

Mémoire de travail, c'est la mémoire courte qui te permet de retenir et manipuler des éléments pour réaliser des tâches.



Un peu tout, par exemple lire. Lorsque tu lis, tu déchiffres syllabe après syllabe et tu les retiens jusqu'à la fin du mot pour comprendre le mot. Puis tu retiens tous les mots d'une phrase pour en comprendre le sens.

Tiens, faire des maths aussi, tu as besoin de retenir les chiffres et les manipuler, transformer selon les opérations à réaliser.

su-per-ca-li-fra-gi-li-sti-cex-pia-li-do-cious

$$\begin{array}{r}
 10 \\
 - 3,2 \\
 + 70,02 \\
 - 5,93 \\
 - 28,89 \\
 \hline
 ?
 \end{array}$$

Ou au quotidien, retenir les étapes à réaliser et mettre à jour avec de nouveaux éléments, comme ici, je touille, j'ajoute des éléments, je verse dans des moules, sans regarder la recette que je viens de lire,

et si je fais tomber le sucre par terre, je peux me souvenir que j'ai un autre sac dans le placard et aller le chercher sans oublier ou j'en suis dans la recette.

En fait, tout ce qui se passe dans le temps et qui nécessite de se rappeler ce que l'on a fait plus tôt, c'est grâce à la mémoire de travail.



Ah je peux ranger la recette alors, j'ai peur de renverser des trucs dessus, on manque un peu de place.

non non, j'en ai besoin.

bin c'est pas dans ta mémoire de travail ?

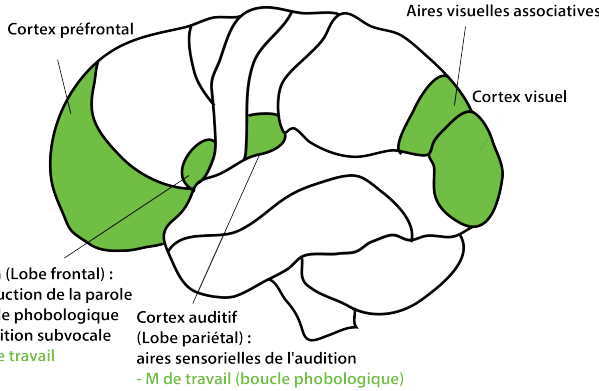


la mémoire de travail est limitée, on peut retenir un petit nombre d'éléments (entre 5 et 9).

Si tu retiens un petit nombre d'éléments sans avoir à les manipuler, cela va se passer uniquement dans la mémoire à très court terme sensorielle : les aires de la vision pour la mémoire visuo-spatiale et les aires auditives pour la mémoire verbale.

On parle de calepin visuo-spatial et de boucle phonologique car on va se répéter mentalement la liste d'éléments.

Mais si tu dois manipuler les éléments alors là, le frontal rentre en action. Et si ta liste est très grande alors d'autres parties du frontal essaient d'aider.

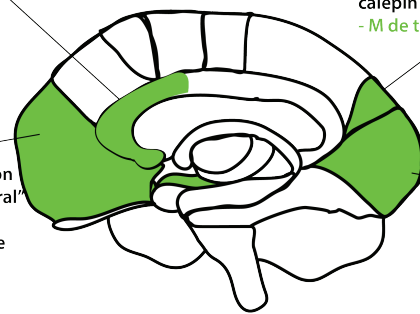


Cortex cingulaire antérieur : affect, attention sélective, interaction sociale  
- M de travail

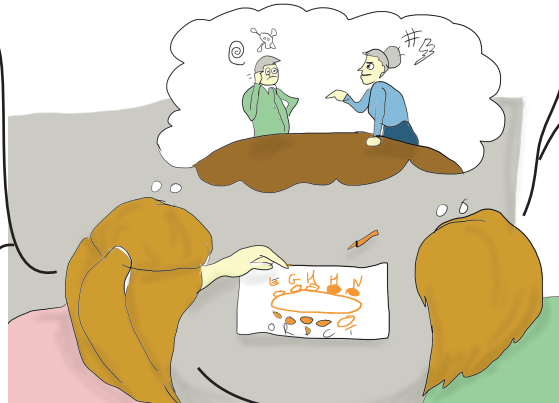
Aires visuelles associatives (Lobe pariétal)  
calepin visuo spatial  
- M de travail

Cortex préfrontal (Lobe frontal) : motivation / exécution "administrateur central" = coordination des systèmes de stockage  
- M de travail

Cortex visuel : aires sensorielles de la vision  
- M de travail



En parlant de mémoire de travail, tu ne l'as pas utilisé à fond pour faire le plan de table Nico, il va falloir changer ça, tu as mis tonton Gérard et Mamie à côté. Tu sais bien qu'ils vont se mettre à parler bricolage et débattre sur les meilleurs matériaux pour faire ci ou ça. Comme d'habitude, ces têtes de mules vont avoir des avis différents et tu sais comment ça finit.



Ah mince, j'ai pas fait attention à ça, enfin, non j'ai pas bien utilisé ma mémoire de travail ... pourquoi j'ai pas bien utilisé ma mémoire de travail en fait ?

Ta mémoire de travail sert aussi à aller chercher et manipuler des éléments que tu connais déjà, pour se rappeler du passé pour faire des choix et des plans d'avenir. Pourtant tu as l'habitude de l'utiliser, car tu es très créatif quand tu peins ... ou quand tu fais cette incroyable décoration de gâteau.

C'est vrai tu aimes ? c'est pas un peu trop? Attend, la créativité c'est aussi grâce à la mémoire de travail ?

Bien sur, créer c'est prendre des parties d'éléments que tu connais déjà, les dessassembler et les assembler autrement, donc manipuler des éléments que tu maintiens en mémoire.

Bin s'il a une super bonne mémoire de travail, il devrait aller faire les courses

Maya, serais-tu jalouse ? Tu sais, la mémoire de travail change avec l'âge, les bébés retiennent une ou deux choses et puis elle se développe avec l'âge, tu n'as pas encore atteints ton plus grand potentiel, et puis ça déclinera aussi en vieillissant

L'heure tourne, vite aux courses

