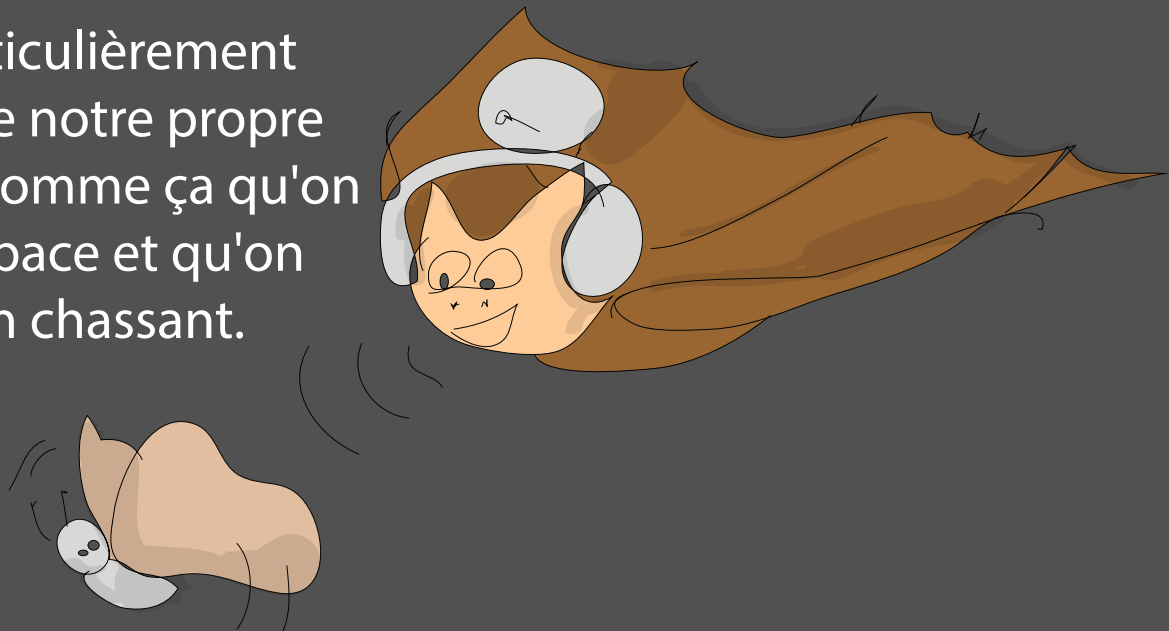


Vous connaissez le "Cocktail party effect" ? Etre capable d'entendre son nom qu'im-
porte l'ampleur le bruit ambiant. Et bien, nous, les chauve-souris, le connaissons bien !

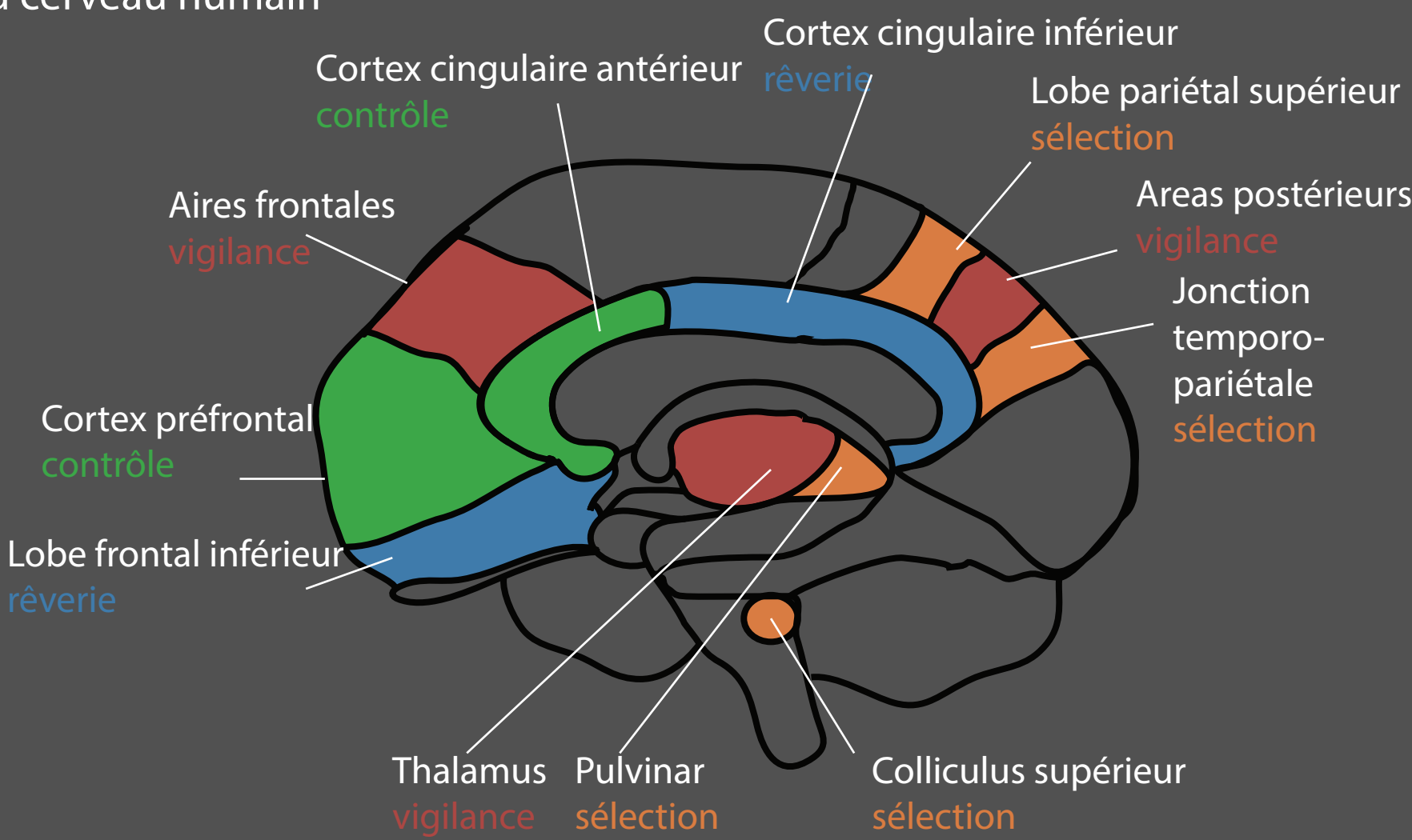
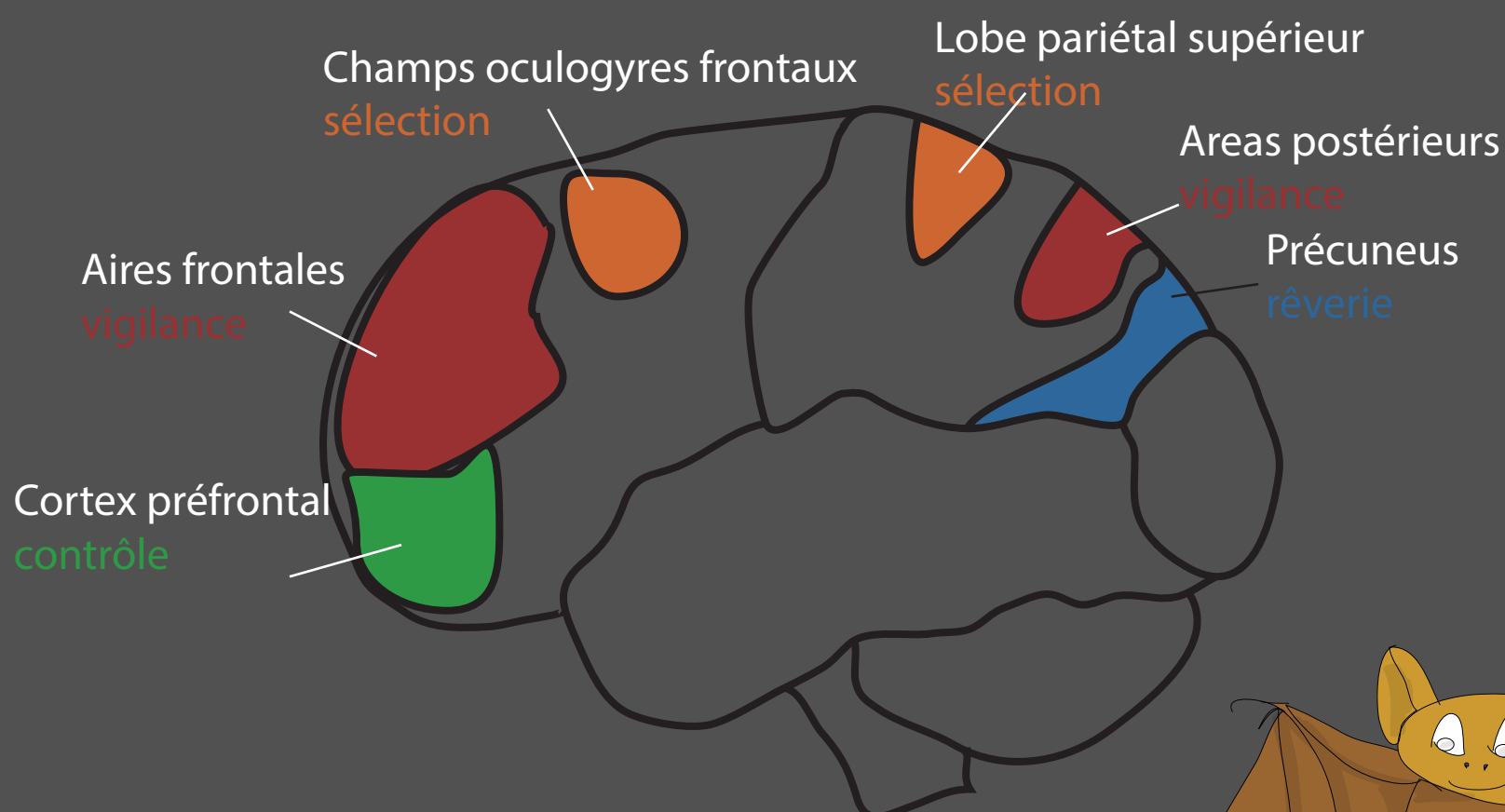


Nous sommes particulièrement
sensible à l'écho de notre propre
voix. Bin oui c'est comme ça qu'on
se repère dans l'espace et qu'on
repère nos proie en chassant.

Oh non repéré



Vue externe et interne du cerveau humain



Il existe trois systèmes qui composent l'attention.
Prenons l'exemple d'un cerveau humain.



L'alerte/la vigilance : c'est "quand faire attention",
particulièrement face à des situations émotionnelles. Deux
neurotransmetteurs, ces molécules de la communication
neuronale, l'acétylcholine et la sérotonine, modulent l'excitation
et l'inhibition.

On a besoin de moi
AlertMan



Sélection des information pertinentes : à quoi prêter attention. Ce sont les
procédés qui permettent de faire attention à certaines choses et ne pas
faire attention aux distracteurs.

Ecran de fumée ! Il ne va pas
voir que je suis parti.



Oh de la fumée
...
Oh bin où qu'il
est passé ?

Ce monstre est victime de cécité attentionnelle ... il ne peut faire attention qu'à
une chose, il est aveugle des autres informations.
Ce système implique aussi un gouleau d'étranglement.
On ne peut traiter qu'une info a la fois (au quotidien favoriser
l'attrayant pas le distrayant).



Arrivée simultanée
de MemoryMan.

Enfin, le control exécutif, c'est à dire par quel étape de traitement on va traiter l'information (planification,
sélection, initiation, excécution et supervision des comportements). C'est la concentration consciente qui va
nous permettre de suivre un processus de A à Z.
Elle est très flexible et plastique, ça veut dire qu'on peut apprendre à faire attention et l'inhibition. Elle se de-
veloppe avec l'âge, jusqu'à l'adolescence. Et oui puisque cela implique les régions frontales qui ne sont pas
pleinement mature avant l'adolescence.
Alors comment améliorer son contrôle exécutif ou disons sa concentration ? En faisant travailler son frontale!
Entrainement moteur, Pratique d'uninstrucment de musique, Entrainement à la méditation ...

Cool je vais pouvoir devenir un super
AlertMan. Je vais m'isoler dans une
grotte avec vous mes amis et m'en-
trainer.



Oui enfin, la recherche a aussi montré que la dis-
traction à aussi un bienfait, sur la mémorisation ,
sur la créativité et même sur la concentration .
alors pas besoin de te tourner en AlertMan l'her-
mite.

