dos trop plein, ou peut-être que certains d'entre nous sont juste un peu plus tête en l'air que d'autres. Tu sais, des études scientifiques ont montré que 20 minutes après

avoir lu un truc, on oublie déjà presque la moitié de ce qu'on a appris. Et après une heure, c'est encore plus !

Il n'y a pas une seule explication à nos trous de mémoire, mais voici les trois principales. La première, c'est ce qu'on appelle un "échec de récupération". C'est quand tu n'arrives pas à te souvenir de quelque chose sans un petit coup de pouce.

Exemple :

Tu ne te rappelles plus du travail que ta maman t'a demandé de faire avant de sortir et tu t'en souviens seulement quand tu l'entends rentrer à la maison.

Autre exemple, quand tu oublies le nom d'un chanteur, mais que dès que tu entends une de ses chansons, tu te souviens tout de suite.

La deuxième, c'est "l'interférence". C'est quand tu mélanges deux souvenirs qui se ressemblent.

Exemple :

Tu commandes une glace mais le serveur confond ton parfum avec celui de la personne qui était devant toi.

Et la dernière, c'est le "codage inefficace". C'est quand tu n'arrives pas à faire passer une information de ta mémoire à court terme à ta mémoire à long terme. Dans notre cerveau, il y a la mémoire à court terme, un peu comme une note rapide sur un post-it, et la mémoire à long terme, notre grand livre d'histoires où on garde tous nos souvenirs les plus précieux.

Exemple :

Tu rencontres quelqu'un de nouveau et tu es tellement occupé à lui parler que tu oublies son prénom qu'il t'a pourtant donné.

Mais tu sais, les scientifiques pensent que notre cerveau oublie des choses volontairement. Parce que notre cerveau, ce n'est pas une armoire où on range tout et n'importe quoi, c'est plutôt un super ordinateur qui prend des décisions importantes.

Parfois, notre cerveau fait des blagues et oublie des choses, mais c'est normal. Et toi, tu oublies des choses aussi ? Raconte-nous !