

Maximiser l'enseignement par la compréhension des différents types de mémoire



Source : "Accompagner les ados vers la réussite scolaire" - Stéphanie Peters



Dans le monde complexe de l'enseignement, où chaque classe regorge d'élèves aux profils cognitifs variés, la compréhension approfondie des mécanismes de la mémoire devient un atout précieux pour les enseignants. Les types de mémoire, longuement explorés par les chercheurs en psychologie cognitive, jouent un rôle fondamental dans le processus d'apprentissage.

Examinons comment vous pouvez tirer parti de ces mécanismes pour optimiser l'acquisition des connaissances et favoriser la rétention à long terme. En fournissant des stratégies pratiques et des conseils pédagogiques, cet article vise à équiper les éducateurs d'outils efficaces pour enrichir l'expérience d'apprentissage de leurs élèves.

Quels types de mémoire entrent en jeu dans l'apprentissage ?

La compréhension de la mémoire s'avère être une quête complexe, surtout transposée dans le contexte de l'apprentissage scolaire. Dans cette exploration, nous orientons notre attention vers les mécanismes intervenant dans l'acquisition des connaissances sur le long terme. En effet, la mémoire à court terme étant fort limitée, elle ne peut suffire à elle seule pour ancrer de manière durable une nouvelle connaissance.

Nous allons aborder les différents types de mémoire :

- sensorielle ;
- imagée ;
- verbale ;
- épisodique ;
- procédurale.

Chacune de ces facettes joue un rôle distinct dans le processus complexe d'apprentissage, et leur compréhension approfondie peut vous guider vers des méthodes pédagogiques encore plus efficaces.

1. La mémoire sensorielle

La mémoire sensorielle est la première étape du processus mnésique. Elle est responsable de la rétention des informations perçues par nos sens, telles que la **vue, l'ouïe, le toucher, le goût et l'odorat**. Cette forme de mémoire permet à notre cerveau de traiter brièvement les stimuli sensoriels entrants et de décider s'ils doivent être transférés à la mémoire à court terme pour un traitement plus approfondi.

La mémoire sensorielle a une capacité limitée et une durée de rétention très courte, ne dépassant généralement pas quelques secondes. Elle agit comme une sorte de "tampon" filtrant les informations sensorielles, permettant au cerveau de sélectionner les éléments pertinents pour un traitement ultérieur.

Par exemple, lorsque l'on regarde une image ou que l'on écoute une conversation, la mémoire sensorielle retient brièvement les éléments visuels ou auditifs, mais la plupart de ces informations ne sont pas stockées à long terme.

En résumé, la mémoire sensorielle joue un rôle crucial en filtrant les stimuli sensoriels, mais elle ne conserve que des informations temporaires et limitées avant de les transférer à d'autres formes de mémoire pour un stockage plus permanent.





2. La mémoire imagée

La mémoire imagée se concentre sur la rétention et la récupération d'informations sous la forme d'images mentales. C'est un aspect essentiel du processus mnésique, permettant aux individus de stocker des souvenirs visuels et de rappeler des détails spécifiques liés à des expériences passées.

Lorsque nous sommes exposés à des stimuli visuels, tels que des scènes, des objets ou des visages, notre cerveau traite ces informations et les encode sous forme d'images mentales. La mémoire imagée implique la capacité à se souvenir et à manipuler mentalement des représentations visuelles, que ce soit pour reconnaître des visages, se remémorer des lieux ou revivre des événements.

Cette forme de mémoire est utile dans le contexte de l'apprentissage, car elle peut faciliter la compréhension et la rétention d'informations visuelles, telles que des diagrammes, des cartes ou des graphiques. Vous pouvez encourager le développement de la mémoire imagée en utilisant des supports visuels lors de l'enseignement, aidant les élèves à mieux mémoriser et à mieux comprendre les concepts.

Ces outils permettent de fixer leur attention sur les différents éléments. Intégrez des tableaux, des graphiques, des diagrammes, des vidéos éducatives et des images dans vos leçons. Vous n'êtes pas obligé(e) de les réaliser vous-même. Les manuels scolaires ont déjà des schémas récapitulatifs.

Quand vous organisez l'information, que ce soit dans vos feuilles ou au tableau, essayez de garder une structure claire et visuelle. Vous pouvez aussi montrer à vos élèves comment structurer eux-mêmes leur matière grâce, entre autres, à des listes, des schémas, des mind maps et d'autres outils visuels pour présenter les informations de manière organisée.



Pour rendre leur apprentissage plus ludique, misez sur les jeux visuels, comme le memory, les flash cartes, le dessin, etc. Ainsi, les élèves peuvent visualiser les relations entre les idées et assimiler l'information de manière plus cohérente.

3. La mémoire verbale

La mémoire verbale se concentre sur la rétention et le rappel d'informations sous forme de mots, de phrases et de sons. C'est un aspect essentiel de la mémoire, jouant un rôle crucial dans l'acquisition du langage, la compréhension de la communication verbale et l'apprentissage de divers contenus liés au langage.

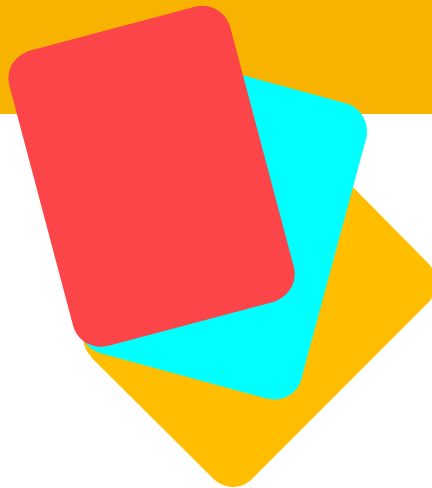
Elle est composée de 2 mémoires :

La mémoire lexicale

Elle entre en jeu dans la mémorisation du vocabulaire. Son rôle est de se souvenir que le mot existe. Quand on a l'impression d'avoir un mot sur le bout de la langue, c'est la mémoire lexicale qui nous fait défaut. À l'inverse, quand on retient par cœur une leçon, on ne fait fonctionner que la mémoire lexicale.



Pour stimuler cette mémoire, il faut avant tout travailler sur de la répétition, répéter à voix haute également. Enfin, les flash cartes, permettant d'associer une image à un mot, sont d'excellents outils pour solliciter cette mémoire.



La mémoire sémantique

Elle retient le sens des mots. Quand vous vous souvenez à quoi sert le mot, d'où il vient, de son contexte, mais pas de son nom, c'est la mémoire sémantique qui est à l'œuvre. **C'est la mémoire la plus importante dans l'apprentissage scolaire, car c'est l'accès le plus fiable à l'information.**

Le plus fascinant avec cette mémoire, c'est que ses performances s'améliorent au fur et à mesure que l'on emmagasine des connaissances. En effet, cette mémoire fonctionne comme une toile : plus il y a de liens entre les informations, plus on sait facilement remonter à une connaissance plus ancienne. Elle fonctionne un peu comme Wikipédia et sa hiérarchie de liens internes.



Pour faciliter l'apprentissage avec cette mémoire, vous pouvez encourager les élèves à établir des liens entre les nouvelles connaissances et celles déjà acquises, par exemple à l'aide de cartes conceptuelles. Vous pouvez aussi utiliser des mots-clés ou des acronymes. Enfin, encouragez les discussions ou les jeux de rôle sur les concepts étudiés, elles permettent aux élèves d'exprimer les concepts avec leurs propres mots.



4. La mémoire épisodique

La mémoire épisodique est une composante de la mémoire à long terme. Elle se concentre sur la rétention et la récupération des expériences personnelles et des événements vécus. Elle permet aux individus de se souvenir de détails spécifiques tels que le lieu, le temps, les émotions et d'autres aspects contextuels liés à des événements particuliers de leur vie.

Cette forme de mémoire est souvent comparée à une sorte de "journal de bord" mental, où les souvenirs sont enregistrés sous forme de scénarios ou d'épisodes. Les événements mémorisés peuvent être aussi simples que le souvenir d'un repas récent ou aussi complexes que le rappel d'une cérémonie de remise de diplôme. La mémoire épisodique permet de revivre mentalement des moments passés en associant des éléments spécifiques caractérisant ces expériences.



Pour enseigner en faisant appel à la mémoire épisodique, vous pouvez intégrer des anecdotes personnelles ou des récits d'expériences à vos cours. Intégrez des ateliers, des projets ou des simulations permettant à vos élèves de se créer des souvenirs autour de la mémoire.

Si vous en avez l'occasion, vous pouvez aussi proposer à vos élèves de tenir un journal ou de réfléchir régulièrement à leurs expériences d'apprentissage. Cela les amène à mettre en mots leurs pensées et émotions, renforçant ainsi la mémoire épisodique.



5. La mémoire procédurale

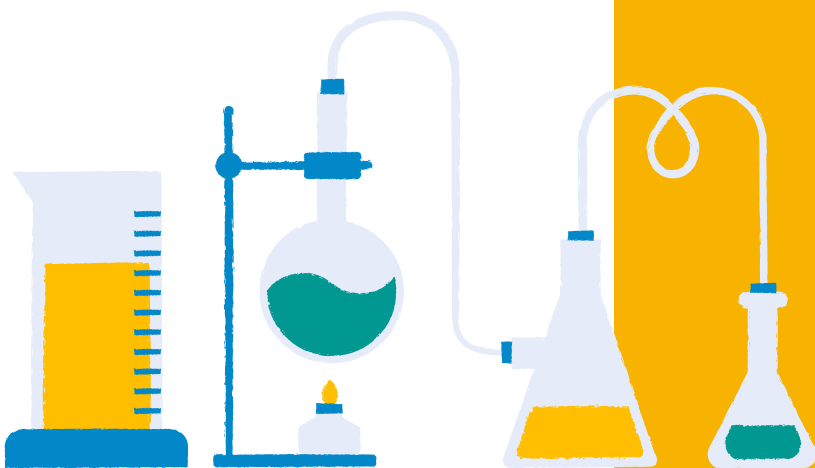
Les informations stockées dans la mémoire procédurale sont souvent tacites, ce qui signifie qu'on peut ne pas être conscients des détails spécifiques de la procédure tout en les exécutant de manière fluide. Cette forme de mémoire est essentielle pour les activités quotidiennes telles que marcher, écrire, conduire, jouer d'un instrument de musique ou accomplir des tâches complexes impliquant des séquences d'actions.

La mémoire procédurale est renforcée par la répétition et la pratique régulière. À mesure que les individus répètent une tâche ou une habileté, leur cerveau consolide les informations relatives à la séquence de mouvements nécessaires pour accomplir cette tâche, facilitant ainsi une exécution de plus en plus automatique.

Cette forme de mémoire est souvent moins sujette à l'oubli à long terme que d'autres types de mémoire, ce qui signifie que les compétences procédurales peuvent persister même lorsque d'autres informations sont oubliées. Cela explique pourquoi, une fois qu'une compétence est bien acquise, elle peut être rappelée et exécutée même après des périodes prolongées sans pratique active. “Le vélo, ça ne s’oublie pas” est une parfaite illustration de cette mémoire. Favoriser la mémoire procédurale dans l'enseignement implique de mettre l'accent sur la pratique, la répétition et l'expérience pratique.



Quand la matière le permet, intégrez des scénarios réels, des moyens mnémotechniques, des expériences multimédias et des répétitions structurées. Ils pourront s'intégrer dans la mémoire procédurale.



Pour une exploration plus approfondie et des conseils pratiques supplémentaires, vous pouvez consulter l'ouvrage captivant "[Accompagner les ados vers la réussite scolaire](#)" des Éditions Plantyn.

