

Bienvenue au

Module d'entraînement 5: Mémoire

02/11 B

Les différentes illustrations ont été utilisées avec l'accord de leurs auteurs respectifs. Pour de plus amples détails (titre, auteur), veuillez consulter la fin de cette présentation.

© Moritz, Woodward & Favrod
moritz@uke.de
Traduction: Catherine Schwyn

Mémoire

- Notre capacité à nous rappeler d'une information est limitée.

Mémoire

- Notre capacité à nous rappeler d'une information est limitée.
Par exemple: après une demi-heure, nous avons oublié environ 40% des informations de l'histoire que nous avons entendue.

Mémoire

- Notre capacité à nous rappeler d'une information est limitée.
Par exemple: après une demi-heure, nous avons oublié environ 40% des informations de l'histoire que nous avons entendue.
- **Avantage: ???**
- **Inconvénient: ???**

Mémoire

- Notre capacité à nous rappeler d'une information est limitée.
Par exemple: après une demi-heure, nous avons oublié environ 40% des informations de l'histoire que nous avons entendue.
- **Avantage:** notre cerveau ne se surcharge pas avec des détails, mais...
- **Inconvénient:** ???

Mémoire

- Notre capacité à nous rappeler d'une information est limitée.
Par exemple: après une demi-heure, nous avons oublié environ 40% des informations de l'histoire que nous avons entendue.
- **Avantage:** notre cerveau ne se surcharge pas avec des détails, mais...
- **Inconvénient:** de nombreuses choses importantes sont parfois également perdues (rendez-vous, souvenirs de vacances, savoirs scolaires...).

Comment mieux mémoriser?

???

Comment mieux mémoriser?

Éviter:

- Les distractions durant l'apprentissage (par exemple, la radio allumée, d'autres personnes dans la pièce, de la lumière vive ...).

Comment mieux mémoriser?

Éviter:

- Les distractions durant l'apprentissage (par exemple, la radio allumée, d'autres personnes dans la pièce, de la lumière vive ...).
- Le stress & la pression d'attentes.

Comment mieux mémoriser?

Éviter:

- Les distractions durant l'apprentissage (par exemple, la radio allumée, d'autres personnes dans la pièce, de la lumière vive ...).
- Le stress & la pression d'attentes.
- La consommation massive d'alcool!

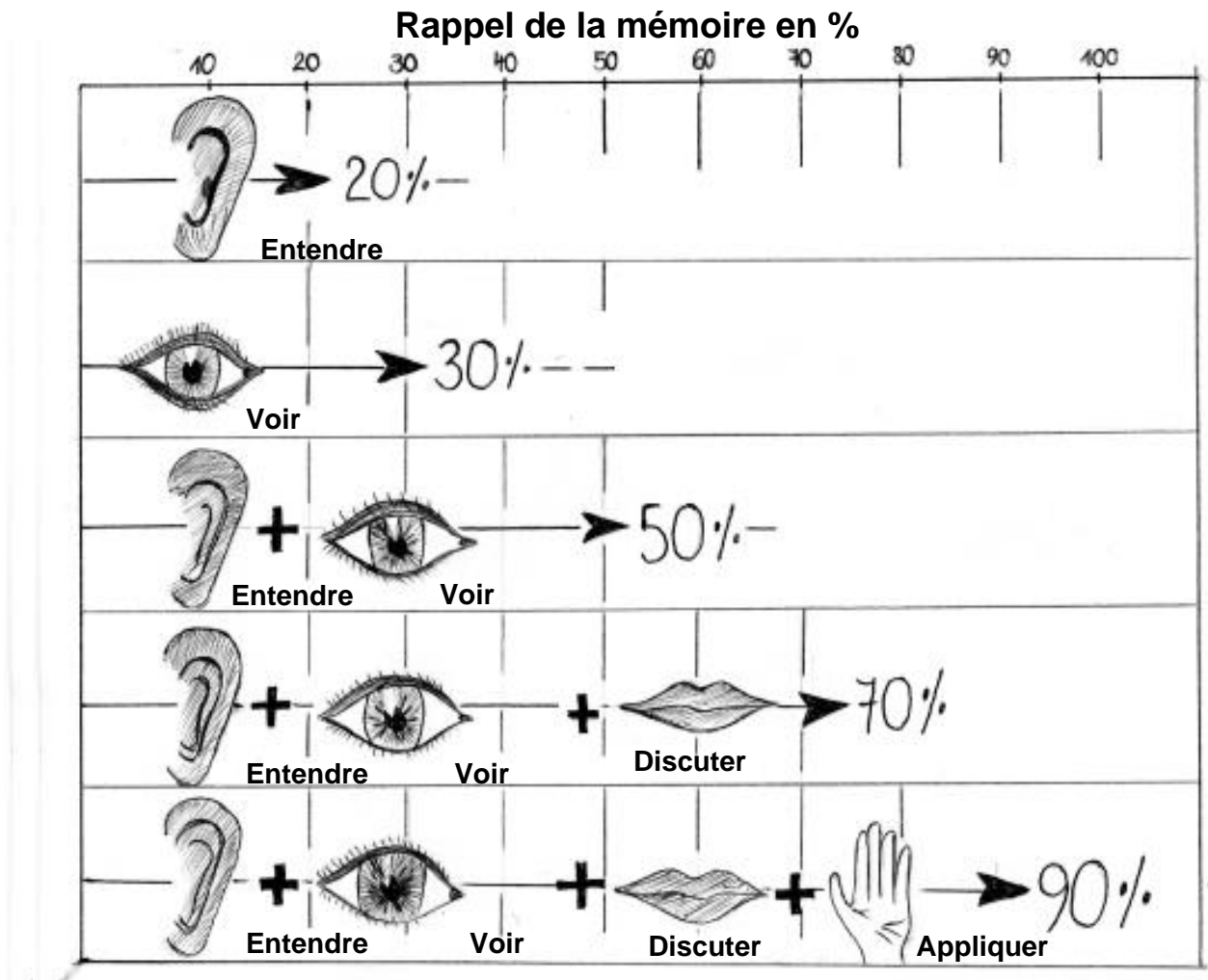
Comment mieux mémoriser?

Éviter:

- Les distractions durant l'apprentissage (par exemple, la radio allumée, d'autres personnes dans la pièce, de la lumière vive ...).
- Le stress & la pression d'attentes.
- La consommation massive d'alcool!
- Les distractions après l'apprentissage (Par exemple, regarder la télévision) => Aller au lit directement après avoir appris.

Comment mieux mémoriser?

Plus il y a de sens impliqués pendant l'apprentissage, plus le rappel sera important!



Est-ce que notre mémoire marche comme un magnétoscope?



La psychologue américaine Elizabeth Loftus montrait aux participants une série de photographie. Une image montrait une voiture rouge qui attendait en face d'un signe céder le passage.

Après la présentation des images, l'examineur essayait de tromper la mémoire de certains participants avec une question trompeuse.

*Sur cette image, avez-vous vu une autre voiture passé pendant que la voiture était arrêtée devant le **signal stop**?*

[En fait la voiture est arrêtée devant un **signe céder le passage** !]

Plus tard deux photographies étaient montrées. Les participants devaient décider quelle photo, ils avaient vu initialement. Pensez-vous que la mémoire peut être trompée?

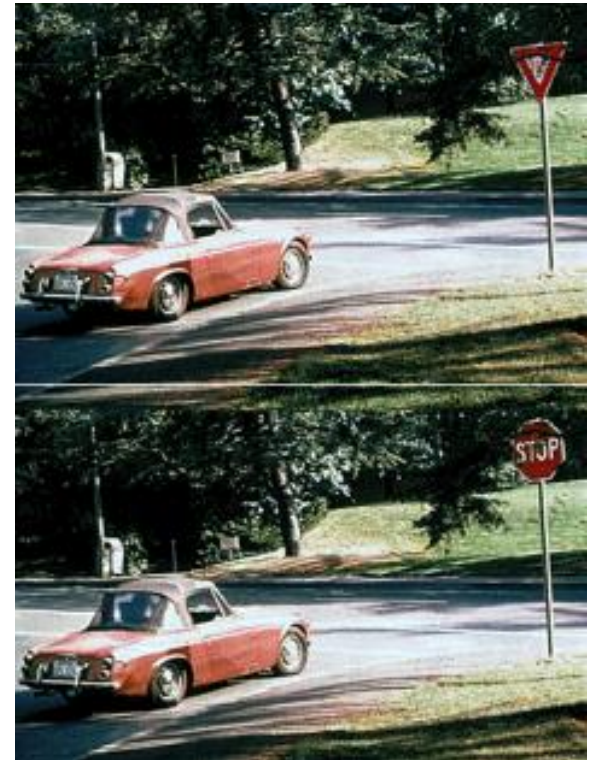
Présentée



Question trompeuse

*Sur cette image, avez-vous vu une autre voiture passé pendant que la voiture était arrêtée devant le **signal stop** ?*

Quelle image a été présentée initialement?



Temps

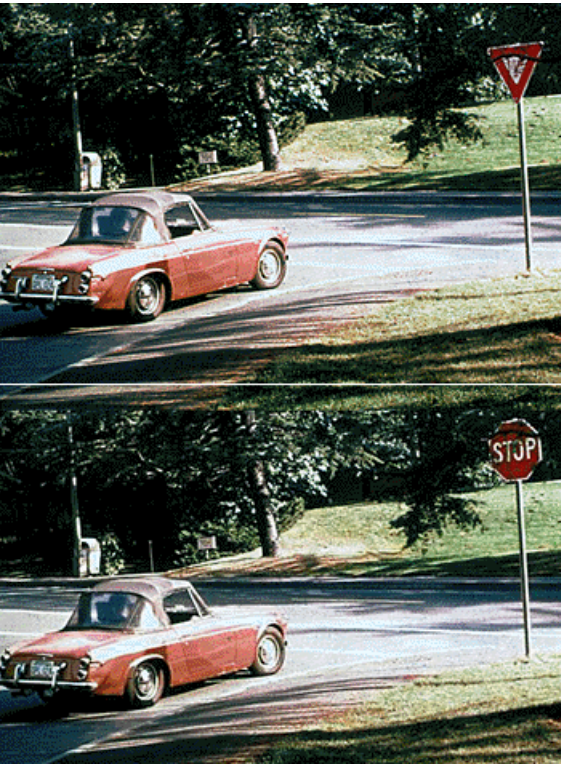


Notre mémorisation ne correspond pas parfaitement à la réalité!



Présentée!

2. ...mais ce dont on se souvient?



Sans la question trompeuse, seulement 25% des participants disaient qu'ils ont vu un signe stop sur l'image initiale.

... alors que 59% des participants qui ont eu l'information trompeuse disaient qu'ils ont vu un signe stop !

Notre mémorisation ne correspond pas parfaitement à la réalité!

Cette investigation mais aussi beaucoup d'autres montrent que la mémoire humaine est bonne mais pas parfaite.

Nous avons tendance à réarranger ou à implanter des choses en mémoire qui ont eu lieu dans le passé ou dont nous avons entendu parler plus tard.

Exercice

- Vous allez voir des scènes complexes (par exemple, à l'usine, à la plage).

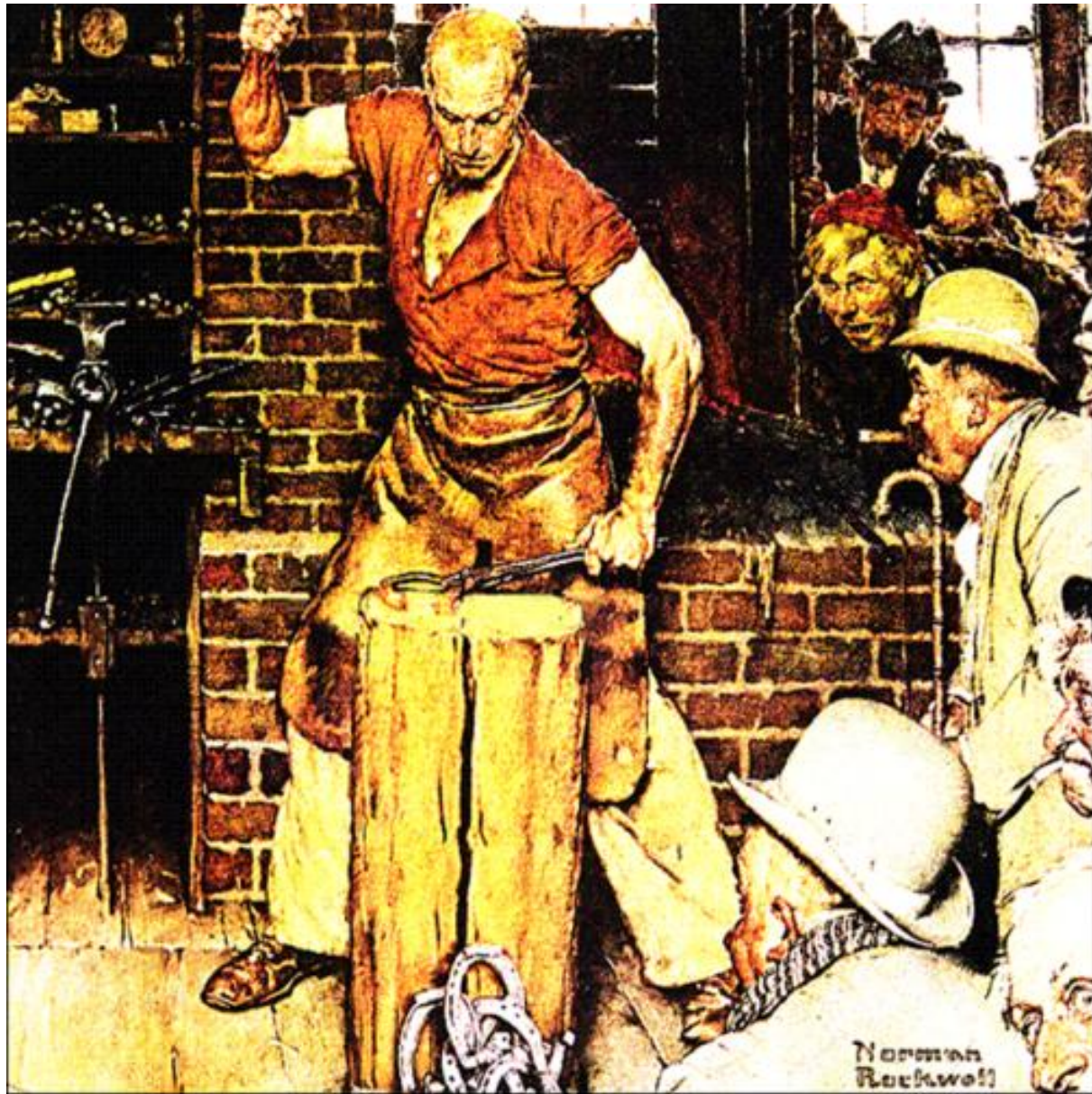
Exercice

- Vous allez voir des scènes complexes (par exemple, à l'usine, à la plage).
- Ensuite, on va vous demander de vous rappeler ce que vous avez vu sur l'image et votre degré de confiance dans votre jugement.

Exercice

- Vous allez voir des scènes complexes (par exemple, à l'usine, à la plage).
- Ensuite, on va vous demander de vous rappeler ce que vous avez vu sur l'image et votre degré de confiance dans votre jugement.

Essayez de vous rappeler le plus de détails possibles!



Norman
Rockwell

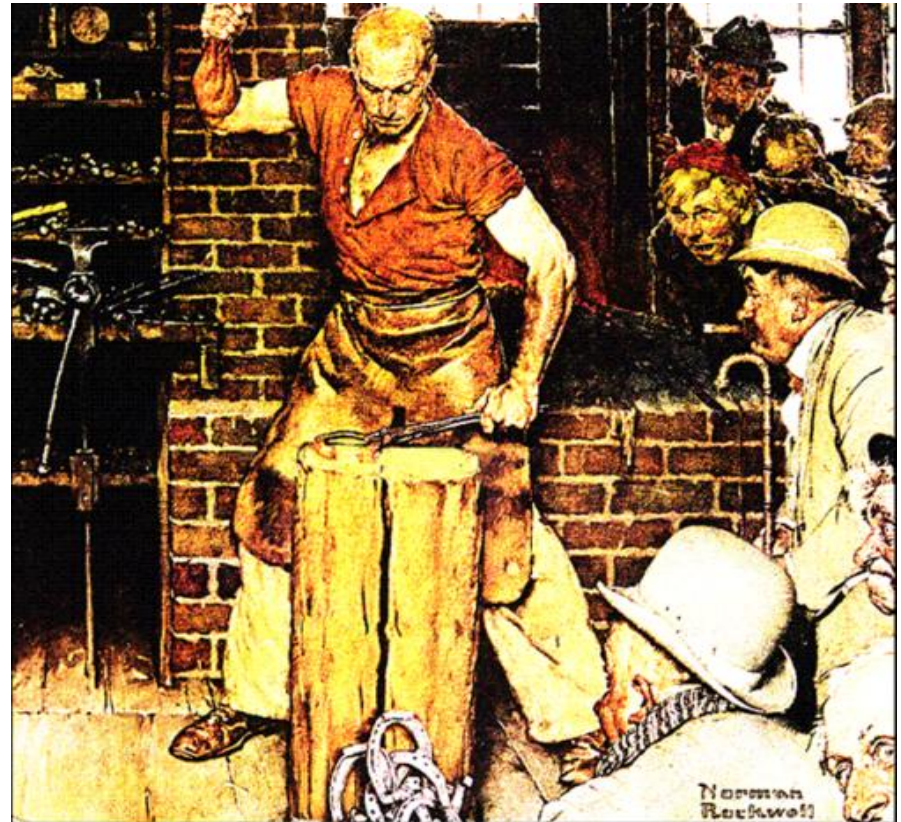
Le forgeron

Qu'avez-vous vu? Vous en être sûr à combien?

- Tenailles
- Fenêtre
- Enclume
- Vêtement en cuire
- Spectateurs
- Outils
- Marteau

Le forgeron

- Tenailles
- Fenêtre
- Enclume
- Vêtement en cuire
- Spectateurs
- Outils
- Marteau



 = pas présent



© geobra Brandstätter

Bateau de pirates

Qu'avez-vous vu? Vous en être sûr à combien ?

- Voiles
- Drapeau pirate
- Vigie du mât
- Ancre
- Singe
- Échelle
- Fenêtres

Bateau de pirates

- Voiles
- Drapeau pirate
- Vigie du mât
- Ancre
- Singe
- Échelle
- Fenêtres



© geobra Brandstätter

 = pas présent

Souvenirs erronés!

- Tout ne s'est pas toujours déroulé comme nous le gardons en mémoire.

Souvenirs erronés!

- Tout ne s'est pas toujours déroulé comme nous le gardons en mémoire.
- Notre cerveau complète et mélange les impressions actuelles avec des expériences semblables du passé (scène typique dans un film de pirates, qui peut influencer ce que l'on pense avoir vu).

Souvenirs erronés!

- Tout ne s'est pas toujours déroulé comme nous le gardons en mémoire.
- Notre cerveau complète et mélange les impressions actuelles avec des expériences semblables du passé (scène typique dans un film de pirates, qui peut influencer ce que l'on pense avoir vu).
- On peut distinguer les vrais souvenirs des faux, car ces derniers sont moins «vivants», «plus vagues», et nous ne nous en rappelons pas dans tous les détails.

Erreurs de mémoire

???

Erreurs de mémoire

➤ Oublies.

Erreurs de mémoire

- Oublies.

- Souvenirs déformés:

- Biais normal de la mémoire : Les événements positifs sont mieux mémorisés que les événements négatifs.

- Biais dépressif de la mémoire : Les événements négatifs sont mieux mémorisés que les événements positifs.

Erreurs de mémoire

- Oublies.
- Souvenirs déformés:
 - Biais normal de la mémoire : Les événements positifs sont mieux mémorisés que les événements négatifs.
 - Biais dépressif de la mémoire : Les événements négatifs sont mieux mémorisés que les événements positifs.
- Illusions ou souvenirs erronés: nous nous souvenons parfois de choses qui n'ont jamais eu lieu.

Souvenirs erronés



«Jouez-la encore une fois, Sam!» est une réplique que Ingrid Bergman ou Humphrey Bogart n'ont jamais dite à Sam (Dooley Wilson), le pianiste de la boîte de nuit et artiste récitant de la chanson sentimentale 'As Time Goes By' dans *Casablanca* (1942). La phrase de Bogart qui s'en rapproche le plus est: «Vous l'avez joué pour elle, vous pouvez donc la jouer pour moi... si elle le supporte, je peux. Jouez-la!».

Souvenirs erronés



«Jouez-la encore une fois, Sam!» est une réplique que Ingrid Bergman ou Humphrey Bogart n'ont jamais dite à Sam (Dooley Wilson), le pianiste de la boîte de nuit et artiste récitant de la chanson sentimentale 'As Time Goes By' dans *Casablanca* (1942). La phrase de Bogart qui s'en rapproche le plus est: «Vous l'avez joué pour elle, vous pouvez donc la jouer pour moi... si elle le supporte, je peux. Jouez-la!».



Lors de la campagne présidentielle de 1980, Ronald Reagan fit référence à des souvenirs de guerre qu'il mélangea apparemment avec des scènes du film *Le porte avion*.

Souvenirs erronés



«Jouez-la encore une fois, Sam!» est une réplique que Ingrid Bergman ou Humphrey Bogart n'ont jamais dite à Sam (Dooley Wilson), le pianiste de la boîte de nuit et artiste récitant de la chanson sentimentale 'As Time Goes By' dans *Casablanca* (1942). La phrase de Bogart qui s'en rapproche le plus est: «Vous l'avez joué pour elle, vous pouvez donc la jouer pour moi... si elle le supporte, je peux. Jouez-la!».



Lors de la campagne présidentielle de 1980, Ronald Reagan fit référence à des souvenirs de guerre qu'il mélangea apparemment avec des scènes du film *Le porte avion*.



L'utilisation de certaines méthodes d'interrogation et de remarques suggestives peut "créer" des souvenirs erronés. Il y a un certain nombre de cas juridiques dans lesquels des innocents ont confessés, devant la cour, avoir commis un crime, après en avoir été convaincus pendant des interrogatoires intensifs.

Souvenirs erronés



«Jouez-la encore une fois, Sam!» est une réplique que Ingrid Bergman ou Humphrey Bogart n'ont jamais dite à Sam (Dooley Wilson), le pianiste de la boîte de nuit et artiste récitant de la chanson sentimentale 'As Time Goes By' dans *Casablanca* (1942). La phrase de Bogart qui s'en rapproche le plus est: «Vous l'avez joué pour elle, vous pouvez donc la jouer pour moi... si elle le supporte, je peux. Jouez-la!».



Lors de la campagne présidentielle de 1980, Ronald Reagan fit référence à des souvenirs de guerre qu'il mélangea apparemment avec des scènes du film *Le porte avion*.



L'utilisation de certaines méthodes d'interrogation et de remarques suggestives peut "créer" des souvenirs erronés. Il y a un certain nombre de cas juridiques dans lesquels des innocents ont confessés, devant la court, avoir commis un crime, après en avoir été convaincus pendant des interrogatoires intensifs.



Dans une expérience, on a montré à des participants des photos truquées sur lesquelles ils volaient avec leur père dans une montgolfière. Cinquante pour-cents des participants ont dit plus tard se souvenir de cet épisode, qui n'avait en fait jamais eu lieu.

Pourquoi faisons-nous cela?

- Des études ont montré que beaucoup de gens souffrant de psychose (mais pas tous!) sont plus fortement persuadés de leurs souvenirs erronés que les personnes sans psychose.

Pourquoi faisons-nous cela?

- Des études ont montré que beaucoup de gens souffrant de psychose (mais pas tous!) sont plus fortement persuadés de leurs souvenirs erronés que les personnes sans psychose.
- En même temps, la confiance en des souvenirs corrects est diminuée dans la psychose.

Pourquoi faisons-nous cela?

- Des études ont montré que beaucoup de gens souffrant de psychose (mais pas tous!) sont plus fortement persuadés de leurs souvenirs erronés que les personnes sans psychose.
- En même temps, la confiance en des souvenirs corrects est diminuée dans la psychose.
- Cela peut engendrer des difficultés à différencier souvenirs corrects et incorrects et peut empêcher d'accéder à une vision saine et réaliste de l'environnement.

Comment les erreurs de mémoire favorisent les mauvaises interprétations dans la psychose - exemples

Événement	Erreur de mémoire	Situation actuelle
Se disputer avec un ami.	Il vous a traité d'"idiot".	Votre ami éleva la voix. Certaines paroles "flottaient dans l'air", mais elles n'ont en réalité pas été prononcées
Vous vous adressez à une infirmière avec une question.	Elle n'y prête aucune attention et se moque de vous.	Si l'infirmière vous a souri d'une manière réconfortante, elle n'avait malheureusement pas le temps de se préoccuper d'autre chose que ce qu'elle faisait, vous avez mal interprété la situation...

Exercice 2

- A nouveau, des scènes complexes vous sont présentées.

Exercice 2

- A nouveau, des scènes complexes vous sont présentées.
- Essayez de détecter ce qui a été exclu (des détails manquants seront marqués en bleu)



Braqueurs de banque

Qu'est que vous n'avez pas vu? Vous en être sûr à combien?

- Trou dans le coffre-fort
- Chalumeau
- Lunettes de soudeur
- Billets
- Pièces de monnaie
- Bonnet
- Lampe-torche

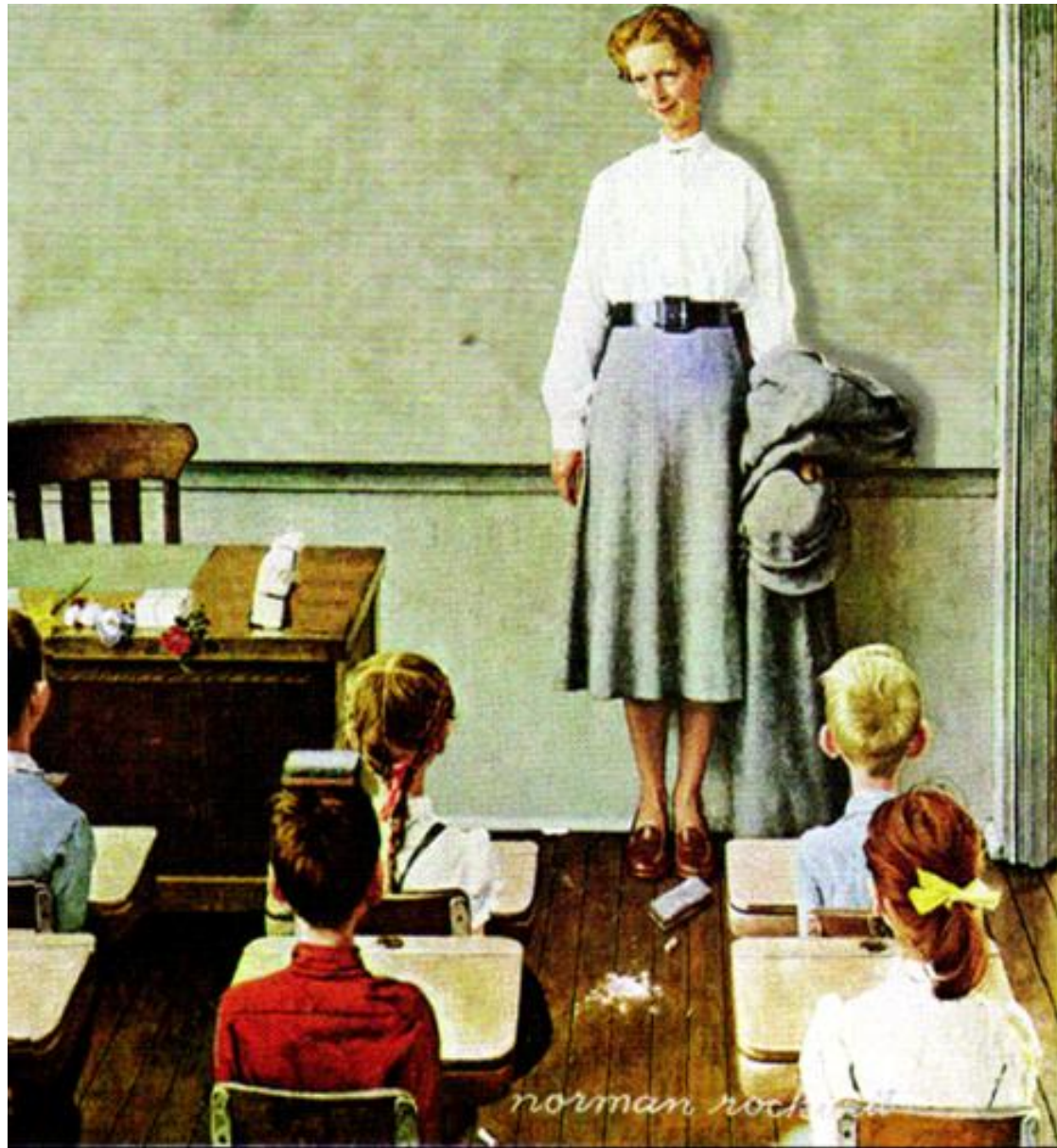
Braqueurs de banque

- Trou dans le coffre-fort
- Chalumeau
- Lunettes de soudeur
- Billets
- Pièces de monnaie
- Bonnet
- Lampe-torche



© geobra Brandstätter

 = pas présent



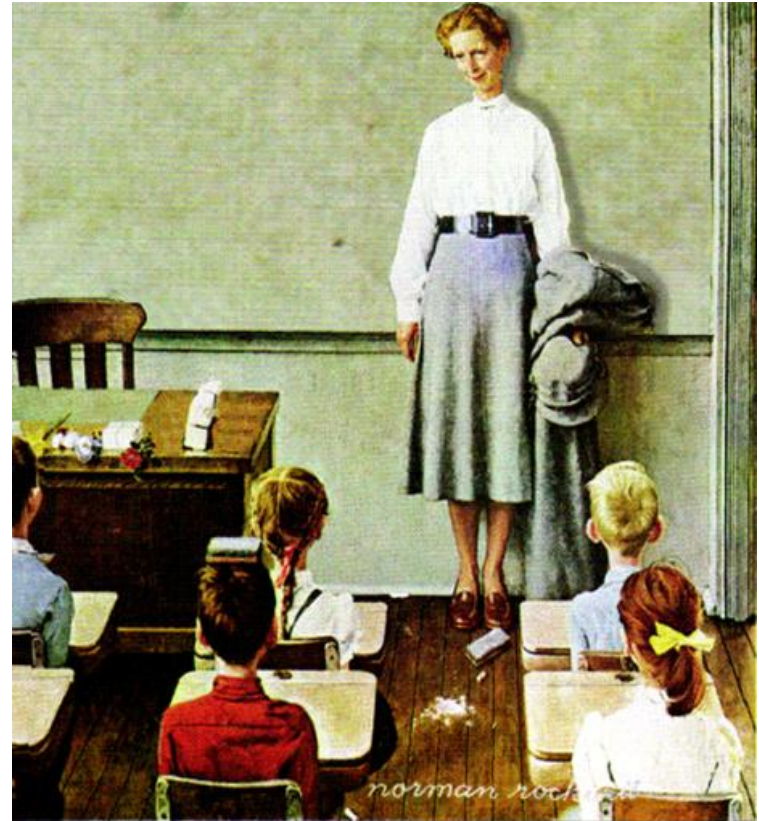
Salle de classe

Qu'est que vous n'avez pas vu? Vous en être sûr à combien ?

- Éponge
- Manteau gris
- Pupitre
- Tableau noir
- Sac d'école
- Craies
- Queue de cheval
- Chaise de la maîtresse

Salle de classe

- Éponge
- Manteau gris
- Pupitre
- Tableau noir
- Sac d'école
- Craies
- Queue de cheval
- Chaise de la maîtresse



 = pas présent



A la plage

Qu'est que vous n'avez pas vu? Vous en être sûr à combien ?

- Fauteuil de plage
- Canne à pêche
- Orque
- Tuba
- Serviette
- Ciel bleu
- Mouette

A la plage

- Fauteuil de plage
- Canne à pêche
- Orque
- Tuba
- Serviette
- Ciel bleu
- Mouette



© geobra Brandstätter

 = pas présent



Brainstorming

Qu'y a-t-il, généralement, dans un magasin?

➤ ...

➤ ...

➤ ...

➤ ...

Dans un magasin

Qu'avez-vous vu? Vous en être sûr à combien ?

- Vendeur
- Petite charrette
- Caisse
- Comptoir
- Boîtes
- Cigare
- Affiches
promotionnelles
- Étalage de fruits

Dans un magasin

- Vendeur
- Petite charrette
- Caisse
- Comptoir
- Boîtes
- Cigare
- Affiches promotionnelles
- Étalage de fruits



 = pas présent



Brainstorming

Qu'y a-t-il, généralement, à ou dans la piscine?

➤ ...

➤ ...

➤ ...

➤ ...

A la piscine

Qu'avez-vous vu? Vous en être sûr à combien ?

- Canard gonflable
- Serviettes
- Glacière
- Douche
- Transats
- Chapeau
- Journal

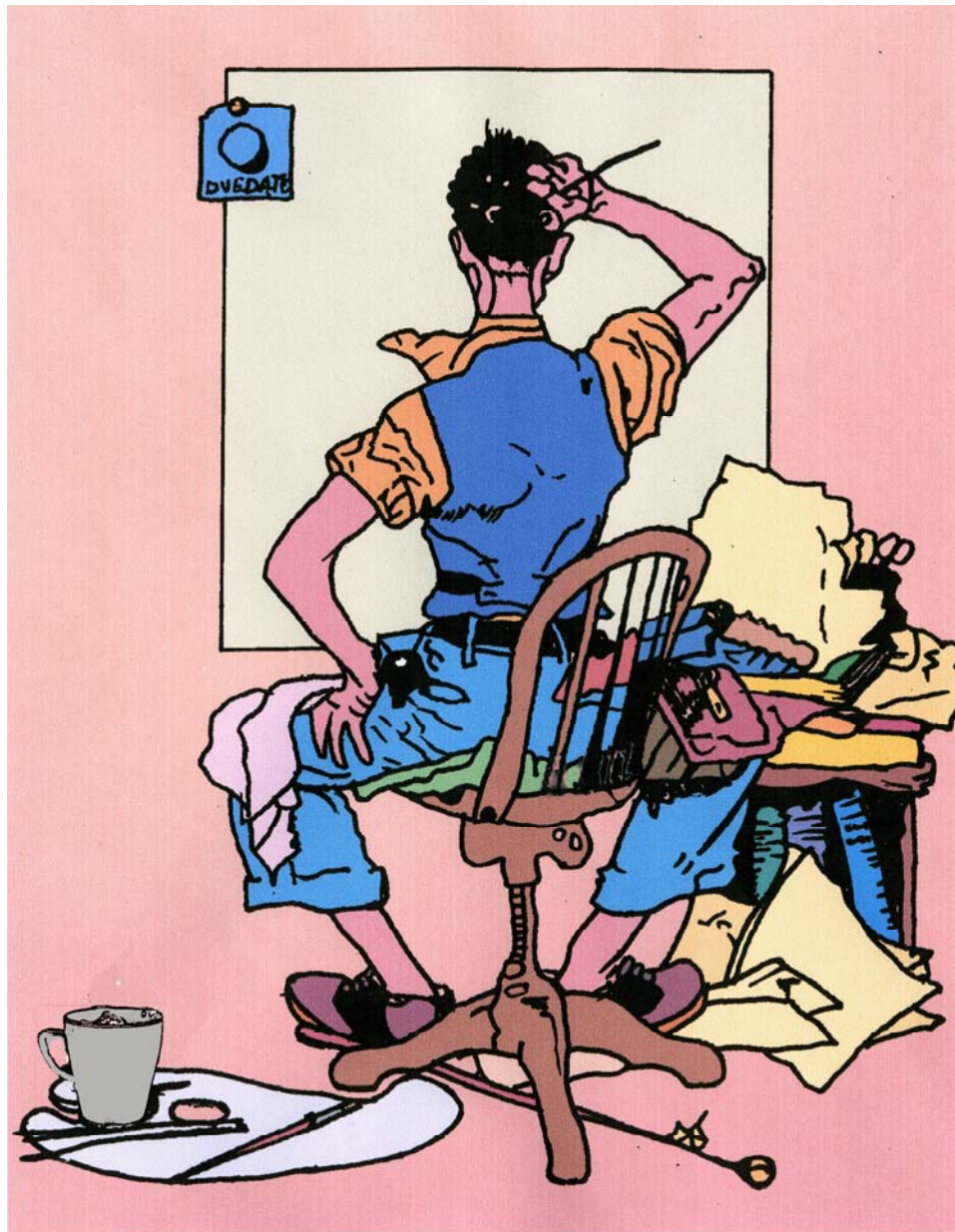
A la piscine

- Canard gonflable
- Serviettes
- Glacière
- Douche
- Transats
- Chapeau
- Journal



© geobra Brandstätter

 = pas présent



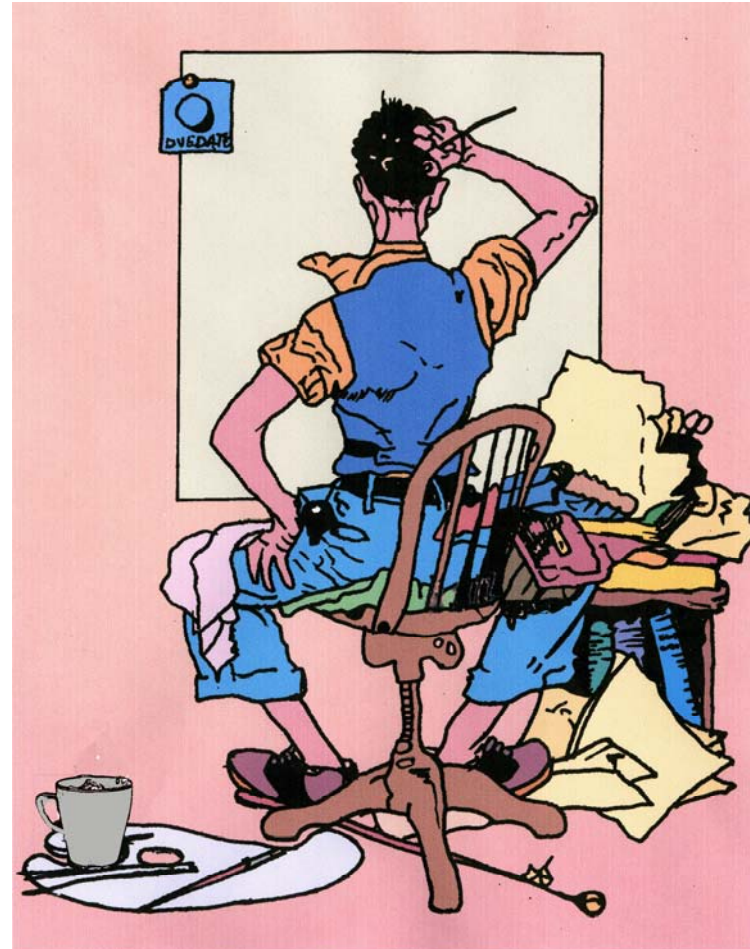
L'artiste

Qu'est que vous n'avez pas vu? Vous en être sûr à combien ?

- Boîte de peinture
- Chaise
- Pinceau
- Chevalet
- Palette de couleurs
- Gilet
- Chaussures
- Papier

L'artiste

- Boîte de peinture
- Chaise
- Pinceau
- Chevalet
- Palette de couleurs
- Gilet
- Chaussures
- Papier



 = pas présent



© geobra Brandstätter

A la banque

Qu'est que vous n'avez pas vu? Vous en être sûr à combien ?

- Caméras
- Bancomat
- Vitre de protection
- Trésor
- Guichet
- Chien
- Casiers

A la banque

- Caméras
- Bancomat
- Vitre de protection
- Trésor
- Guichet
- Chien
- Casiers



© geobra Brandstätter

 = pas présent



Le camping

Qu'est que vous n'avez pas vu? Vous en être sûr à combien ?

- Camping car
- Tente
- Nappe
- Vélos
- Chaises
- Ciel bleu

Le camping

- Camping car
- Tente
- Nappe
- Vélos
- Chaises
- Ciel bleu



© geobra Brandstätter

 = pas présent



Brainstorming

Qu'y a-t-il de particulier dans un Zoo?

➤ ...

➤ ...

➤ ...

➤ ...

Au Zoo

Qu'avez-vous vu? Vous en être sûr à combien ?

- Girafe
- Grille extérieure
du zoo
- Éléphant
- Gardien de zoo
- Paon
- Caisse
- Lion

Au Zoo

- Girafe
- Grille
extérieure du zoo
- Éléphant
- Gardien de zoo
- Paon
- Caisse
- Lion



© geobra Brandstätter

 = pas présent



Brainstorming

Qu'y a-t-il de particulier dans un salon?

➤ ...

➤ ...

➤ ...

➤ ...

Salon

Qu'avez-vous vu? Vous en être sûr à combien ?

- Table
- Chaises
- Nappe
- Horloge
- Armoire
- Fleurs
- Peintures

Salon

- Table
- Chaises
- Nappe
- Horloge
- Armoire
- Fleurs
- Peintures



© geobra Brandstätter

 = pas présent

Transfert dans la vie quotidienne

Objectifs d'apprentissage:

➤ **Notre mémoire peut nous jouer des tours!**

Spécialement lors d'événements importants (bagarres, déclaration de témoins oculaires, etc.), gardez à l'esprit, si vous ne pouvez pas vous souvenir de manière vivace de la situation (de manière bien détaillée):

➤ **d'envisager l'éventualité que vous puissiez vous tromper!**

Transfert dans la vie quotidienne

Objectifs d'apprentissage:

➤ **Notre mémoire peut nous jouer des tours!**

Spécialement lors d'événements importants (bagarres, déclaration de témoins oculaires, etc.), gardez à l'esprit, si vous ne pouvez pas vous souvenir de manière vivace de la situation (de manière bien détaillée):

- d'envisager l'éventualité que vous puissiez vous tromper!
- de rechercher des informations supplémentaires (un témoin)!

Transfert dans la vie quotidienne

Objectifs d'apprentissage:

➤ **Notre mémoire peut nous jouer des tours!**

Spécialement lors d'événements importants (bagarres, déclaration de témoins oculaires, etc.), gardez à l'esprit, si vous ne pouvez pas vous souvenir de manière vivace de la situation (de manière bien détaillée):

- d'envisager l'éventualité que vous puissiez vous tromper!
- de rechercher des informations supplémentaires (un témoin)!

Exemple: Si vous avez eu une querelle avec quelqu'un et que vous vous souvenez vaguement qu'il/elle vous a fait des remarques insultantes, considérez que votre mémoire vous a peut-être joué des tours ou que votre souvenir était peut-être déformé. Donc questionnez les gens qui étaient présents!

Quel rapport avec la psychose?

Lors d'une psychose, les gens ont tendance à se souvenir de choses qui n'ont pas eu lieu ou qui se sont passées différemment.

Quel rapport avec la psychose?

Lors d'une psychose, les gens ont tendance à se souvenir de choses qui n'ont pas eu lieu ou qui se sont passées différemment.

Exemple: Carla se souvient avoir été recrutée pour une attaque terroriste.

Contexte: Un homme ayant l'air de venir du Moyen-Orient est entré dans le bus et a demandé à Carla si le siège à côté d'elle était libre. Elle a interprété ce message comme un code pour tenter de la recruter et son souvenir a par la suite été transformée dans sa mémoire. Elle croyait se souvenir par exemple qu'il lui avait tendu une enveloppe et s'était présenté comme s'appelant Ali (elle n'a pas ajouté ces détails délibérément).

Quel rapport avec la psychose?

Lors d'une psychose, les gens ont tendance à se souvenir de choses qui n'ont pas eu lieu ou qui se sont passées différemment.

Exemple: Carla se souvient avoir été recrutée pour une attaque terroriste.

Contexte: Un homme ayant l'air de venir du Moyen-Orient est entré dans le bus et a demandé à Carla si le siège à côté d'elle était libre. Elle a interprété ce message comme un code pour tenter de la recruter et son souvenir a par la suite été transformée dans sa mémoire. Elle croyait se souvenir par exemple qu'il lui avait tendu une enveloppe et s'était présenté comme s'appelant Ali (elle n'a pas ajouté ces détails délibérément).

Les souvenirs erronés ont plus de chance d'apparaître lorsqu'on est apeuré ou sous pression. Avant de tirer des conclusions, demandez-vous si vos hypothèses sont objectives et bien fondées! Prenez également en compte que, comparés à des souvenirs corrects, les souvenirs erronés sont souvent flous!

Merci de votre attention!

Pictures used in this module are reproduced with indirect (creative commons license) or direct permission of the artists listed below, for which we would like to express our gratitude! A full list can be obtained via www.uke.de/mkt. If we have involuntarily breached copyright, please accept our apologies. In this case, we kindly ask creators for their permission to use their work under the "fair use" policy.

Die in diesem Modul verwendeten Bilder wurden mit der indirekten (creative commons Lizenz) oder direkten Zustimmung der untenstehenden Künstler reproduziert, wofür wir uns herzlich bedanken möchten! Eine vollständige Liste ist hinterlegt auf www.uke.de/mkt. Sollten wir unbeabsichtigt gegen das Urheberrecht verstoßen haben, so bitten wir dies vielmals zu entschuldigen und bitten nachträglich um die Verwendungserlaubnis.

Name Photographer/Artist Name Fotograf/Künstler/	Source/ Quelle	Picture Name/ Name des Bildes	CC = used with corresponding creative commons license; PP = used with personal permission of artist CC = genutzt unter creative commons Lizenz, PP = verwendet mit persönlicher Zustimmung des Künstlers	Description/Kurzbeschreibung
Psychological experiment by Prof. Loftus and colleagues/ Psychologisches Experiment von Prof. Loftus und Kollegen	Private/ privat	Untitled/ Ohne Titel	PP	Red car stand in front of stop and yield sign/ Rotes Auto steht vor Stop- bzw. Vorfahrtsschild
1horsetown	flickr	Humphrey Bogart 1948	CC	Humphrey Bogart
Tamurello	flickr	omaggio a derrick	CC	Horst Tappert
pingnews	flickr	Ronald Reagan at Durenberger Rally	CC	Ronald Reagan
Mr. Wright	flickr	interrogation	CC	Questioning/ Verhör
oefe	flickr	Noch ein Ballon	CC	Balloon/Ballon
Norman Rockwell Edited by/Editiert v. Michael B. Miller	- - -	- - -	PP	False memory pictures/False Memory Bilder
Geobra Brandstätter; Stefan Merz & Frank Burmeister	- - -	- - -	PP	playmobil figures/ Playmobilbilder
L. Müller	- - -	Untitled/ Ohne Titel	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Painter/Maler

Mit freundlicher Unterstützung der Janssen-Cilag GmbH*
With kind support of Janssen-Cilag



* 4000 € für die Verbesserung und Verbreitung des Trainings
4000 € for the improvement and distribution of the training